

5. Trofimova, O.S., Sudar, V.V. and Morozova A.Yu. (2020), "Content of pilot work on physical fitness of 30-year-old women through aerobic programs", *Materials of the scientific and scientific-methodical conference of the teaching staff of the Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism*, Krasnodar, No. 1. pp. 205–206.

Контактная информация: votrofim@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 28.05.2021

УДК 378.015

**РАЗВИТИЕ СТИМУЛОВ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ У КУРСАНТОВ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ УГОЛОВНО-ИСПОЛНИТЕЛЬНОЙ
СИСТЕМЫ КАК ОСНОВНОЙ ФАКТОР СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ НАВЫКОВ
БОЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ**

Андрей Андреевич Трунтягин, доцент, майор внутренней службы, Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний России, Рязань; Джамидин Татжитдинович Гаджиев, старший преподаватель, подполковник внутренней службы, Владимирский юридический институт Федеральной службы исполнения наказаний; Игорь Александрович Макаров, аспирант, Национальный институт бизнеса, Москва; Роман Алексеевич Мальцев, аспирант, Московская государственная Академия физической культуры, Малаховка; Алексей Владимирович Новиков, преподаватель, Пермский институт Федеральной службы исполнения наказаний России

Аннотация

Целью исследования является изучение аспектов повышения и совершенствования физических навыков курсантов в образовательных организациях Федеральной службы исполнения наказаний России. Объектом исследования являются общественные отношения, возникающие в процессе занятия Физической культурой и спортом у курсантов. Предметом исследования выступают труды и работы ученых, изучавших процесс развития физических навыков, а также педагогические условия совершенствования и возникновения интереса к физической подготовке у курсантов. К основным методам исследования, использованным в статье можно отнести: анализ, синтез, классификацию и формализацию. В работе сделан вывод о том, что стимулами у курсантов к выполнению упражнений по физической подготовке и совершенствованию спортивных навыков выступают: желание получить хорошую отметку и улучшить свою физическую форму, а также стремление показать свои способности и улучшить состояние здоровья.

Ключевые слова: мотивация, стимулирование, образовательные организации.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.8.p329-333

**DEVELOPMENT OF INCENTIVES TO GO IN FOR SPORTS AMONG CADETS OF
EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE PENAL SYSTEM AS A BASIS FOR
IMPROVING THE SKILLS OF COMBAT AND PHYSICAL TRAINING**

Andrey Andreevich Truntyagin, the senior lecturer, Major of Internal Service, Academy of Law and Management of the Federal Penitentiary Service of Russia, Ryazan; Jamidin Tatzhitdinovich Hajiyeve, the senior teacher, Lieutenant Colonel of the Internal Service, Vladimir Law Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia; Igor Aleksandrovich Makarov, the post-graduate student, National Institute of Business, Moscow; Roman Alekseevich Maltsev, the post-graduate student, Moscow State Academy of Physical Culture, Malakhovka; Alexey Vladimirovich Novikov, the teacher, Perm Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia

Abstract

The purpose of the research is to study the aspects of improving and perfection of the physical skills of the students and cadets in the educational organization. The object of the research is the social

relations that arise in the process of physical education among the cadets and students. The subject of the research is the process of developing physical skills, pedagogical conditions for improving and developing interest in physical training among cadets and students. The main research methods used in the article include: the analysis, synthesis, classification and formalization. The article concludes that the incentives for the cadets and students to perform physical training exercises and improve sports skills are the following ones: the desire to get the good mark and improve their physical shape, as well as the desire to show their abilities and improve their health.

Keywords: motivation, stimulation, and educational organizations.

Занятия по физической культуре и спорту (ФКиС) в высших учебных заведениях являются неотъемлемой частью образования для будущих специалистов, а также важным составляющим критерием для сохранения физического и психического здоровья человека. Стоит отметить, что занятия физической культурой и спортом влияют на взгляды человека, его жизненные ценности и принципы, а также на внутренний тонус.

Нами были рассмотрены различные мнения авторов на тему физической подготовки.

