

процесса обучения в современном вузе, которая определяет его социальную важность и позволяет определять результаты образовательного процесса по степени соответствия социально – заданным целям в нормативных документах. Данная цель состоит в подготовке современных конкурентоспособных специалистов с учётом их мобильности в современных условиях глобального мирового рынка труда.

ЛИТЕРАТУРА

1. Капичников А.И. Модернизация образовательного процесса в современном вузе / А.И. Капичников, О.В. Романова, О.Б. Капичникова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 5 (111). – С. 60-63.
2. Капичников, А.И. Преемственность формирования учебной мотивации в условиях бакалавриата, магистратуры и аспирантуры / А.И. Капичников, О.В. Романова, О.Б. Капичникова // Alma mater. Вестник высшей школы. – 2015. – № 7. – С. 36-38.
3. Концепция модернизации отечественного образования на период до 2020 года [Электронный ресурс] // URL <http://www.ug.ru/archive/25192>. – Дата обращения 01.10.2015.
4. Национальная доктрина образования в РФ [Электронный ресурс] // URL : <http://sinncom.ru/content/reforma/index5.htm>. – Дата обращения 01.10.2015.
5. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ [Электронный ресурс] // URL : <http://base.garant.ru/70291362/>. – Дата обращения 30.06.2015.

REFERENCES

1. Kapichnikova O.B., Romanova O.V. and Kapichnikov A.I. (2014), "Modernization of the educational process at the modern university", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 111, No. 5, pp. 60-63.
2. Kapichnikov A.I., Romanova O. V., Kapichnikov O. B. (2015), "Continuity of formation of educational motivation in the conditions of a bachelor degree, a magistracy and postgraduate study", *Alma mater, Messenger of the highest school*, No. 7, Moscow, pp. 36-38.
3. *The concept of modernization of domestic education for the period till 2020*, available at: <http://www.ug.ru/archive/25192>
4. *The national doctrine of education in the Russian Federation*, available at: <http://sinncom.ru/content/reforma/index5.htm>.
5. *The federal law "About education in the Russian Federation" of December 29, 2012 N 273-FZ*, available at: <http://base.garant.ru/70291362/>

Контактная информация: alexsgau@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 02.11.2015

УДК 796.011.3

ВЛИЯНИЕ КОНСТИТУЦИОНАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ОРГАНИЗМА КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ НА ВЫПОЛНЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ

*Роман Викторович Камнев, старший преподаватель,
Василий Васильевич Крючков, старший преподаватель,
Волгоградская академия МВД России, г. Волгоград*

Аннотация

Влияние соматотипа человека на его двигательную деятельность доказана в многочисленных научных работах, следовательно, есть необходимость учитывать эти особенности во время обучения боевым приемам борьбы курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России. В представленной статье описываются результаты анализа двигательных действий курсантов и слушателей военных институтов МВД России различных конституциональных типов.

Ключевые слова: соматотип, конституциональные типы, боевые приемы борьбы, курсанты и слушатели.

INFLUENCE OF CONSTITUTIONAL PARTICULARS OF CADETS ORGANISM
STUDYING AT EDUCATIONAL ORGANIZATIONS OF MIA OF RUSSIA ON THE
MOTOR ACTIONS PERFORMING

*Roman Viktorovich Kamnev, the senior lecturer,
Vasily Vasilyevich Kryuchkov, the senior lecturer,
Volograd Academy of Russian Internal Affairs Ministry*

Annotation

Influence of somatotype of the man on the motor activity has been proven in the numerous scientific studies, so there is a need to take into account these features while mastering the fighting techniques of struggle by cadets and students of the educational institutions of Ministry of Internal Affairs of Russia. In the present article the authors describe the results of the analysis of motor actions of the cadets and students of the military institutes of Russian Interior Ministry with the different constitutional types.

Keywords: somatic, constitutional types, combat tricks of fighting, cadets and students.

