

2. Торопов, В.А. Теория и практика эффективного обучения сотрудников органов внутренних дел стрельбе из личного оружия : автореф. дис. ... д-ра педагогических наук : 13.00.08 / Торопов Виктор Алексеевич. Санкт-Петербург, 2001. – 40 с.

REFERENCES

1. Zrybnev, N.A. (2019), "Training of military personnel in manufacturing for high-speed shooting when holding a pistol with two hands", *Humanitarian problems of military Affairs*, No. 1 (18), pp. 53-58.

2. Toropov, V.A. (2001), *Theory and practice of effective training of employees of internal Affairs bodies in shooting from personal weapons*, dissertation, St. Petersburg.

Контактная информация: vifk.sila@mail.ru

Статья поступила в редакцию 13.09.2020

УДК 797.21

ПЕРСПЕКТИВНЫЕ КРИТЕРИИ ОТБОРА КАНДИДАТОВ НА ОБУЧЕНИЕ СТРЕЛЬБЕ ИЗ ПОДВОДНОГО ОРУЖИЯ

Олег Викторович Новосельцев, Заслуженный деятель науки РФ, доктор педагогических наук, профессор, **Александр Анатольевич Зюкин**, кандидат педагогических наук, Военная академия материально-технического обеспечения им. генерала армии А.В. Хрулева; **Андрей Васильевич Антонов**, кандидат педагогических наук, Северо-Западный институт управления; **Сергей Алексеевич Барченко**, кандидат педагогических наук, Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург

Аннотация

С целью повышения эффективности обучения стрельбе из подводного оружия был разработан ступенчатый алгоритм отбора кандидатов, основанный на перспективных критериях состояния здоровья, психофизиологических функций, физической подготовленности. Определен ряд показателей для получения комплексных оценок перспективных возможностей подводных пловцов к обучению стрельбе по неподвижным и движущимся целям. Получен новый научный результат – выявлена возможность повышения эффективности обучения стрельбе из подводного оружия на основе применения этапного профессионального отбора подводных пловцов. Установлено, что успешная подготовка подводных пловцов к стрельбе под водой на различных глубинах возможна при условии полного соответствия каждого этапа отбора очередному этапу обучения и тренировки.

Ключевые слова: подводные пловцы, обучение стрельбе под водой, критерии отбора.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.9.p275-279

PROSPECTIVE CRITERIA FOR SELECTION OF CANDIDATES FOR TRAINING IN SHOOTING FROM UNDERWATER WEAPONS

Oleg Viktorovich Novoseltsev, the Honored worker of science of Russian Federation, doctor of pedagogical sciences, professor, **Alexander Anatolyevich Zyukin**, the candidate of pedagogical sciences, Military Academy of the Material and Technical Maintenance Named by General of the Army A. V. Khrulev; **Andrey Vasilyevich Antonov**, the candidate of pedagogical sciences, North-West Institute of Management; **Sergey Alekseevich Barchenko**, the candidate of pedagogical sciences, The Herzen State Pedagogical University of the Russian, St. Petersburg

Abstract

In order to improve the effectiveness of training in firing from underwater weapons, the stepwise algorithm for the selection of candidates was developed, based on promising criteria for health, psychophysiological functions, and physical fitness. A number of indicators have been determined to obtain comprehensive assessments of the promising capabilities of underwater swimmers for training in shooting at fixed and moving targets. A new scientific result has been obtained - the possibility of increasing the effec-

tiveness of training in firing from underwater weapons has been revealed on the basis of the use of a staged professional selection of divers. It has been established that successful training of underwater swimmers for shooting underwater at various depths is possible provided that each stage of selection fully corresponds to the next stage of training and education.

Keywords: underwater swimmers, training in shooting under water, selection criteria.

ВВЕДЕНИЕ

Достижение высоких и стабильных результатов в стрельбе под водой зависит от соответствия личностных качеств подводного пловца квалификационным характеристикам избранной профессии [6, 8]. В связи с этим определение требований к подводным пловцам, показывающим высокие результаты в подводной стрельбе, – важнейшее условие эффективного отбора перспективных подводников [7].

Вопрос обоснования критериев отбора подводных пловцов для формирования знаний, навыков и умений стрельбы под водой – один из важнейших в теории и методике профессионального отбора. Поэтому при отборе должен учитываться целый ряд показателей для получения комплексных оценок перспективных возможностей подводных пловцов обучаемости стрельбе по неподвижным и движущимся целям [1, 5].