С.А. Моськин считает, что для будущих сотрудников физическая культура и спорт – один из основных предметов, который помогает приобрести и развить профессиональные качества: силу воли и духа, воинскую дисциплину, скорость реакции и т.д. [2].

По мнению С.Н. Баркалова, физическая культура и спорт охватывает такие свойства и жизненные установки человека, которые позволяют ему развиваться в единстве с культурой общества, достигать гармонии в работе и творческом процессе, находить равновесие чувств и эмоций, а также получать духовное удовлетворение [3].

Выполнение упражнений по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» повышает социальную устойчивость личности, помогает продуктивно трудиться, поддерживает её психическое здоровье. Но для достижения желаемых результатов по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» важна мотивация. Изучением мотивационного аспекта занятий по физической культуре и спорту среди курсантов занимались многие ученые: В.И. Шахов, Г.Д. Бабушкин, О.П. Ложкина [5].

М.Б. Кузнецов определяет мотивацию, как процесс побуждения человека к совершению тех или иных действий и поступков, которые представляют собой сложный акт, требующий анализа и оценки альтернатив, а также взвешенного принятия решения [4].

Напротив, отсутствие занятий по физической культуре и спорту приводит к духовной и физической ограниченности личности, так как спортивные занятия тесно связаны не только с физическим развитием и совершенствованием функциональных систем организма человека, но и с формированием жизненно необходимых качеств, свойств и черт личности, которые в будущем необходимы для осуществления успешной квалифицированной работы. То есть из вышесказанного, можно сделать вывод, нужна мотивация для продуктивной работы. Рассмотрим четыре позиции, которые составляют структуру физической мотивации:

1. Желание самосовершенствоваться;
2. Самовыражение и самоутверждение;
3. Общественные установки;
4. Удовлетворение личных потребностей.

Для педагога важно найти индивидуальный подход к каждому курсанту, замотивировать их на достижение определенных результатов.

Анализ специальной литературы, в том числе трудов А.К. Маркова, Т.А. Матиса, А.А. Стрелков, показывает, что формирование стимулов у курсантов осуществляется под воздействием внутренних и внешних факторов. К внутренним стоит отнести потребности индивидуума, а к внешним – ситуации, в которых необходимо продемонстрировать свои физические навыки [7]. Например, курсант учится на отлично, но с занятиями по физической культуре и спорту у него наблюдаются проблемы. Важно, что у него есть стимул

стать отличником, а это означает, что для достижения своей цели он будет прилагать больше усилий в совершенствовании навыков по физической культуре и спорту. Опытный педагог, видя старания курсанта, может дать полезные советы, и курсант, чувствуя поддержку преподавателя, будет еще больше стараться, чтобы достичь желаемого результата. Также стоит рассмотреть личностную систему мотивации, которая определяет эффективность потребности осмысленной и творческой самоорганизации физической культуры личности. Ее наиболее подробно изучали Ю.Д. Железняк и С.А. Моськин. [6] Самоорганизация – одно из средств становления личности. Потребности в самоорганизации используются в практике физического воспитания и нацелены на развитие способностей, которые необходимы для развития волевых качеств личности. Следует сказать, что такими качествами являются: устойчивость, стойкость, способность к сопротивлению различным физическим нагрузкам, волевые старания, двигательные качества и т.д.

Преподавателю необходимо находить индивидуальный подход к каждому курсанту для того, чтобы занятия проходили более эффективно. Это означает, что преподаватель должен знать особенности каждого обучаемого при занятиях физической подготовкой.

На наш взгляд, учебный процесс должен сводиться к следующей форме: показ правильного выполнения упражнения, а далее практическое выполнение задания каждым обучающимся. Не стоит забывать, что преподаватель в любую минуту занятия должен быть свободен для консультации и демонстрации упражнения.

