

ЛИТЕРАТУРА

1. Гонохова, А.С. Маскулинизация женского спорта и её физиологические последствия / А.С. Гонохова, Т.П. Замчий // Физкультурное образование Сибири. – 2018. – № 2(40). – С. 21–24.
2. Замчий, Т.П. Морфологические, функциональные и психологические особенности спортсменов и спортсменок силовых видов спорта с позиции полового диморфизма / Т.П. Замчий, Ю.В. Корягина // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2011. – № 7 (91). – С. 18–26.
3. Захарова, Я.Ю. Обоснование выбора тестов для контроля значимых компонентов физической подготовленности женщин, занимающихся мас-рестлингом / Я.Ю. Захарова, А.А. Захаров // Вестник Северо-восточного федерального университета им. М.К. Аммосова. Серия: Педагогика. Психология. Философия. – 2018. – № 4 (12). – С. 26–31.
4. Захарова, Я.Ю. Морфологические и функциональные характеристики спортсменок высокой квалификации, занимающихся мас-рестлингом / Я.Ю. Захарова, В.Г. Старостин, А.Ю. Петрова // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 8. – С. 50–52.
5. Панков, Г.А. Современные представления о механизмах влияния скоростно-силовых физических нагрузок на организм женщины / Г.А. Панков, Е.Г. Панкова // Адаптивная физическая культура. – 2010. – № 2 (42). – С. 17–20.
6. Челнокова, Е.А. Формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом в высшей школе / Е.А. Челнокова, Н.Ф. Агаев, З.И. Тюмасева // Вестник Мининского университета. – 2018. – Т. 6. – № 1 (22). – URL: https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/755?locale=ru_RU (дата обращения: 01.10.2021).

REFERENCES

1. Gonokhova, A.S. and Zamchiy, T.P. (2018), "Masculinization of women's sports and its physiological consequences", *Fizkulturnoe obrazovaniye Sibiri*, No. 2, pp. 21–24.
2. Zamchiy, T.P. and Koryagina, U.V. (2011), "Morphological, functional and psychological characteristics of sportsmen and sportswomen of endurance sports from the position of sexual dimorphism". *Lechebnaya fizkultura i sportivnaya meditsina*, No. 7, pp. 18–26.
3. Zakharova, Y.Y. and Zakharov, A.A. (2018), "Selecting tests for monitoring the significant components of physical preparedness of women practicing mas-wrestling", *Vestnik Severo-Vostochnogo federalnogo universiteta im. M.K. Ammosova. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Filosofiya*, No. 4, pp. 26–31.
4. Zakharova, Y.Y., Starostin, V.G. and Petrova, A.Y. (2019), "Elite female mas-wrestlers' anthropometrical and functionality characteristics", *Theory and practice of physical culture*, No. 8, pp. 50–52.
5. Pankov, G.A. and Pankova, E.G. (2010), "Modern understanding of the mechanisms of influence power-speed physical exertion on the body women". *Adaptivnaya fizicheskaya kultura*. No. 2, pp. 17–20.
6. Chelnokova, E. A., Agaev, N. F., Tumaseva, Z. I. (2018), "Formation of students' motivation for physical culture and sports in higher education". *Vestnik of Minin University*, Vol. 6, No.1, available at: https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/755?locale=ru_RU (date accessed: 10/01/2021).

Контактная информация: alalza@mail.ru

Статья поступила в редакцию 22.11.2021

УДК 796.011.3

РАЗЛИЧИЕ УРОВНЯ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ МОСКОВСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ТЕХНИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМ. Н.Э. БАУМАНА ПРИ ЗАНЯТИЯХ В МАНЕЖЕ И НА УЛИЦЕ

Владимир Владимирович Симаков, доцент, **Денис Владимирович Симаков**, старший преподаватель, Московский государственный областной университет, Москва; **Руслан Мусавинович Ярхамов**, преподаватель, **Дмитрий Борисович Горячкин**, преподаватель, **Валентин Михайлович Сушко**, преподаватель, Московский государственный технический университет им. Н.Э. Баумана, Москва; **Виктория Валерьевна Горячкина**, старший преподаватель Московский государственный лингвистический университет,