ВВЕДЕНИЕ

Соматотип – это комплекс морфологических особенностей, определяющих телосложение человека. Телосложение или соотношение различных компонентов тела человека видоизменяются на протяжении всей его жизни, в свою очередь как соматотип обусловлен генетикой, т.е. постоянной его характеристикой. Болезни различного характера, возрастные изменения, физическая нагрузка любой интенсивности и объема способны изменить размеры и очертания тела, но не соматотип. Соматотип – тип телосложения, определяемый на основании антропометрических измерений (соматотипирования), генотипически обусловленный, конституционный тип, характеризующийся преимущественным развитием мышечной, жировой или костной ткани.

Для преподавателя физической подготовки в образовательных организациях знание соматотипа курсантов имеет большое значение. Так эти знания могут служить для создания модели эффективного выполнения двигательных действий из раздела «боевые приемы борьбы», а так же давать преподавателю комплекс морфологических характеристик, на которые он может опираться как при индивидуализации процесса обучения, так и при формировании определенного телосложения у курсантов и слушателей.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для распределения курсантов по группам мы использовали классификацию предложенную М.В. Черноруцким. На основе изучения расположения органов, их формы, особенностей метаболизма М.В. Черноруцкий предложил различать три типа конституции: астенический, гиперстенический, нормостенический. В целях распределения курсантов по группам мы использовали индекса Пинье: $I = L - (P + T)$, где L – длина тела, P – масса тела, T – окружность груди (у астеников индекс Пинье больше 30, у гиперстеников – меньше 10, соответственно, у нормостеников колеблется от 10 до 30).

Таблица 1

Распределение курсантов по типу телосложения

Тип телосложения	Девушки	Юноши
Астенический	29	36
Гиперстенический	50	39
Нормостенический	21	25

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Нами было выявлено (таблица 1), что у девушек астеническому типу соответствует 29% курсанток, гиперстеническому типу 50% и нормостеническому типу 21% курсан-

ток. У юношей астеническому типу соответствует 36% курсантов, гиперстеническому типу 39% и нормостеническому типу 25% курсантов. Эмпирическим путем нами было выявлено (таблица 2), что девушки астенического типа при выполнении приемов задержания и сопровождения чаще всего выполняют задержание «замком», гиперстенического «нырком», нормостенического «нырком».

Таблица 2

Результаты тестирования курсантов-девушек различного типа телосложения

Выполняемое двигательное действие	Девушки		
	Астенического типа	Гиперстенического типа	Нормостенического типа
Задержание и сопровождение	Задержание «замком»	Задержание «нырком»	Задержание «нырком»
Приемы борьбы	Подножки	Подножки и броски через бедро (плечо)	Броски через бедро
Освобождения	От захватов: за шею, двух рук сверху и одной руки двумя сверху	От захвата шеи двумя руками спереди, обхвата туловища сзади без рук и с руками	От захвата за шею двумя руками спереди, обхвата туловища сзади с руками, захвата одной руки двумя сверху
Защита от ударов ножом	Удар сбоку	Удар снизу и сверху	Удар сбоку, сверху и снизу
Защита от ударов руками и ногами	Удар рукой сбоку и снизу	Удар рукой снизу и сбоку, удар ногой сбоку	Удар рукой сбоку, снизу, наотмашь, удар ногой сбоку и снизу.

При выполнении приемов борьбы курсанты-девушки астенического типа предпочитают выполнять подножки, гиперстенического подножки и броски через бедро (плечо), нормостенического броски через бедро. Во время выполнения освобождения от захватов и обхватов у представительниц астенического типа лучше получается освобождение от следующих захватов: за шею, за две руки сверху и захвата одной руки двумя сверху; у представительниц гиперстенического типа получают освобождения от захвата за шею двумя руками спереди, обхвата туловища сзади; у представительниц нормостенического типа лучше получают освобождения от захвата за шею двумя руками спереди, обхвата туловища сзади и захвата одной руки двумя сверху. Во время выполнения защиты от ударов ножом у представительниц астенического типа лучше всего получается защита от удара ножом сбоку; у курсантов-девушек гиперстенического типа получают защиту от ударов ножом снизу и сверху; у представительниц нормостенического типа лучше получают защиту от удара ножом сбоку, сверху и снизу. Во время выполнения защитных действий от ударов руками и ногами курсанты-девушки астенического типа телосложения лучше всего выполняют защиту от удара рукой сбоку и снизу. Представительницы гиперстенического типа телосложения уверенно выполняют защиты от ударов рукой сбоку и снизу, удара ногой сбоку. Курсанты-девушки нормостенического типа телосложения хорошо выполняют защитные действия от удара рукой сбоку, снизу, наотмашь, удар ногой сбоку и снизу.

