

зервов: высоким уровнем парасимпатической активности при минимуме гуморально-метаболической, являющихся маркерами высокого уровня аэробно-анаэробной выносливости. В свою очередь, второе место в КСУ и поражение в кроссовой подготовке обеспечивается в группе ОРИН усилением в вегетативном обеспечении симпатических приоритетов.

ВЫВОДЫ

1. Профессиональные группы курсантов различаются не только по уровню адаптационных резервов, но и качеству их использования в процессе адаптации.
2. Состояние нейрогуморальной регуляции курсантов принадлежащих к разным профессиональным группам определяет их физические возможности.
3. Аэробно-анаэробная выносливость в профессиональных группах курсантов определяется увеличением общего уровня адаптационных резервов (ТР), преимущественно за счет вегетативной составляющей (LF и HF), ведущим компонентом которой является парасимпатическая (HF) активность. Скоростно-силовые качества при сохранении общей тенденции роста адаптационных резервов за счет вегетативного обеспечения, характеризуются возрастанием доли симпатического (LF) участия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Изменчивость кардиоритмограммы при непредельных физических нагрузках / А.Л. Похачевский, А.В. Фомичев, С.А. Глушков, А.Н. Воробьев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 9 (115). – С. 122-127.
2. Михайлов, В.М. Нагрузочное тестирование под контролем ЭКГ: велоэргометрия, тредмилл-тест, степ-тест, ходьба / В.М. Михайлов. – Иваново : Талка, 2008. – 545 с.
3. Task force of the European of cardiology and the North American society of pacing and electrophysiology. Heart rate variability. Standarts of measurements, physiological interpretation, and clinical use // Circulation. – 1996. – Vol. 93. – P. 1043-1065.

REFERENCES

1. Pokhachevskiy, A.L., Fomichev, A.V., Glushkov, S.A. and Vorob'ev, A.N. (2014), "Variability of cardiac rhythmgram under non-limiting physical load", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 115, No 9, pp. 122-127.
2. Mikhailov, V.M. (2008), *Stress testing under the supervision of ECG: cycle ergometer test, treadmill test, step test, walking*, Talka, Ivanovo.
3. "Task Force of the European of Cardiology and the North American Society of Pacing and Electrophysiology. Heart Rate Variability. Standarts of Measurements, Physiological Interpretation, and Clinical Use" (1996), *Circulation*, Vol. 93, pp. 1043-1065.

Контактная информация: sport_med@list.ru

Статья поступила в редакцию 04.03.2015.

УДК 796.011

МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ТАМОЖЕННОГО ДЕЛА

Инна Владимировна Прохорова, кандидат педагогических наук, доцент, Волгоградская государственная академия физической культуры («ВГАФК»); **Геннадий Александрович Дзержинский**, кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой, Волгоградский филиал Российской академии народного хозяйства государственной службы; **Сергей Геннадьевич Дзержинский**, магистрант, Волгоградская государственная академия физической культуры («ВГАФК»)

Аннотация

В статье представлены результаты экспериментальной методики физической подготовки, разработанной с учетом требований профессиограммы к составу исполнительских действий, и обеспечивающей готовность будущих специалистов таможенной службы к осуществлению про-

фессиональных обязанностей.

Ключевые слова: методика, физическая подготовка, студенты, таможенная служба.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.03.121.p113-118

METHODS OF PHYSICAL TRAINING OF THE FUTURE SPECIALISTS OF CUSTOMS AFFAIRS

Inna Vladimirovna Prokhorova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Volgograd State Academy of Physical Education; Gennady Aleksandrovich Dzerzhinsky, the candidate of pedagogical sciences, Department chairman, Volgograd branch of Russian Academy of National Economy and Public Administration; Sergey Gennadievich Dzerzhinsky, the master, Volgograd State Academy of Physical Education

Annotation

The article presents the results of the experimental methods of physical training, designed to meet the requirements for the composition of the profессиogram of performing actions and ensuring readiness for future customs officers to carry out the professional responsibilities.

Keywords: methods, physical training, students, customs service.

ВВЕДЕНИЕ

Происходящие в настоящее время социальные, экономические и политические изменения в нашей стране существенно повысили требования к подготовке специалистов таможенного дела.

По мнению В.П. Артемьева, В.В. Шутова (2004), А.Е. Каткова (2014), В.С. Кузнецова (2012) и других авторов, именно на занятиях по физической культуре создаются предпосылки для сокращения сроков профессиональной адаптации, успешного освоения профессионально важных двигательных способностей, для достижения высокой работоспособности и повышения ресурсов организма.