Также необходимо уделить внимание и методам стимулирования. Им особое внимание уделял А.В. Алдошин. [1] Одним из эффективных способов стимулирования интереса к занятиям по Физической культуре и спорту являются различные спортивно-массовые мероприятия, а также соревнования на различных уровнях. На наш взгляд, при помощи использования «соревновательного момента» при проведении занятий по Физической культуре и спорту увеличивается скорость понимания правил выполнения того или иного упражнения, так как курсанты, видя успешную тактику выполнения того или иного задания другой командой, начинают ее копировать и использовать в своих целях. Таким образом, быстрое принятие решение по выбору тактики выполнения задания и скорость его реализации прямым образом отражаются на спортивных результатах соревнования.

Существуют и такие методы стимулирования, как:

- о Моральное поощрение и порицание;
- о Соревнование (соперничество) как стимулирующий фактор;
- о Наличие перспективы, конкретной цели.

Первый метод является самым простым и самым существенным, так как обучающийся в состоянии быстро понять реакцию преподавателя на выполнение указанных упражнений. При правильном выполнении преподаватель может похвалить обучающегося, тем самым он увеличит в нем уровень уверенности и даст мотивацию для более интенсивного и эффективного занятия спортом. Или, когда он неправильно выполняет упражнение, то стоит более заботливо продемонстрировать на своем примере правильность его выполнения.

Про второй метод, мы говорили выше про использование «соревновательного момента».

Третий метод означает, что у человека есть какая-то конкретная цель. Приведем пример, допустим, участие в марафоне по бегу. Поэтому чтобы добиться этой цели, нужна серьезная подготовка и тренировки постоянные.

Здоровье есть бесценное состояние не только отдельного человека, но и всего общества. По мнению В.В. Лукьянова, здоровье – это феномен человеческого существования, который в большой степени определяется условиями его жизненной деятельности [3]. Среди факторов здорового образа жизни сложно представить главные и второстепенные, так как лишь в комплексе они могут оказывать желаемый эффект, формировать и со-

хранять здоровье человека. Тем не менее, нужно отметить такие факторы, как двигательная активность, режим, от особенностей которого в большой степени находится в зависимости здоровье, гармоничность физического формирования, функциональное состояние организма, по особенностям которого можно судить о мотивационно-ценностных особенностях, направленности индивидуума, жизненных установках.

Сотрудниками кафедры физической подготовки и спорта Академии ФСИН России было проведено анкетирование 2 групп курсантов 2 курса юридического факультета Академии ФСИН России и 2 групп курсантов 2 курса Владимирского юридического института ФСИН России. Всего в опросе приняло участие 100 человек. Из них 20 человек являлись лицами женского пола, что также отразилось на результатах исследования. Курсантам был задан вопрос об их мотивации занятием Физической подготовкой и спорт и предложены соответствующие варианты ответа. Основной задачей выступало стремление авторов выявить мотивы, побуждающие курсантов образовательных учреждений заниматься физическими упражнениями как в рамках дисциплины «Физическая подготовка и спорт», так и вне учебного процесса. Анализ результатов каждого курса проводился в отдельности (таблицы 1, 2).

Таблица 1 – Результаты анкетирования курсантов 2 курса юридического факультета Академии ФСИН России (50 человек: 40 юношей, 10 девушек)

Мотив	%, опрошенных
Получение хорошей оценки	27
Улучшение физической формы	30
Желание не отставать от сверстников	18
Улучшение состояния здоровья	16
Стремление показать свои способности	9

Таблица 2 – Результаты анкетирования курсантов 2 курса юридического факультета Владимирского института ФСИН России (50 человек: 40 юношей, 10 девушек)

Мотив	%, опрошенных
Получение хорошей оценки	31
Улучшение физической формы	29
Желание не отставать от сверстников	18
Улучшение состояния здоровья	10
Стремление показать свои способности	12

Стоит отметить, что в рамках проведения анкетирования был предложен выбор внешних и внутренних факторов стимулирования. Исходя из данных анкетирования, следует полагать, что для курсантов 2 курса юридических факультетов Академии ФСИН России и Владимирского юридического института ФСИН России наиважнейшим мотивом занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт» выступает желание получить хорошую оценку и улучшить физическую форму, к наименее значимым стоит отнести улучшение состояния здоровья и стремление показать свои способности. Это означает, что курсанты, приходя на занятия по Физической культуре и спорту, хотят получить профессиональные навыки, которые могут пригодиться им как будущим специалистам.

