гуманитарные науки : сб. ст. по материалам LVI междунар. студ. науч.–практ. конф . – Новосибирск, 2017. – № 8 (56). – С. 83-87.

7. Бахарева, Н.С. Особенности мотивации к обучению у студентов первого и второго курсов различных факультетов медицинского вуза в рамках дисциплины «нормальная анатомия» / Н. С. Бахарева, Г. Ю. Шантыз // Международный журнал экспериментального образования. – 2012. – № 4-2. – С. 40-42.

8. Филиппова, Е.О. Взаимосвязь личностных факторов с профессиональным самоопределением подростков / Е.О. Филиппова, Л.О. Марченко, С.Н. Левич // XXII Царскосельские чтения : материалы международной научной конференции. – СПб., 2018. – С. 195-199.

9. Профессиональная мотивация студентов медицинского вуза / А.М. Еникеева, Т.Р. Баймуратов, Э.Ф. Хамадеев, Л.М. Насретдинова, А.А. Хусаенова // Молодой ученый. – 2016. – № 21. – С. 869-870.

REFERENCES

1. Ilyin, Y.P. (2002), Motivation and motives, Peter, St. Petersburg.

2. Bozhovich, L.I. (2012), The problem of development of the motivation sphere of personality, Akademiya, Moscow.

3. Galimova, A. I. (2013), “Motivation of students on admission to a medical college”, Modern science-intensive technologies, No. 7-1, pp. 22-53.

4. Agranovich, N.V. and Knyshova, S.A. (2015), “Research of the study activity motivation among the students of the medical universities and the role of motivation in formation of the readiness to the future profession”, Modern problems of science and education, No. 2-2, available at: https://science-education.ru/ru/article/view?id=22799.

5. Magazeva, Y.A. and Chuvatayeva, M.K. (2013), “The correlation between learning activity motivation and life sense orientation of medical institute students”, Modern Research of Social Problems, No. 3 (23), available at: http://journal-s.org/index.php/sisp/article/view/3201317/pdf_169.

6. Shatilova, A.A. and Zhiznevskiy, R. (2017), “Motivation to study at the university in the structure of the personality of a medical student. Student International Scientific and Practical Conference” Scientific community of students of the XXI century. Humanitarian sciences, № 8 (56), pp 83-87.

7. Bakhareva, N.S. and Shantyz, G.Y. (2012), “Features of motivation to training students first and second courses various faculties medical university within the discipline "normal anatomy"”, International journal of experimental education, No. 4-2, pp. 40-42.

8. Filippova, E.O., Marchenko, L.O. and Levich, S.N. (2018) “The relationship of personal factors with the professional self-determination of adolescents” XXII Tsarskoselskie readings: proceedings of the international scientific conference, St. Petersburg, pp. 195-199.

9. Enikeyeva, A.M., Baymuratov, T.R., Khamadeyev, E.F., Nasretdinova, L.M. and Khusayenova, A.A. (2016), “Professional motivation of medical university students”, Young Scientist, No. 21, pp. 869-870.

Контактная информация: shapnl@mail.ru

Статья поступила в редакцию 22.05.2019

УДК 796.012.4

ВЫЯВЛЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ

***Борис Викторович Шилакин**, кандидат педагогических наук, доцент,*
Дальневосточный юридический институт МВД России (ДВЮИ МВД России),
г. Хабаровск

Аннотация

В статье рассматриваются актуальные аспекты физической подготовки будущего специалиста органов внутренних дел, выявляется уровень развития двигательно-координационных способностей курсантов образовательных организаций МВД России на начальном этапе обучения. Проведенным исследованием установлено, что уровень специальных двигательных способностей курсантов на

начальном этапе обучения является не достаточным. В возрасте 16 – 18 лет имеется потенциал к улучшению способности обучаемых в развитии координационных возможностей, которые при акцентированном внимании на определенные виды подготовки и применении соответствующих средств и методических приемов, достигнут высокого уровня.

Ключевые слова: начальный этап обучения, профессиональная подготовка, координационные способности, двигательный навык.