Сравнительный анализ профессиограммы и компетенций, которыми должен обладать будущий сотрудник таможенной службы, позволяет заключить о некотором несоответствии ожидаемых результатов. Прежде всего, это касается компетенции, обязывающей студента владеть приемами обеспечения готовности к достижению должного уровня физической подготовки для осуществления профессиональных обязанностей.

МЕТОДИКА

Проведенное с целью изучения состояния проблемы предварительное тестирование, позволило выявить достоверное ухудшение ряда показателей физического развития, функционального состояния и физической подготовленности у студентов от курса к курсу.

Выявленная отрицательная тенденция свидетельствует о недостатках в процессе физической подготовки студентов на обязательных физкультурных занятиях в вузе, которые могут быть исправлены путем коррекции существующей методики за счет расширения арсенала используемых средств физической подготовки.

По нашему мнению, средства физической подготовки должны быть более разнообразными и решать не только задачи повышения общей физической работоспособности, но и способствовать формированию профессионально важных психомоторных свойств и физических качеств будущих специалистов таможенного дела. Это представляется возможным в случае учета основного состава профессиональных исполнительских действий.

В состав профессиональных исполнительских действий специалисты включают следующие:

- сочетание в рабочей позе статического и динамического режимов работы мышц;
- активная работа пальцев, кистей рук, верхних и нижних конечностей;

- хорошая координация движений в ходе длительной работы;
- способность к распределению усилий с учетом заданного времени;
- приоритет внимательности и психомоторики (А.М. Столяренко, 2001).

Исходя из приведенных данных в методику физической подготовки были включены:

1) различные упражнения силового характера в статическом, динамическом и статодинамическом режимах без отягощений и с дополнительными отягощениями (гантели, тренажеры, штанга и др.) для мышц рук, ног и туловища;

2) упражнения в жонглировании, различные варианты бросков, ловли, ведения руками и ногами мячей различного диаметра;

3) задания на точность в ходе стандартной физической нагрузки малой и средней интенсивности (бег, спортивные игры и др.);

4) круговая тренировка различной интенсивности, направленная на развитие физических качеств и психомоторных свойств;

5) физические упражнения на силу, быстроту движений и выносливость, включающие выполнение дополнительных заданий на внимание, быстроту мышления и запоминание.

Следует заметить, что представленный экспериментальный набор средств физической подготовки, по нашему мнению, направлен на решение комплекса задач общей и профессионально-прикладной физической подготовки.

Безусловными отличительными признаками данной экспериментальной методики физической подготовки будущих специалистов таможенного дела являлись соответствие ее содержания требованиям профиограммы, и, введенное, в этой связи, сочетанное использование физических упражнений различной кинематической и динамической направленности (сочетание упражнений на выносливость с упражнениями на точность движений, упражнений на силу и упражнений на внимание и т.д.). Такое моделирование будущих условий профессиональной деятельности будет значительно более эффективным способом профессионально-прикладной физической подготовки студентов, чем общепринятый подход раздельной общей и специальной физической подготовки, наблюдающийся в исследуемый период в спортивных залах вуза.

Реализация экспериментальных средств, подобранных с учетом требований профессии к составу исполнительских действий, совпадала с традиционным подходом к использованию физических упражнений различной направленности: упражнения на быстроту движений, включающие выполнение дополнительных заданий на внимание, запоминание, давались студентам в начале основной части; спортивные игры (волейбол, баскетбол, настольный теннис, бадминтон), связанные с выполнением дополнительных заданий на развитие психических качеств и заданий на точность, а также заданий в жонглировании, давались в середине или конце основной части; различные упражнения силового характера в статическом, динамическом и статодинамическом режимах без отягощений и с дополнительными отягощениями (гантели, тренажеры, штанга и др.) для мышц рук, ног и туловища в тренажерном или спортивном залах давались в конце основной части. С периодичностью одно занятие из двух в середине основной части занятия проводилась круговая тренировка различной интенсивности, направленная на развитие физических качеств и психомоторных свойств, которая заменяла собой силовую подготовку. Дозировка выполняемых упражнений регулировалась на занятии с учетом пола и подготовленности студентов экспериментальной группы.

Педагогический эксперимент продлился четыре месяца и занял семестр с сентября 2014 г. по декабрь 2014 г. включительно. В этот период времени проходило исходное тестирование контрольной и экспериментальной групп (сентябрь), реализовывалась экспериментальная методика (сентябрь-декабрь) и проводилось итоговое тестирование опытных групп (декабрь).