Отбор представляет собой чрезвычайно многоплановую проблему, связанную с выявлением подводных пловцов, способных в кратчайшие сроки овладеть всем комплексом элементов техники стрельбы под водой [2].

Современная система отбора должна учитывать состояние здоровья; уровень развития физических качеств, координационных возможностей функциональных систем организма (управляющая, энергетическая, исполнительная); психическую устойчивость к стрессовым раздражителям, тип высшей нервной деятельности; интеллектуальные качества, целеустремленность в достижении целей; трудолюбие, возраст [3].

Одним из важнейших критериев эффективного отбора является знание требований, предъявляемых на всех этапах обучения и совершенствования к подводным пловцам, эффективно поражающих под водой с места и в движении неподвижные и перемещающиеся с различной скоростью цели на всевозможные расстояния [4]. Создание подобной модели позволяет с большей надежностью отобрать перспективных кандидатов на обучение подводной стрельбе и качественнее организовать процесс подготовки.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Отбор для обучения подводных пловцов стрельбе под водой проводился в три этапа.

На первом этапе по специальной программе проводился отбор призывников, желающих заниматься подводной стрельбой в системе подготовки к воинской службе в морских школах и школах юного моряка.

Первым критерием пригодности выступал показатель состояния здоровья, включавший отсутствие врожденных и приобретенных дефектов скелетно-мышечной и кровеносной систем, заболеваний нервной системы. Набор и комплектование учебных групп основывались на бинарной характеристике «годен – не годен».

Вторая оценка основывалась на специфических требованиях, предъявляемых к стрельке в отношении зрения, кинетического восприятия, скорости реакции и физической подготовленности.

Предполагалось, что острота зрения должна соответствовать единице. Дефекты зрительного анализатора (астигматизм) недопустимы. Коррекция с помощью очков не дает должного эффекта, так как не исключает замутнение стекол в полумасочном пространстве. Нежелательны для набора лица, страдающие дальтонизмом.

Оценка кинетического восприятия в стрельбе – это оценка работы указательного пальца, производящего нажим на спусковой крючок. Проверка производилась на выявление кандидатов, у которых наблюдаются тормозящие движения пальца при нажиме на

спусковой крючок.

Подводному стрелку необходимы быстрота и точность реакции. При быстрой реакции на прохождение сигналов кандидат считался пригодным для обучения подводной стрельбе. Методика проверки простой реакции основывалась на оценке скорости реагирования на сигналы и возникающие объекты.

Для проверки физической подготовленности выполнялись следующие упражнения: плавание 100 м вольным стилем; бег на 1000 м; сгибание и разгибание рук, в упоре лежа; метание теннисного мяча в мишень диаметром 75 см на дистанцию 19 м (12 попыток).

Второй этап отбора для последующего призыва и обучения в специальных учебных подразделениях и частях основывался на оценке способности переносить специфическую физическую нагрузку и быстро восстанавливаться после ее воздействия. Оценивались функциональные показатели организма в совокупности с показателями роста стабильности результатов в плавании, стрельбе на суше и под водой. Выделялись уровень, темп прироста и стабильность результатов.

На третьем этапе отбирались выпускники учебных подразделений, показавшие наивысшие результаты на итоговых занятиях, а также способные к дальнейшему профессиональному совершенствованию в процессе несения службы в специальных частях. Данный этап являлся завершающим в системе отбора подводных пловцов к обучению стрельбе под водой. Ориентировочными показателями отбора являлись следующие критерии: стрельба из пистолета Макарова на 25 м по мишени № 4 (спортивной) – более 32 очков (из 50); плавание на 100 м вольным стилем – не более 100 с; бег на 1000 м – менее 200 с; подтягивание на перекладине – более 14 раз; плавание на 1000 м в ластах (работая одними ногами с плавательной доской в руках) – не хуже 17 мин; зрительная память, концентрация и устойчивость внимания – не менее 7 усл. ед.; реакция на движущийся объект – 0,1 с.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Оценивание эффективности отбора подводных пловцов к обучению стрельбе под водой проводилось на основе сопоставления технических показателей стрельбы после прохождения обучения (таблица 1).

