

REFERENCES

1. The Moscow law (2015), "On education of persons with disabilities in Moscow", available at: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/294786/> (accessed: 20 may 2015.).
2. *Almanac of psychological tests* (1995), Publishing house "PCB", Moscow.
3. Briskin, Ju.A., Evseev, S.P. and Perederij, A.V. (2010), *Adaptive sports*, Publishing house "Sports", Moscow.
4. Vikerchuk, M.I. (2014), "Social-psychological rehabilitation of the blind (on the example of learning to play chess)", *Scientific and practical journal "Acmeology"*, Vol 4, pp. 46-47.
5. Vikerchuk, M.I. and Nikologorskiy, M.S. (2013), "Intellectual level of today's youth – a tool for economic development", *Problems of regional economy*, Vol. 3, No. 16, pp. 32-37.
6. Vozzhaeva, F.S. (2002), "Implement comprehensive rehabilitation programs for disabled children", *Social research*, Vol. 6, pp. 116-121.
7. Gerasimova, S.V. (2001), *Pedagogical conditions of socio-psychological adaptation of children with disabilities through training chess*, dissertation, Moscow.
8. Dement'eva, N.F. and Holostova, E.I. (2006), *Social rehabilitation: manual*, Publishing and trading Corporation "Dashkov and K°", Moscow.
9. Kostev, A.N. (2011), *Optimization of training process in children and youth sports school of chess*, dissertation, Moscow.
10. Malashinskaja, L.I. and Osipova, A.A. (2002), *Diagnosis and correction of attention. Program for children 5-9 years*, publishing house "Sphere", Moscow.
11. Makhov A.S. (2011), "Club system adaptive sports base for the training of volunteers", *Adaptive physical education*, Vol. 1, No. 45, pp. 29-31.
12. Makhov, A.S. and Timofeeva, I.V. (2011), "Problems of training of specialists and bachelors in adaptive physical education in modern conditions", *Physical culture: upbringing, education, training*. Vol. 1, pp. 29-31.
13. Mihajlova, I.V. (2010), "The relevance of the study of the phenomenon of the game of chess as a means and mechanism for reintegration of persons with disabilities", *Children's coach*, Vol. 3, pp. 18-22.
14. Mihajlova, I.V. (2006), "Thinking schemes as a method of improving the strategic skill of young players", *Physical culture: upbringing, education, training*, Vol. 1, pp. 50-60.
15. Mihajlova, I.V. (2005), *Training of young highly skilled players with the help of computer programs and the Internet*, dissertation, Moscow.
16. Mihajlova, I.V. (2006), "What is more important, strategy or tactics?", *Physical culture: upbringing, education, training*, Vol. 3, pp. 28-34.
17. Mihajlova, I.V. (2009), "Socio-pedagogical aspects of information and communication technologies of distance learning the basics of adaptive chess sport", *proceedings of the Russian State Social University*, Vol. 10, pp. 123-130.
18. Poloudin V.A. (2007), "Learning to play chess with the use of computer technology as an integrated tool to improve intellectual and gaming abilities of younger students", dissertation, Moscow.
19. Socialization (2004), *Sociological encyclopedia*, in 2 Vol, "Mysl", Moscow.
20. Ed. Dubovsky, (2006), *Special psychology*, publishing center "Academy", Moscow.

Контактная информация: alexm-77@list.ru

Статья поступила в редакцию 25.06.2015.

УДК 796.011.3

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ – СПОРТИВНЫХ МЕНЕДЖЕРОВ

Виктория Викторовна Горбачева, кандидат педагогических наук,
старший преподаватель,

Волгоградская государственная академия физической культуры (ВГАФК)

Аннотация

В данной статье рассматриваются особенности формирования морфофункциональных характеристик, развития физических способностей, а также показатели сформированных двигатель-

ных умений и навыков в процессе профессионально-прикладной физической подготовки студентов – спортивных менеджеров. В процессе экспериментальных исследований анализировались следующие показатели: длина тела, масса тела, сила кисти, ЖЕЛ, ЧСС в покое, показатели физической подготовленности (бег на 100 м, бег на 2000 м – девушки, бег на 3000 м – юноши, челночный бег 3×10 м, метание набивного мяча, подтягивание на перекладине, сгибания и разгибания рук в упоре лежа). В результате исследования были выявлены статистически достоверные изменения анализируемых показателей физической подготовленности и физической работоспособности. Таким образом, было выявлено положительное влияние по экспериментальной технологии профессионально-прикладной физической подготовки студентов – спортивных менеджеров.