В течение указанного семестра экспериментальная группа занималась по разработанной нами методике, а контрольная группа занималась по традиционной методике, включающей использование средств легкой атлетики, спортивных игр и силовой подготовки в тренажерном зале без акцента на профессионально важные психомоторные свойства и физические качества.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Для проведения предварительного и итогового тестирований, проводившихся в начале и конце формирующего эксперимента, нами были определены, исходя из профессиограммы и состава исполнительских действий, профессионально значимые показатели состояния организма.

В основу тестовой программы были заложены два исследовательских блока:

- первый включал тесты, отражающие физическое развитие, функциональное состояние и физическую подготовленность студентов экспериментальной и контрольной групп,
- второй включал тесты, позволяющие оценивать профессионально важные психомоторные свойства.

Предварительное тестирование физического развития, функционального состояния, физической подготовленности и профессионально важных психомоторных свойств позволило установить, что сформированные из студентов 3 курса ($n=47$), обучающихся по специальности "Таможенное дело", экспериментальные и контрольные группы однородны, так как они не имели достоверных различий по всем заявленным показателям.

По истечении срока формирующего эксперимента, который длился четыре месяца было проведено повторное итоговое тестирование.

В результате проведенного эксперимента в показателях физического развития экспериментальной группы наблюдалось достоверное увеличение только показателей кистевой динамометрии (как у девушек, так и у юношей) и становой динамометрии (юноши) (при $p<0,05$).

Анализ показателей функционального состояния по итогам выполнения пробы Штанге, индекса функционального состояния и ортопробы также обнаружил их достоверное улучшение у студентов экспериментальной группы по сравнению со студентами контрольной группы при $p<0,05$. Особо следует отметить значимость достоверного улучшения показателей пробы Штанге и индекса функционального состояния ($p<0,05$), которые отражают не только дыхательные способности, но и волевые усилия исследуемых и, следовательно, силу и активность их нервной системы. Следует отметить достоверно возросшую за период эксперимента физическую работоспособность студентов экспериментальной группы. Несмотря на то, что межгрупповые достоверные различия обнаружены не были, так как длительность формирующего эксперимента, по-видимому, недостаточна, внутригрупповой анализ выявил достоверное улучшение показателей у студентов экспериментальной группы. Так показатель PWC_{170} увеличился у юношей на 6,7%, у девушек – на 5,4%; а показатель МПК улучшился на 5,8% у юношей и на 4,8% – у девушек ($p<0,05$). Данный факт отражает возросшие возможности функциональных систем, развитие выносливости нервной системы и хороший кислородный обмен в тканях.

Эти положительные сдвиги мы объясняем наличием достаточного объема упражнений и разнообразных способов их организации, позволяющих более эффективно развивать общую и специальную выносливость у студентов экспериментальной группы.

Результаты анализа изменения показателей физической подготовленности свидетельствуют о том, что наиболее существенные и достоверные изменения у юношей экспериментальной группы произошли в силе мышц верхнего плечевого пояса и туловища (полученные значения имеют достоверность различий при $p<0,05$), а у девушек экспери-

ментальной группы в показателях скоростно-силовых качеств ног, силе мышц рук и туловища ($p < 0,05$).

В комплекс тестов, отражающих психомоторные свойства студентов, были включены испытания, связанные с оценкой быстроты простой двигательной реакции на световой сигнал, сенсомоторной координации и внимания, оцениваемых по качеству прохождения электронного лабиринта до и после выполнения силового упражнения, максимальной частоты движений рукой, точности воспроизведения интервалов времени и мышечных усилий.

Полученные в конце эксперимента результаты свидетельствуют, что у юношей и девушек экспериментальной группы достоверно лучше показатели сенсомоторной координации ($p < 0,05$) и точности воспроизведения мышечных усилий ($p < 0,05$) по сравнению с их однокурсниками из контрольных группы.

Вместе с тем, следует отметить, что несмотря на отсутствие межгрупповых различий в экспериментальной группе обнаружены достоверные внутригрупповые улучшения показателей. Так у юношей экспериментальной группы результаты в теппинг-тесте повысились на 26% ($p < 0,05$), у девушек экспериментальной группы на 24% в теппинг-тесте и на 27% в точности воспроизведения временных интервалов ($p < 0,05$).

Данный факт свидетельствует о значительно возросшем балансе и пластичности, концентрации и координации нервных процессов у студентов экспериментальной группы в ходе исследования, а, следовательно, об улучшении функционирования не только нервной, но и мышечной систем организма.