IDENTIFICATION OF MOTIONAL CAPABILITIES OF CADETS OF EDUCATIONAL ORGANIZATIONS OF THE MIA OF RUSSIA AT THE BEGINNING OF THE LEARNING STAGE

***Boris Viktorovich Shilakin**, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,*
Far East legal institute of Internal Affairs of Russia, Khabarovsk

Annotation

The article discusses the current aspects of the physical training of the future specialist of the internal affairs agencies; it reveals the level of development of the complex motor-coordination abilities of the cadets of the educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia at the initial stage of the training. Conducted study found that the level of the special motor abilities of the cadets at the initial stage of training is not sufficient. At the age of 16-18 years old they have the potential to improve the ability of trainees in the development of the coordination capabilities, which under accented attention to the specific types of training and the application of the appropriate means and methods of teaching, to reach a high level.

Keywords: initial stage of training, training, coordination abilities, motor skills.

ВВЕДЕНИЕ

Одним из важнейших направлений деятельности, образовательных организаций системы МВД России, процесса подготовки будущего специалиста органов внутренних дел РФ, является освоение и совершенствование профессионально-прикладных двигательных действий.

Важная задача учебного процесса по физической подготовке начального этапа обучения «вчерашних» абитуриентов отводится воспитанию специальных двигательно-координационных способностей, ведь именно они служат основой формирования стабильного навыка боевых приемов борьбы.

Целью проведенного исследования было определение двигательных способностей у курсантов на этапе начального обучения.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании для получения исходных показателей определяющих уровень двигательных способностей курсантов на начальном этапе обучения, были использованы, достаточно информативные и широко применяемые многими специалистами в педагогической практике, физические упражнения: челночный бег, дистанция 10×10 м; подтягивание на перекладине; лазание по вертикальному канату без помощи ног; прыжки в длину; кувырки вперед (3 кувырка за 6 сек); комплексное упражнение (отжимание от пола 5 раз и выполнение упражнений на «пресс» 5 раз) 5 повторений; стойка на одной ноге в течение 20 сек.

Проведение научной работы по данному направлению в рамках выполнения сплошного тестирования по предложенным физическим упражнениям осуществлялось в первом семестре обучения курсантов 1 курса мужского пола.

Для получения сравнительного анализа результатов исследования, в качестве эталонных характеристик определяющих уровень развития двигательных способностей курсантов исследуемой группы, были взяты средние значения показателей победителей и призеров участников смотра – конкурса по физической подготовке курсантов 1–4 курсов в выполнении упражнений: челночный бег, дистанция 10×10 м; прыжки в длину, лазание по вертикальному канату без помощи ног; подтягивание на перекладине.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Анализ полученных результатов представленных в таблице показывает, что на начальном этапе обучения курсанты исследуемой группы демонстрируют хорошие исходные показатели в выполнении тестирования «Подтягивание на перекладине» (11,57±2,28), и не плохие значения видим по результатам выполнения упражнения «Прыжок в длину» (235,5±3,80), по нашему мнению это в первую очередь связано с усиленной подготовкой кандидатов на обучение к дополнительным вступительным испытаниям поступления в вуз системы МВД России.

Таблица – Результаты исследования двигательных способностей курсантов на начальном этапе обучения

№	Контрольные упражнения	Исходные данные	Эталонные значения
1	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	11,6±2,28	28,7±4,65
2	Прыжок в длину (см)	235,5 ±3,80	256,1±3,55
3	Челночный бег, 10×10 м (с)	26,2±1,37	24,3±0,42
4	Лазание по канату (с)	11,4±1,80	5,6±0,30

Давая оценку полученным результатам, следует отметить, что главным критерием координационно-сложного двигательного действия, является эффективная техника выполнения каждого элемента комплексного действия, а также временные показатели целостного упражнения.

Так, результаты наблюдения экспертов в тесте «Челночный бег» показал у значительного большинства курсантов (64%, от общего количества) имелись трудности в рациональном проявлении двигательных действий на ключевых участках его прохождения (неустойчивое положение тела, нарушение техники стартовой динамической ситуации, бег по дистанции с увеличенной траекторией). Задание «Лазание по канату» без помощи ног, выполнили лишь 12% испытуемых, при этом, техника исполнения данного упражнения, оставляет желать много лучшего в эффективности и качестве реализации заданных движений.