Таблица 1 – Технические показатели результатов стрельбы ($\bar{x} \pm m$)

Исследуемые характеристики	ЭГ	КГ	Р
Процент поражения мишеней, %	40,2±0,3	38,6±0,8	<0,05
Время выполнения прицельного выстрела, с	9,6±0,4	10,8±0,5	<0,05
Отклонение средней точки попадания от центра мишени, см	24,4±2,7	27,8±2,2	>0,05
Время выполнения огневой задачи, с	92,7±2,8	104,4±3,6	<0,05
Расход боеприпасов, кол-во на пораженную мишень	3,8±0,2	4,4±0,4	>0,05

Полученные данные свидетельствуют, что отбор обучаемых с высокой скоростью реакции на движущийся объект существенно влияет на временные показатели ведения огня. Испытуемые экспериментальной группы на 11,6% быстрее выполняли прицельный выстрел и на 12,5% огневую задачу в целом. Это связано с высокой реактивностью отобранных кандидатов и их способностью мобильнее перестраивать свои действия в условиях водной среды.

Процент поражения мишеней участниками экспериментальной группы по итогам обучения также достоверно выше на 4,2%. На улучшение показателей стрельбы в этом случае влияет высокая общая физическая и специальная подготовленность и полученные навыки стрельбы из огнестрельного оружия на суше.

Меньший разброс стрельбы свидетельствует о целесообразности отбора обучаемых с психической устойчивостью к стрессовым раздражителям, сильным типом высшей нервной деятельности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Профессиональный отбор одаренных подводных пловцов должен быть тесно связан с оптимизацией всего процесса их подготовки – стрельбе под водой, с совершенствованием организационных форм, методики обучения и тренировки. Успешная подготовка подводных пловцов к стрельбе под водой на различных глубинах возможна лишь при условии полного соответствия каждого этапа отбора очередному этапу обучения и тренировки. Проведение комплексного профессионального отбора способствует обучению навыкам стрельбы под водой в кратчайшие сроки и с высоким качеством их освоения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Барченко, С.А. Управление временными параметрами структурного цикла плавания на базовом этапе подготовки / С.А. Барченко, О.Г. Ольховская, О.Е. Понимасов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2019. – № 10 (176). – С. 25–28.
2. Карпов, Д.А. Факторы, определяющие необходимость использования гидродинамической тренировки в длительном плавании корабельных специалистов ВМФ России / Д.А. Карпов, О.Е. Понимасов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2018. – № 9 (163). – С. 136–139.
3. Ольховская, О.Г. Структурирование амплитудно-пространственных характеристик цикла плавания юных кролистов / О.Г. Ольховская, О.Е. Понимасов, А.В. Антонов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2019. – № 11 (177). – С. 325–328.
4. Ольховская, О.Г. Формирование технико-динамической структуры движений юных пловцов на этапе начальной спортивной специализации / О.Г. Ольховская, О.Е. Понимасов, С.А. Барченко // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* – 2019. – № 10 (176). – С. 257–260.
5. Понимасов, О.Е. Гидрогенные локомоции как двигательные субстраты реализации функций прикладного плавания / О.Е. Понимасов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2014. – № 4 (110). – С. 127–130.
6. Понимасов, О.Е. Спецификация попеременно-симметричной идеально-типической комбинации техники прикладного плавания / О.Е. Понимасов, К.А. Грачев // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* – 2015. – № 3 (121). – С. 106–110.
7. Рябчук, В.В. Физиологическая характеристика способов плавания под водой в гидроизолирующем комбинезоне и комплекте № 1 / В.В. Рябчук, О.Е. Понимасов, К.А. Грачев // *Вестник Российской военно-медицинской академии.* – 2017. – № 4 (60). – С. 82–84.
8. Щеголев, В.А. Особенности применения средств гидрофитнеса для поддержания работоспособности моряков-подводников в автономном походе / В.А. Щеголев, О.Е. Понимасов, А.В. Зюкин // *Вестник Российской военно-медицинской академии.* – 2017. – № 2 (58). – С. 138–141.