Ключевые слова: морфофункциональные особенности, физические способности, двигательные умения и навыки, профессионально-прикладная физическая подготовка, студенты, физическая подготовленность.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.06.124.p50-54

FEATURES OF MOTOR OPPORTUNITIES MANIFESTATION IN THE PROFESSIONALLY APPLIED PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS - SPORTS MANAGERS

Victoria Viktorovna Gorbacheva, the candidate of pedagogical sciences, senior teacher, Volgograd State Physical Education Academy

Annotation

This article discusses the features of the formation of morphological and functional characteristics of physical abilities, as well as indicators of formed motor skills in the process of professionally applied physical preparation of the students – sports managers. During the pilot study the author analyzed the following parameters: the amount of visual perception, attention distribution, progress in subjects of the special disciplines cycle, stress, personality, body length and weight, wrist power, resting heart rate, physical fitness indicators (100 meters running, 2,000 meters running – girls, 3,000 meters running – boys, shuttle run 3×10 m, pitching, pulling up on the bar, flexion and extension in front leaning rest position). The study identified the statistically significant changes of the analyzed indicators of physical fitness and physical performance. Thus, the positive effect of the professionally applied physical preparation of students – sports managers has been revealed following the experimental technology.

Keywords: morphological and functional characteristics, physical abilities, motor skills, professionally applied physical education, students, physical fitness.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время процесс профессионально-прикладной физической подготовки студентов – спортивных менеджеров не имеет должного теоретического, методического и практического решения. Отмечается разобщенность компонентов профессионально-прикладной физической подготовки, многие составляющие этого процесса недостаточно разработаны, отсутствует единообразная система оценки показателей профессионально-прикладной физической подготовки [3]. Для решения существующих проблем профессиональной подготовки студентов – спортивных менеджеров необходимо у данного контингента целенаправленно формировать профессионально-прикладную физическую культуру, которая содействует развитию психофизических способностей во время осуществления профессиональной деятельности, способствует формированию устойчивой потребности к физическому совершенствованию, развитию личностных качеств [2].

В процессе исследования были выявлены особенности изменения показателей физической подготовленности, психического и функционального состояния студентов – спортивных менеджеров, которые оказывают существенное влияние на формирование профессионально-прикладной физической культуры [1].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Нами анализировались показатели морфофункционального состояния студентов вуза контрольной и экспериментальной групп в начальном и конечном обследовании. В

начале исследования по данным характеристикам обе группы существенно не различались. За период исследования у студентов обеих групп выявлены специфические изменения показателей морфофункционального состояния: у студентов экспериментальной группы достоверно изменились показатели ЖЕЛ (девушки – 10,4%, $p < 0,05$), силы кисти (юноши – 6,5%, $p < 0,05$), ЧСС в покое (юноши – 2,6%, $p < 0,05$; девушки – 3,1%, $p < 0,05$).

У студентов контрольной группы существенно улучшились результаты ЖЕЛ (девушки – 12,2%, $p < 0,05$), сила кисти (юноши – 6,0%, $p < 0,05$; девушки – 6,4%, $p < 0,05$), ЧСС в покое (юноши – 2,7%, $p < 0,05$) (рис. 1, 2).

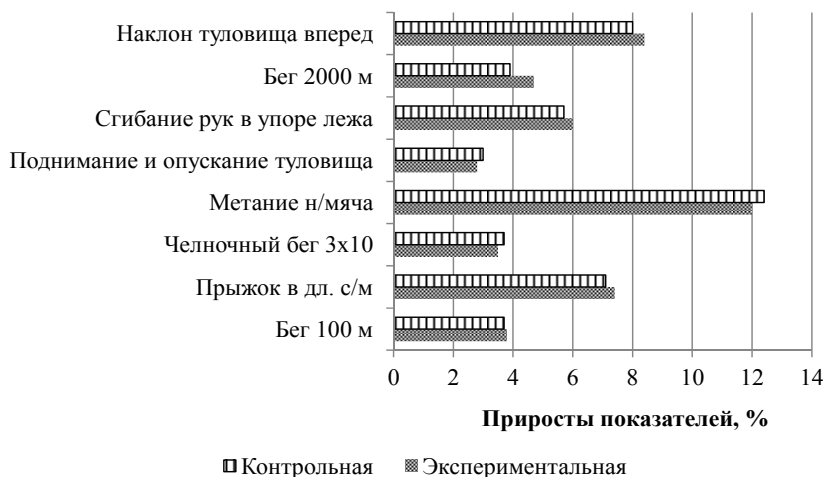


Рис. 1. Приросты показателей физической подготовленности у девушек различных групп за период исследования, %

У студентов экспериментальной группы несущественно изменились показатели длины и массы тела, сила кисти (девушки), ЖЕЛ (юноши), соматического здоровья. У обучающихся контрольной группы такие недостоверные изменения проявились при анализе показателей длины и массы тела, ЖЕЛ (юноши), ЧСС в покое (девушки), соматического здоровья. Следовательно, за период исследования у студентов контрольной и экспериментальной групп приблизительно одинаково изменились показатели морфофункционального состояния.