ВЫВОДЫ

Проведенным исследованием установлено, что уровень специальных двигательных способностей курсантов на начальном этапе обучения является недостаточным. В возрасте 16-18 лет имеется потенциал к улучшению способности обучаемых в развитии координационных возможностей, которые при акцентированном внимании на определенные виды подготовки и применении соответствующих средств и методических приемов, достигнут высокого уровня, а равномерное распределение мышечных усилий будет доведено до оптимальных значений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Струганов, С.М. Пути повышения физической подготовленности курсантов и слушателей образовательных организаций правоохранительных органов // Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности: современные направления и технологии : сборник материалов IV Международной научно-практической конференции (Хабаровск, 2016 г.) / Дальневосточный юрид. ин-т МВД России. – Хабаровск, 2016. – С. 322-328.

2. Чехранов, Ю.В. О методологии физической подготовки образовательных организаций МВД России / Ю.В. Чехранов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 3 (145). – С. 236-239.

3. Шилакин, Б.В. Уровень физической подготовленности и оценка физкультурных знаний кандидатов на обучение в вузе МВД России / Б.В. Шилакин, В.Ф. Лигута, В.А. Серебрянников // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 2 (132). – С. 110-114.

REFERENCES

1. Struganov, S.M. (2016), “Ways to improve the physical fitness of cadets and students of educational organizations of law enforcement”, *Physical culture and sport in professional activities: modern*

trends and technologies: a collection of materials of the IV International Scientific and Practical Conference, Far Eastern Legal Institute, Ministry of Internal Affairs of Russia, Khabarovsk, pp. 322-328.

2. Chekhranov, Yu.V. (2017), "On the methodology of physical training of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 145, No. 3, pp. 236-239.

3. Shilakin, B.V., Liguta, V.F. and Serebryannikov, V.A. (2016), "The level of physical fitness and assessment of the physical knowledge of candidates for study at the university of the Ministry of Internal Affairs of Russia", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol 132, No. 2, pp. 110-114.

Контактная информация: judokhb-shilakin@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 18.06.2019

УДК 372.879.6

ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ 6-10 ЛЕТ НА СЕМЕЙНЫХ ЗАНЯТИЯХ АКВАФИТНЕСОМ

***Ольга Сергеевна Шнейдер**, кандидат педагогических наук, доцент, заведующая кафедрой, **Виктория Александровна Дрокова**, старший преподаватель, **Татьяна Сергеевна Маслеева**, старший преподаватель, Дальневосточная государственная академия физической культуры (ДВГАФК), Хабаровск*

Аннотация

В статье представлены материалы по методике развития физических способностей у детей 6-10 лет и их родителей (мам) в процессе совместных занятий аквафитнесом. Методика включает использование сюжетных комплексов физических упражнений для разновозрастной группы, подвижных игр, чередование группового и фронтального методов организации занимающихся для выполнения заданий тренера. Определено, что разработанная методика аквафитнеса для совместных занятий детей и их родителей оказывает положительное воздействие на физическое состояние как детей, так и родителей. При этом данная методика содействует улучшению показателей социальной приспособленности детей, укреплению семейных взаимоотношений.

Ключевые слова: аквафитнес, дети, родители, физические качества, физическая нагрузка, силовая выносливость, общая выносливость, социальная приспособленность.

IMPROVEMENT OF PHYSICAL CONDITION OF CHILDREN AGED 6-10 AT FAMILY AQUA FITNESS CLASSES

***Olga Sergeevna Shneider**, the candidate of pedagogic sciences, senior lecturer, department chairman, **Victoria Aleksandrovna Drokova**, the senior teacher, **Tatyana Sergeevna Masleeva**, the senior teacher, Far Eastern State Academy of Physical Culture, Khabarovsk*

Annotation

The article presents the materials related to the method of developing the physical abilities of children aged 6-10 and their parents (mothers) in the process of the joint aqua fitness classes. The method includes the use of plot complexes of physical exercises for different age groups, games, changing of the group and frontal organization methods for the participants when they do coach's tasks. It is defined that the developed aqua fitness method for joint classes of children and their parents has a positive effect on the physical condition of both children and parents. Additionally, this method has improved indicators of the children's social adaptation and strengthened the family relationships.

Keywords: aqua fitness, children, parents, physical qualities, physical load, strength endurance, general endurance, social adaptation.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время в российском обществе на фоне отрицательных социальных и экономических изменений очень остро стоит проблема улучшения показателей здоровья населения. Статистические данные по России в целом отражают тревожную тенденцию