Москва

Аннотация

Введение – разнообразие в материальной обеспеченности вуза позволяет организовывать занятия по физической культуре, для студентов, с использованием разнообразных средств и методов и на различных площадках. Методика – в исследовании рассмотрены примеры занятий физической культурой в залах и на улице и влияние данных занятий на студентов. Результаты и их обсуждение – было выявлено, что в зависимости от мест занятий, у студентов в различной степени развиваются физические способности, а так же наблюдается разный уровень психологического и эмоционального состояния. Выводы – у студентов, занимающихся в помещении и на улице, развитие физических способностей идет в разном соотношении по отношению друг к другу. Полученный опыт можно использовать для решения тех или иных задач развития физических способностей у студентов, в зависимости от их уровня всестороннего развития.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, студенты, образование.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.12.p327-331

DIFFERENCE IN THE LEVEL OF TRAINING OF STUDENTS OF BAUMAN MOSCOW STATE TECHNICAL UNIVERSITY IN CLASSES IN THE ARENA AND ON THE STREET

Vladimir Vladimirovich Simakov, the senior lecturer, Denis Vladimirovich Simakov, the senior teacher, Moscow State Regional University; Ruslan Musavirovich Yarkhamov, the teacher, Dmitry Borisovich Goryachkin, the teacher, Valentin Mikhailovich Sushko, the teacher, Bauman Moscow State Technical University; Viktoria Valerievna Goryachkina, the senior teacher, Moscow State Linguistic University

Abstract

Introduction - the diversity in the material provision of the university allows you to organize physical education classes for students by using the variety of means and methods and at various venues. Methodology - the study examines examples of physical education classes in halls and on the street and the impact of these classes on students. The results and their discussion - it was revealed that, depending on the places of study, students develop physical abilities to varying degrees, as well as different levels of psychological and emotional state are observed. Conclusions - students who study indoors and outdoors develop physical abilities in different proportions in relation to each other. The experience gained can be used to solve various tasks of developing students' physical abilities, depending on their level of comprehensive development.

Keywords: physical culture, sports, students, education.

ВВЕДЕНИЕ

Предмет «физическая культура» включает в себя множество средств и методов для обучения студентов на занятиях, развития их физических способностей и улучшения здоровья. Занятия физической культурой в МГТУ им. Н.Э. Баумана позволяют студентам, не только развивать свои физические возможности, но и получать эмоциональную разрядку и стабилизировать свое психологическое здоровье. МГТУ им. Н.Э. Баумана является одним из ведущих технических ВУЗов страны и нагрузки по профильным дисциплинам достаточно высокие, что сказывается на эмоциональном состоянии студентов. Одна из основных задач физической культуры – это снятие эмоционального напряжения и смену деятельности [1, 4].

В МГТУ есть достаточно много площадок для занятий по физической культуре, как открытых, так и закрытых (легкоатлетический манеж, залы для игровых видов спорта, бассейн и т.д.). Так же часть студентов занимается в парке, где есть возможность на занятиях развивать у студентов общую выносливость. У преподавателей есть множество возможностей построения учебного процесса с использованием различных средств и методов, а так же различных спортивных площадок [5].

МЕТОДИКА

В МГТУ им. Н.Э. Баумана часть преподавателей проводит занятия на улице часть в манеже и спортивных залах и каждый преподаватель подбирает средства и методы обучения по физической культуре исходя из мест проведения занятий.

На основании вышесказанного, было решено провести анализ и выявить особенности и различия в подготовке студентов занимающихся на улице и в манеже. Так же будут рассматриваться:

- уровень развития физических способностей;
- психологическое и эмоциональное состояние студентов;
- личные предпочтения студентов по местам занятий по физической культуре.

Для проверки уровня развития физических способностей используются тесты применяемые в МГТУ им Н.Э. Баумана:

- бег 60м (сек);
- подтягивания (кол-во раз);
- кросс 3000м (мин./сек.);
- тест на гибкость (см).

Данные тесты проводятся в начале осеннего и в конце весеннего семестров. Для оценки уровня психологического и эмоционального состояния студентов и личных предпочтений по местам занятий будут производиться опросы студентов.