Подводя итоги проведенного повторного тестирования различных сторон подготовленности и психомоторных свойств студентов опытных групп, можно констатировать факт достоверно возросшего потенциала, включающего проявления психомоторики, функционального состояния и физической подготовленности, у студентов экспериментальной группы. Несмотря на небольшую длительность формирующего эксперимента, тенденции и сила изменений в большинстве изучаемых показателей свидетельствуют о правильности выбранного направления профессионально-прикладной физической подготовки студентов и об эффективности разработанной методики их физической подготовки.

ВЫВОДЫ

1. Методика физической подготовки будущих специалистов таможенного дела должна опираться на состав исполнительских действий, что предполагает, с одной стороны, подбор физических упражнений, обеспечивающих эффективное развитие профессионально важных функциональных способностей, психомоторных свойств и физических качеств, с другой, обеспечивать сочетанное использование средств общей и специальной (профессионально-прикладной) физической подготовки, с третьей, моделирование будущих условий профессиональной деятельности.

2. Экспериментальная методика физической подготовки способствует достоверному улучшению показателей функционального состояния (в тестах PWC170, МПК, индекса функционального состояния), физической подготовленности (силы мышц верхних конечностей и брюшного пресса), психомоторных свойств (в тестах на сенсомоторную координацию и дифференциацию мышечных усилий) у студентов экспериментальной группы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Артемьев, В.П. Теория и методика физического воспитания. Двигательные качества : учеб. пособие / В.П. Артемьев, В.В. Шутов. – Могилев : Изд-во Могилевского гос. ун-та им А.А. Кулешова, 2004. – 284 с.
2. Катков, А.Е. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов таможенных органов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Катков А.Е. – СПб., 2014. – 24 с.

3. Кузнецов, В.С. Теория и методика физической культуры : учебник для вузов / В.С. Кузнецов. – М. : Академия, 2012. – 416 с.
4. Прикладная юридическая психология / под ред. А.М. Столяренко. – М. : Юнити, 2001. – 639 с.

REFERENCES

1. Artemyev, V.P. and Shutov, V.V. (2004), *Theory and technique of physical training. Motive qualities: studies*. Grant, publishing house of Mogilev state University, Mogilev.
2. Katkov, A.E. (2014), *Professional and applied physical training of students of higher education institutions of customs authorities*, dissertation, St. Petersburg.
3. Kuznetsov, V.S. (2012), *Theory and technique of physical culture: the textbook for higher education institutions*, Academy, Moscow.
4. Ed. Stolyarenko, A.M. (2001), *Applied legal psychology*, Unity, Moscow.

Контактная информация: dzer-family@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 10.03.2015.

УДК 378

ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ГОТОВНОСТЬ КУРСАНТОВ ВУЗОВ МВД РОССИИ К ОПЕРАТИВНО-РОЗЫСКНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Павел Владимирович Пугач, кандидат педагогических наук, доцент,
Дальневосточный юридический институт МВД России, Хабаровск*

Аннотация

В статье представлены результаты исследований автора по обоснованию факторов, определяющих готовность курсантов вузов МВД России к оперативно-розыскной деятельности. К ним автор относит: знание специфики оперативно-розыскной деятельности; наличие практического опыта оперативно-розыскной деятельности; наличие высокого уровня физической готовности и подготовленности курсантов в единоборствах; высокий уровень морально-психологической подготовленности к оперативно-розыскной деятельности; наличие стремления овладеть новыми умениями по противодействию современным видам преступлений. Кроме того, сюда же относятся: высокий нравственно-интеллектуальный уровень готовности к оперативно-розыскной деятельности; высокий уровень личной организованности и служебной дисциплины; негативное отношение к коррупции в сфере оперативно-розыскной деятельности.

Ключевые слова: факторы; формирование готовности; оперативно-розыскная деятельность; вузы МВД России; курсанты; средства и методы обучения.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.03.121.p118-121

FACTORS DEFINING READINESS OF CADETS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OF RUSSIA FOR OPERATIONAL SEARCH ACTIVITY

*Pavel Vladimirovich Pugach, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Ministry of Internal Affairs Far East legal institute of Russia, Khabarovsk*

Annotation

Results of researches of the author on justification of the factors defining readiness of cadets of higher education institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia for operational search activity are presented in article. The author carries to them: knowledge of the specifics of operational search activity; existence of the practical experience in operational search activity; existence of high level of physical readiness and readiness of cadets in single combats; high level of moral and psychological readiness to operational search activity; existence of aspiration to seize new abilities on counteraction to modern types of crimes. Besides, here belongs the following: high moral and intellectual level of readiness for operational search activity; high level of personal organization and office discipline; negative attitude to corrup-