Нами анализировались показатели физической подготовленности студентов за период исследования. Использовался следующий набор тестовых заданий: бег 100 м, прыжок в длину с места, челночный бег 3×10 м, метание набивного мяча, поднимание и опускание туловища, подтягивание на перекладине юноши сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки), бег 2000 метров (девушки), бег 3000 метров (юноши), наклон туловища вперед. Данные упражнения отражают развитие основных физических качеств у студенческой молодежи. В начальном обследовании показатели физической подготовленности студентов обеих групп были приблизительно одинаковыми. За период исследования у студентов контрольной и экспериментальной групп выявлены приблизительно одинаковые по величине приросты показателей физической подготовленности. У студентов экспериментальной группы достоверно изменились показатели метания набивного мяча (девушки – 12,0%, $p < 0,05$; юноши – 15,1%, $p < 0,05$), прыжка в длину места (девушки – 7,4%, $p < 0,05$; юноши – 6,7%, $p < 0,05$), силового показателя (девушки – 6,0%, $p < 0,05$; юноши – 10,7%, $p < 0,05$), бега на 2000 м (девушки – 4,7%, $p < 0,05$), бега на 3000 м (юноши – 7,0%, $p < 0,05$), челночного бега 3×10 м (юноши – 5,4%, $p < 0,05$), бега на 100 м (юноши – 4,4%, $p < 0,05$). Другие показатели физической подготовленности студентов экспериментальной группы улучшились, но эти изменения не достоверны.

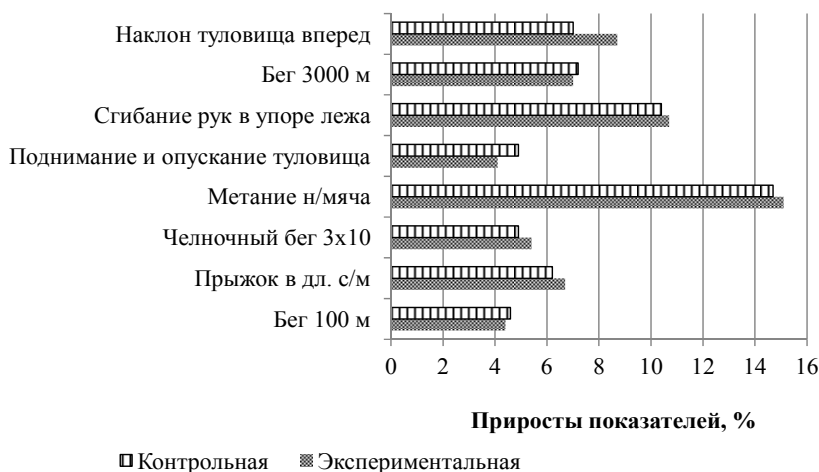


Рис. 2. Приросты показателей физической подготовленности у юношей различных групп за период исследования, %

У студентов контрольной группы результаты физической подготовленности изменились за период исследования специфически: существенно улучшились характеристики метания набивного мяча (девушки – 12,4%, $p < 0,05$; юноши – 14,7%, $p < 0,05$), прыжка в длину с места (девушки – 7,1%, $p < 0,05$; юноши – 6,2%, $p < 0,05$), сгибания и разгибания рук в упоре лёжа (девушки – 5,7%, $p < 0,05$), подтягивания на перекладине (юноши – 10,4%, $p < 0,05$), поднимания и опускания туловища (девушки – 3,0%, $p < 0,05$; юноши – 4,9%, $p < 0,05$), челночного бега 3×10м (девушки – 3,7%, $p < 0,05$). Таким образом, за период исследования у студентов экспериментальной группы существенно изменились 10 показателей (девушки – 4, юноши – 6) физической подготовленности, а у занимающихся контрольной группы – 9 результатов (девушки – 5, юноши – 4).