В заключении хотелось бы отметить, что существенной чертой современной жизни является малоподвижность. Нет более оптимального физиологического метода стимуляции разных систем человеческого организма, чем мышечная (физическая) работа. С помощью тренировки она совершенствует механизмы регулирования, которые направлены на восстановление функций разных органов и систем, а также показателя трудоспособности человека. Именно физические упражнения выступают результативным методом увеличения сопротивляемости организма неблагоприятным влияниям внешней среды.

Таким образом, необходимо констатировать, что стимулами у курсантов к выполнению упражнений по физической подготовке и совершенствованию спортивных навыков выступают: желание получить хорошую отметку и улучшить свою физическую форму, а также стремление показать свои способности и улучшить состояние здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алдошин А.В. Психофизическая работоспособность курсантов и слушателей Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова / А.В. Алдошин // Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов, слушателей и студентов: сборник статей. – Орел, 2016. – С. 8–11.
2. Алдошин А.В., Моськин С.А. Физическая подготовка как неотъемлемая составная часть профессиональной подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России / А.В. Алдошин, С.А. Моськин // Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов, слушателей и студентов: сборник статей. – Орел, 2016. – С. 11–14.
3. Баркалов С.Н. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников ОВД: основные понятия, направления совершенствования, образовательные технологии / С.Н. Баркалов // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов: сборник статей. – Орел, 2016. – С. 31–46.
4. Кузнецов М.Б. Мотивация курсантов образовательных организаций МВД России к занятию спортом, как основной критерий повышения здоровья и профессиональных качеств / М.Б. Кузнецов // Наука-2020. – 2017. – С. 189–192.
5. Ложкина О.П. Физическая культура в образовательном процессе курсантов (студентов) / О.П. Ложкина // Молодой ученый. – 2016. – № 8. – С. 1210–1213.
6. Моськин С.А. Роль физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России в системе профессиональной служебной и физической подготовки / С.А. Моськин // Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов, слушателей и студентов: сборник статей. – Орел, 2016. – С. 90–92.
7. Стрелков А.А. Актуальные проблемы воспитания у курсантов военных вузов ценностно-мотивационного отношения к личной физической подготовленности // Мир образования – образование в мире. – 2015. – № 2 (58). – С. 274–279.

REFERENCES

1. Aldoshin, A.V. (2016), “Psychophysical performance of cadets and students of the Orel Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.V. Lukyanova”, *Actual problems of physical culture and sports, cadets, trainees and students: collection of articles*, Orel, pp. 8–11.
2. Aldoshin, A.V. and Moskin, S.A. (2016), “Physical training as an integral part of the training of cadets and listeners of educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia”, *Actual problems of physical culture and sports, cadets, trainees and students: collection of articles*, Orel, pp. 11–14.
3. Barkalov, S.N. (2016), “Professionally-applied physical training of police officers: basic concepts, areas of improvement, educational technology”, *Improvement of physical training of law enforcement personnel: collection of articles*, Orel, pp. 31–46.
4. Kuznetsov, M.B. (2017), “Motivation of cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia to engage in sports as the main criterion for improving health and professional qualities”, *Science–2020*, No. 2 (13), pp. 189–192.
5. Lozhkina, O.P. (2016), “Physical culture in the educational process of cadets (students)”, *Young scientist*, No. 8 (112), pp. 1210–1213.
6. Moskin, S.A. (2016), “The Role of physical preparation of cadets of educational institutions of the MIA of Russia in the system of professional service and physical training”, *Actual problems of physical culture and sports, cadets, trainees and students: collection of articles*, Orel, pp. 90–92.
7. Strelkov, A.A. (2015), “Actual problems of education of value-motivational attitude to personal physical fitness among cadets of military universities”, *The world of education – education in the world*, No. 2 (58), pp. 274–279.

Контактная информация: trunaa87@gmail.com, gadzhiev1984@yandex.ru, mak-ar567@mail.ru

Статья поступила в редакцию 03.08.2021