Исследование проводилось в 2020-2021 учебном году на базе МГТУ им. Н.Э. Баумана, в нем принимали участие 60 студентов (юношей) первого курса, из них 30 студентов занимаются в манеже и 30 студентов проводят занятия на улице и на прилегающих спортивных площадках.

Тесты по оценке физических способностей и опросы студентов проводились в начале и в конце исследования.

Во время исследования у студентов занимающиеся в манеже получали нагрузку, равномерно распределенную на развитие основных физических способностей, занятия проходили сбалансировано и на развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости и ловкости уделялось примерно одинаковое количество времени.

У преподавателей проводящих занятия на улице, значительно больше выбор средств и методов обучения и развития физических способностей. Так, например, для развития выносливости, у студентов, преподаватели применяли бег, кросс-походы, а в зимний период обучение передвижению на лыжах [3].

Для развития быстроты, силы, гибкости и ловкости применялись игровые виды спорта (футбол, волейбол, баскетбол) и специально оборудованные силовые городки [2].

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В ходе исследования были проанализированы результаты контрольных тестов, которые были получены в начале и в конце 2020/2021 учебного года. Данные тестов, групп занимающихся в манеже и на улице представлены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1 – Результаты контрольных нормативов студентов занимающихся в манеже

Контрольные тесты	Начало исследования	Конец исследования	Прирост %
бег 60м (сек)	8.45	8.11	4%
подтягивания (кол-во раз)	10	14	40%
кросс 3000м (мин./сек.)	13.21	12.57	3.5%
тест на гибкость (см)	10	14	40%

Таблица 2 – Результаты контрольных нормативов студентов занимающихся на улице

Контрольные тесты	Начало исследования	Конец исследования	Прирост %
бег 60м (сек)	8.53	8.03	6.5%
подтягивания (кол-во раз)	9	12	33%
кросс 3000м (мин./сек.)	13.04	12.10	6.5%
тест на гибкость (см)	7.5	10	30%

Из таблицы 1 видно, что при занятиях в манеже наблюдается значительный прирост результатов в «подтягиваниях» и «тесте на гибкость», по 40%. В тестах «бег на 60м» и «кросс 3000м» прирост результатов совсем незначительный 4% и 3.5%.

В таблице 2 наблюдается следующая картина: в подтягиваниях и в тесте на гибкость прирост результатов значительно меньше (33% и 30% соответственно) чем у студентов, занимающихся в манеже. Однако прирост результатов в беге на 60м и в кроссе выше на 2.5% и 3% соответственно. Это связано, прежде всего, с особенностями построения учебного процесса двух групп.

Так же, в рамках исследования, проводился опрос студентов по психологическому и эмоциональному состоянию студентов и желаемым местам занятий. В ходе опроса было выявлено, что студенты, занимающиеся в манеже, чувствуют себя более nervно и дискомфортно из-за большой загруженности манежа и большого количества занимающихся студентов. Студенты, занимающиеся на улице, напротив отмечают улучшение эмоционального состояния и хотят продолжать заниматься на улице.

ВЫВОДЫ

– В ходе исследования было выявлено, что у студентов, занимающихся в помещениях, в большей степени развиваются такие физические способности как сила, силовая выносливость и гибкость. У студентов, занимающихся на улице акцент развития физических способностей идет на выносливость и быстроту. Исходя из выбора места занятий студент, по своим предпочтениям, может выбирать какие физические способности развивать;

– так же было отмечено что у большинства студентов есть желание заниматься на улице. Это связано с психологическим и эмоциональным состоянием, а не с развитием тех или иных физических способностей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Антонов С.В. Самостоятельные занятия лыжной подготовкой – важное звено укрепления здоровья и функциональных возможностей организма студента / С.В. Антонов, Л.Ф. Грошева, Л.А. Шинкарьук // Молодежь и наука. – 2018. – № 7. – С. 83–87.
2. Подготовка студентов Московского государственного областного университета с помощью игрового метода на занятиях физической культурой / С.А. Якушин, Э.А. Чибриков, А.И. Колдашов, М.Э. Чибрикова, В.Д. Бакланов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. – № 11 (189). – С. 607–611.
3. Кривенцов А.Л. Проектирование целевых программ мезоциклов в спортивной деятельности биатлонистов / А.Л. Кривенцов, А.И. Колдашов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 5 (183). – С. 221–225.
4. Физическая культура : учебник / ред. М.Я. Виленского. – 2-е изд. стер. – Москва : КНОРУС, 2013. – 424 с.
5. Борисова О.А. Физическое развитие и адаптационные возможности студентов-первокурсников московского государственного областного университета / О.А. Борисова, А.И. Бойко, А.И. Колдашов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 10 (188). – С. 47–51.