Курсанты-юноши (таблица 3) при выполнении приемов задержания и сопровождения выполняют следующие действия: представители астенического типа телосложения чаще всего выполняют задержание «рывком», гиперстенического задержание «рывком», нормостенического типа задержание «нырком» и «рывком». При выполнении приемов борьбы курсанты-юноши астенического типа предпочитают выполнять переднюю подножку, гиперстенического типа бросок через плечо, нормостенического броски через бедро, заднюю подножку с захватом одной ноги. Во время выполнения освобождения от захватов и обхватов представители астенического типа уверенно выполняют освобождения от захватов за шею и захвата двух рук сверху. Курсанты-юноши гиперстенического типа уверенно выполняют освобождения от захвата за шею сзади и обхвата туловища спереди с руками. Представители нормостенического типа уверенно выполняют освобождения от захвата за шею двумя руками спереди и сзади. Во время выполнения защиты от ударов ножом курсанты-юноши астенического типа хорошо выполняют защиту от

удара ножом наотмашь; курсанты гиперстенического типа – защиту от удара ножом снизу и сверху; представители нормостенического типа телосложения – защиту от удара ножом снизу и сверху.

Таблица 3

Результаты тестирования курсантов-юношей различного типа телосложения

Выполняемое двигательное действие	Юноши		
	Астенического типа	Гиперстенического типа	Нормостенического типа
Задержание и сопровождение	Задержание «рывком»	Задержание «рывком»	Задержание «нырком» и «рывком»
Приемы борьбы	Передняя подножка	Бросок через плечо	Броски через бедро, задняя подножка с захватом одной ноги
Освобождения	От захватов: за шею, захвата двух рук сверху	От захвата за шею сзади, обхвата туловища с руками	От захвата за шею двумя руками спереди и сзади
Защита от ударов ножом	Удар наотмашь	Удар снизу и сверху	Удар снизу и сверху
Защита от ударов руками и ногами	Прямой удар рукой, удар ребром ладони сбоку	Удар рукой снизу в живот, удар ногой подъемом стопы	Прямой удар рукой, удары рукой сбоку и снизу, удар ногой сбоку

Во время выполнения защитных действий от ударов руками и ногами у представителей астенического типа телосложения лучше всего получается защита от прямого удара рукой и удара ребром ладони сбоку; у курсантов-юношей гиперстенического типа защита от удара рукой снизу в живот, удара ногой подъемом стопы; у представителей нормостенического типа защита от прямого удара рукой, удара рукой сбоку и снизу, удара ногой сбоку.

Контактная информация: taekvondoroman@mail.ru

Статья поступила в редакцию 02.11.2015

УДК 796.077.5

ФОРМИРОВАНИЕ КОМПЕТЕНТНОСТИ СПЕЦИАЛИСТА НА ОСНОВЕ ИННОВАЦИОННЫХ ПОДХОДОВ К ПРЕПОДАВАНИЮ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Владимир Юрьевич Карпов, доктор педагогических наук, профессор, Российский государственный социальный университет (РГСУ), г. Москва; **Наталья Михайловна Лапина**, кандидат педагогических наук, доцент, Поволжская государственная социально-гуманитарная академия (ПГСГА), г. Самара; **Елена Дмитриевна Бакулина**, кандидат педагогических наук, доцент, Российский государственный социальный университет (РГСУ), г. Москва

Аннотация

Создание научно-методических предпосылок к освоению учебной дисциплины «Теория и методика физической культуры», внедрением инновационных подходов и учетом исторического опыта становления и развития теории и методики физической культуры позволит поднять на новый уровень профессиональную компетентность академического бакалавра по направлению физическая культура.

Ключевые слова: физическая культура, профессиональная подготовка, система знаний, коммуникативность, компетентность, теоретические знания, профессиональная деятельность, комплексная диагностика.