Показатели сформированности техники изучаемых двигательных действий также анализировались в ходе проведения эксперимента. В начальном обследовании показатели сформированности техники двигательных действий у студентов контрольной и экспериментальной групп были приблизительно одинаковыми. Эти данные представляли эксперты ($n=5$), которые оценивали по пятибалльной шкале технику двигательных действий студентов. В процессе эксперимента у многих студентов обеих групп отмечены позитивные изменения в технике выполнения двигательных действий, но в одних упражнениях выявлены существенные изменения, в других данные характеристики остались на прежнем уровне. У юношей экспериментальной группы выявлены достоверные увеличения показателя техники прыжков в длину с места (17,6%, $p < 0,05$), бега на 100 м (10,1%, $p < 0,05$), подтягивания на перекладине (9,4%, $p < 0,05$), метания набивного мяча (8,9%, $p < 0,05$). У девушек этой группы существенно улучшились показатели техники бега на 100 м (10,9%, $p < 0,05$), метания набивного мяча (10,4%, $p < 0,05$), сгибания и разгибания рук в упоре лежа (9,0%, $p < 0,05$). У студентов контрольной группы достоверно улучшились результаты техники бега на 100 м (6,7%, $p < 0,05$), подтягивания на перекладине (6,6%, $p < 0,05$), а у студенток – прыжка в длину с места (7,0%, $p < 0,05$), сгибания и разгибания рук в упоре лежа (6,2%, $p < 0,05$).

Результаты нашего исследования показали определенные преимущества студентов экспериментальной группы в сформированности техники двигательной деятельности. Таким образом, технология дифференцированной профессионально-прикладной физической подготовки позволяет более эффективно развивать физические качества и формировать двигательные умения и навыки. Комплексная оценка сформированности двигатель-

ных умений и навыков у студентов экспериментальной группы в начальном обследовании у юношей составила 3,46 балла, у девушек – 3,42 балла. У юношей контрольной группы данные показатели равны 3,48 балла, у девушек – 3,46 балла.

В конечном обследовании получены следующие результаты: экспериментальная группа – 3,76 балла (юноши – 3,81 балла, девушки – 3,74 балла), контрольная группа – 3,64 балла (юноши – 3,69 балла, девушки – 3,61 балла). Таким образом, у обучающихся экспериментальной группы увеличился на 9,3% ($p < 0,05$) показатель сформированности навыков двигательных действий, у студентов контрольной группы данные характеристики изменились (4,9%, $p < 0,05$) незначительно.

За период исследования по показателям морфофункционального состояния и физической подготовленности отмечаются приблизительно одинаковые приросты данных результатов у студентов обеих групп, а вот по результатам сформированности двигательных умений и навыков отмечается преимущество студентов экспериментальной группы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Горбачева, В.В. Модельные характеристики уровней сформированности профессионально-прикладной физической культуры у различного контингента студентов – спортивных менеджеров / В.В. Горбачева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 4 (98). – С. 29-32.

2. Горбачева, В.В. Характеристика показателей физической подготовленности, психического и функционального состояния студентов – менеджеров в процессе формирования профессионально-прикладной физической культуры / В.В. Горбачева // Философия социальных коммуникаций. – 2013. – № 1 (22). – С. 109-115.

3. Зубарев, Ю.А. Активизация творческой самореализации будущих спортивных менеджеров в процессе обучения в вузе : монография / Ю.А. Зубарев, А.И. Шамардин ; Волгоградская гос. акад. физ. культуры. – Волгоград : [б.и.], 2013. – 240 с.

REFERENCES

1. Gorbacheva, V.V. (2013), "Model features level of formation of professional applied physical culture among the various contingents students - sports managers", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 98, No. 4, pp. 29-32.

2. Gorbacheva, V.V. (2013), "Characteristics of physical fitness, mental and functional state of students-managers in the process of formation of professionally-applied physical training", *Filosofiya sotsialnikh kommunikatsiy*, Vol.22, No.1, pp.109-115.

3. Zubarev, Y.A. and Shamardin, A.I. (2013), *Revitalization of creative self-realization of future sports managers in the learning process at the university: Monograph*, publishing house "VGAFK", Volgograd.

Контактная информация: gorbacheva_vika@list.ru

Статья поступила в редакцию 22.06.2015.

УДК 796.011

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ АКВАЭРОБИКОЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

*Светлана Аркадьевна Григорьева, кандидат педагогических наук, доцент,
Маргарита Викторовна Борисова, старший преподаватель,
Кемеровский институт (филиал) Российского экономического университета
им. Г.В. Плеханова*

Аннотация

Физическая подготовленность студенток специальной медицинской группы вызывает тревогу и озабоченность специалистов. Студентки специальной медицинской группы избегают тради-