REFERENCES:

1. Antonov, S.V., Grosheva, L.F. and Shinkaryuk, L.A. (2018), "Independent classes in ski training – an important link in strengthening the health and functional capabilities of the student's body", *Youth and science*, No. 7, pp. 83–87.
2. Yakushin, S.A., Chibrikov, E.A., Koldashov, A.I., Chibrikova, M.E. and Baklanov, V.D. (2020), "Preparation of students of the Moscow State Regional University with the help of the game method at physical culture classes", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (189), pp. 607–611.
3. Kriventsov, A.L. and Koldashov, A.I. (2020), "Designing targeted mesocycle programs in biathlon sports activities", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 5 (183), pp. 221–225.

4. Vilensky M.Ya. (2013), *Physical culture: textbook*, 2nd ed. Erased, KNORUS, Moscow.
5. Borisova, O.A., Boyko, A.I. and Koldashov, A.I. (2020), "Physical development and adaptive capabilities of first-year students of the Moscow State Regional University", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (188), pp. 47–51.

Контактная информация: simakov43@bk.ru

Статья поступила в редакцию 17.11.2021

УДК 378.14

ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА МЛАДШИХ КОМАНДИРОВ УЧЕБНЫХ ГРУПП

Алексей Вячеславович Слободчиков, заместитель начальника факультета, полковник полиции, Санкт-Петербургский университет МВД России, Санкт-Петербург

Аннотация

Служебная дисциплина является важнейшим фактором, определяющим готовность сотрудников ОВД России к выполнению своего профессионального долга перед родиной. Задачи по её формированию у личного состава возложены на начальников подразделений, а также на непосредственных командиров, осуществляющих руководство деятельностью подчинённых сил и средств. Для образовательных организаций системы МВД России в данном контексте важную роль играют младшие командиры учебных групп. Эффективное решение педагогических задач возможно только при условии грамотного подбора и воспитания кадров, отвечающих всем необходимым требованиям.

Ключевые слова: воспитание, педагогика, личный состав, личностные качества, лидерство, эмоциональный интеллект.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.12.p331-334

PROFESSIONALLY IMPORTANT PERSONAL QUALITIES OF JUNIOR COMMANDERS OF STUDYING GROUPS

Alexey Vyacheslavovich Slobodchikov, the deputy head of the faculty, police colonel, St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russian Federation

Abstract

Service discipline is the most important factor determining the readiness of employees of the Internal Affairs Department of Russia to fulfill their professional duty to the motherland. The tasks of its formation in the personnel are assigned to the heads of divisions, as well as to the direct commanders who manage the activities of subordinate forces and means. In this context, junior commanders of training groups play an important role for educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia. Effective solution of pedagogical tasks is possible only under the condition of competent selection and education of personnel who meet all the necessary requirements.

Keywords: education, pedagogy, personnel, personal qualities, leadership, emotional intelligence.

Проблема подготовки младших командиров является на сегодняшний день достаточно актуальной ввиду происходящих в обществе изменений. Постоянно меняющиеся социальные условия жизни общества, модернизация образовательного и воспитательного процесса в старших классах средних общеобразовательных учреждений неизменно влияют на личность будущих абитуриентов и курсантов учебных организаций системы МВД России. Не смотря на то, что в сфере педагогики процесс поиска, разработки и введения новых педагогических технологий находится в постоянном движении, имеющиеся формы и методы воспитательной работы с младшими командирами учебных групп не показывают должной эффективности. Представляется необходимым формирование комплексного подхода к определению способностей кандидатов по своим личностным качествам заме-