REFERENCES

1. Barchenko, S.A., Olkhovskaya, O.G. and Ponimasov, O.E. (2019), "Management of time parameters of the structural cycle of swimming at the basic stage of training", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 176, No. 10, pp. 25-28.
2. Karpov, D.A. and Ponimasov, O.E. (2018), "Factors determining need in application of the hydrodynamic training in long swimming of ship specialists of the Navy of Russia", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 163, No. 9, pp. 136-139.
3. Olkhovskaya, O.G., Ponimasov, O.E. and Barchenko, S.A. (2019), "Formation of the technical and dynamic structure of movements of young swimmers at the stage of initial sports specialization", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 176, No. 10, pp. 257-260.
4. Olkhovskaya, O.G., Ponimasov, O.E. and Antonov, A.V. (2019), "Structuring the amplitude-spatial characteristics of the swimming cycle of young crawl-swimmers", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 177, No. 11, pp. 325-328.
5. Ponimasov, O.E. (2014), "Hydrogenous locomotion as motor substrates realization of functions of applied swimming", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 110, No 4, pp. 127-130.
6. Ponimasov, O.E. and Grachev, K.A. (2015), "Specification alternately symmetric ideal-typical combination of applied swimming technique", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 121, No. 3, pp. 106-110.
7. Ryabchuk, V.V., Ponimasov, O.E. and Grachev, K.A. (2017), "Physiological characteristics of the swimming stroke under water in a waterproof coverall and kit No. 1", *Vestnik Rossiiskoi Voenno-*

medicinskoi akademii, Vol. 60, No. 4, pp. 82-84.

8. Shchegolev, V.A., Ponimasov, O.E. and Zyukin, A.V. (2017), "Features of the use of hydrofitness to maintain the performance of seamen-submariners in an autonomous campaign", *Vestnik Rossiiskoi Voenno-meditsinskoi akademii*, Vol. 58, No. 2, pp. 138-141.

Контактная информация: avavifk@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 19.09.2020

УДК 796.035

ВЛИЯНИЕ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ПОДРОСТКОВ 14-15 ЛЕТ

Татьяна Анатольевна Парфенова, старший преподаватель, Тамара Сергеевна Кланюк, старший преподаватель, Ирина Анатольевна Смирнова, старший преподаватель, Тюменский индустриальный университет

Аннотация

В статье поставлена цель – изучить влияние спортивных мероприятий на психоэмоциональное состояние подростков и разработать практические рекомендации. Представлены результаты оценки психоэмоционального состояния подростков, влияния спортивных мероприятий на него. Разработаны практические рекомендации, которые в дальнейшем позволят определить спортивно-массовые мероприятия, которые будут наполнены разнообразием и помогут вовлечь детей в деятельность, где они смогут показать свои скрытые умения, навыки и способности, использовать возможность примерить на себя различные роли, а в результате определить свои сильные стороны.

Ключевые слова: физическая культура, физическое воспитание, психоэмоциональное состояние, организация мероприятий, оздоровительный лагерь, подростки 14-15 лет.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.9.p279-284

INFLUENCE OF SPORTS EVENTS ON THE PSYCHOEMOTIONAL STATE OF TEENAGERS AGED 14-15 YEARS OLD

Tatyana Anatolyevna Parfenova, the senior teacher, Tamara Sergeevna Clanyuk, the senior teacher, Irina Anatolyevna Smirnova, the senior teacher, Tyumen Industrial University

Abstract

The aim of the article is to study the influence of sports events on the psycho-emotional state of adolescents and to develop the practical recommendations. The article presents the results of assessing the psychoemotional state of adolescents, the impact of sports events on it, and developed practical recommendations that will further determine the mass sports activities that will be filled with diversity and help to involve children in activities where they can show their hidden skills, abilities and abilities. Use the opportunity to try on different roles, and as a result, determine your strengths.

Keywords: physical culture, physical education, psycho-emotional state, organization of events, health camp, teenagers 14-15 years old.

На данный момент наблюдается заметное снижение здоровья детей и подростков. На это могут влиять многие факторы: экология, хронические заболевания, гигиена, и немаловажные высокие психические нагрузки во время учебного года. Постоянный рост числа экологических заболеваний и психоэмоциональные нагрузки, стресс, высокие учебные нагрузки приводят к нервным срывам и нарушению психики ребенка. Подростковый возраст обусловлен не только половым созреванием, но и сдачей экзаменов (ГИА, ЕГЭ), как мы знаем, это влечет за собой высокую психическую нагрузку, с которой детям сложно справиться самостоятельно [3].

В связи с этим в системе оздоровления все большим спросом начали пользоваться детские оздоровительные лагеря. Родители отправляют ребенка в детский лагерь с целью