

РЕГБІ ЯК ВИД СПОРТУ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ В ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

У сучасному світі спорт стає все більш важливим елементом освітнього процесу. Один з видів спорту, який заслуговує на більшу увагу – це регбі. Цей вид спорту може принести значні переваги для учнів, включаючи фізичну підготовку, розвиток командного духу, навичок концентрації та інклюзивності. Однак, не дивлячись на ці переваги, регбі часто ігнорується в навчальних програмах через страхи щодо безпеки. Ця теза має на меті дослідити, чому регбі має бути включено до програм шкіл та інших навчальних закладів, та які переваги він може принести.

Ось декілька причин, чому даний вид спорту може існувати в програмі вищого навчального закладу.

На нашу думку, гра в регбі вимагає інтенсивного фізичного навантаження та постійний рух, включаючи біг, стрибки, розвороти та контактні ситуації. Це сприяє загальному фізичному розвитку та підтримує здоров'я серця та судин. Участь у регбі розвиває координацію та спритність, оскільки гравець повинен бути здатний взаємодіяти з партнерами та ворогами, виконуючи різні рухи. Сприяє поліпшенню роботи серця та легень, збільшенню обсягу легенів та загальній витривалості. Гра в регбі вимагає великої фізичної сили та витривалості, оскільки гравці змушені виконувати інтенсивні фізичні зусилля протягом тривалого часу. Цей аспект покращує фізичну активність студента, спритність, силу, витривалість.

Також, регбі є командною грою, де співпраця та ефективна комунікація є ключовими елементами успіху. Гравці навчаються слухати один одного, передавати інформацію та працювати разом для досягнення спільної мети. Участь у регбі може сприяти розвитку лідерських якостей, оскільки гравці часто знаходяться в ситуаціях, де вони повинні взяти на себе відповідальність та вести команду. Спорт, зокрема регбі, може допомагати формувати стресостійкість та навички самовладдя. Гравці навчаються

працювати під тиском та ефективно керувати своїми емоціями в інтенсивних ситуаціях гри.

Також цей вид спорту ідеальний для університетів. Так як покращує взаємодію між студентами шляхом командних змагань між факультетами та регіональними турнірами. Участь у регбі сприяє формуванню тісної спільноти, де студенти взаємодіють та розвивають командний дух. Гра на полі вимагає великої взаємодії, комунікації та взаєморозуміння між гравцями, що сприяє утворенню міцних зв'язків поза спортивними подіями.

Також хочемо додати, що успіхи у цьому виді спорту підіймають престиж університету у спортивних колах, залучаючи увагу та інтерес до спортивної культури. Це може привертати нових студентів та створювати позитивне враження про університет.

Таким чином, загальний висновок полягає в тому, що регбі у вищих навчальних закладах грає значущу роль у спортивній, соціальній та освітній сферах. Участь у командах регбі дозволяє студентам розвивати фізичну форму, вдосконалювати навички гри та сприяє загальному здоров'ю. Крім того, це може служити платформою для виховання лідерів, підтримки командної роботи та формування цінних життєвих навичок.

Вищі навчальні заклади, виступаючи як центри розвитку регбі, сприяють створенню середовища для виявлення та розвитку талановитих спортсменів. Програми підтримки, тренерські ресурси та спортивні заходи створюють можливості для молодих регбістів продемонструвати свій потенціал і можуть служити ступенем до подальших досягнень в світі регбі, включаючи участь у професійних командах чи національних збірних.

*Науковий керівник: Наталія ОРЛЕНКО,
канд. пед. наук, доцент*