

По результатам проведенных контрольных упражнений курсанты групп, в которых мы использовали рассматриваемые нами средства наглядности и обратной связи, показали более высокий уровень владения боевыми приемами борьбы, на этапе начального разучивания двигательного действия, по сравнению с курсантами других групп, в условиях выполнения отдельных приемов по заданию преподавателя (по билетам).

ВЫВОДЫ

Использование на практических занятиях, на этапе начального разучивания двигательного действия, учебных видеофильмов и видео контроля способствует более качественному обучению курсантов образовательных организаций МВД России боевым приемам борьбы. Следует разрабатывать и применять на практических занятиях видеофильмы, с содержанием тактики применения боевых приемов борьбы, для использования их на следующих этапах обучения и формирования двигательного навыка. Так же целесообразно провести сравнительный анализ динамики формирования навыка боевых приемов борьбы, изученных курсантами на этапе начального разучивания двигательного действия, на старших курсах.

ЛИТЕРАТУРА

1. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел / Косяченко В.И., Медведев А.И., Медведев И.М., Садков А.Н. – Волгоград ; [б.и.], 2012. – 242 с.
2. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры : учебник для вузов физ. культуры. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
3. Овчинников, В.А. Система формирования профессионально-прикладной физической культуры курсантов и слушателей вузов МВД России : дис. ... д-ра пед. наук / Овчинников Владимир Александрович. – Волгоград, 2012. – 411 с.

REFERENCES

1. Kosyachenko, V.I., Medvedev, A.I., Medvedev, I.M. and Sadkov, A.N. (2012), *Professionally applied physical training of employees of law-enforcement bodies*, Volgograd.
2. Matveev, L.P. (1991), *Theory and methods of physical culture, textbook for institutes*, Physical culture and sport, Moscow.
3. Ovchinnikov, V. A. (2012), *System of formation of professional and applied physical culture of cadets and students of universities of the Ministry of internal Affairs of Russia*, dissertation, Volgograd.

Контактная информация: taekvondoroman@mail.ru

Статья поступила в редакцию 10.09.2019

УДК 796.011.3

ФОРМИРОВАНИЕ КОНКУРЕНТОСПОСОБНЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ-УПРАВЛЕНЦЕВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СОСТЯЗАТЕЛЬНЫХ ФОРМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Елизавета Юрьевна Колганова, кандидат педагогических наук, Сергей Анатольевич Хутин, кандидат экономических наук, Татьяна Викторовна Голушко, кандидат педагогических наук, Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ, Москва; Олег Евгеньевич Понимасов, кандидат педагогических наук, доцент, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург

Аннотация

В статье рассматриваются вопросы развития конкурентоспособных качеств студентов в процессе физкультурно-образовательной деятельности. Выявлены приоритетные профессиональные конкурентные способности и компетенции обучаемых. Предложены структурные компоненты стимулирующего занятия по физической культуре: достижение устойчивого лидерского рейтинга в

своей команде, соревновательная форма разучивания и тренировки упражнений, приемов и действий, стимулирование лидерского начала. Представлены результаты исследования, характеризующие эффективность конкурентно-стимулирующей формы организации физкультурно-образовательной деятельности в овладении студентами общепрофессиональными компетенциями.

Ключевые слова: конкурентоспособные качества, общепрофессиональные компетенции студентов, физкультурно-образовательная деятельность.

FORMATION OF COMPETITIVE QUALITIES OF STUDENTS-MANAGERS IN THE PROCESS OF PHYSICAL CULTURAL-COMPETITIVE FORMS OF ACTIVITY

Elizaveta Yurievna Kolganova, the candidate of pedagogical sciences, Sergey Anatolyevich Khutin, the candidate of economical sciences, Tatyana Viktorovna Golushko, the candidate of pedagogical sciences, Russian Academy of National Economy and Public Service under the President of the Russian Federation, Moscow; Oleg Evgenievich Ponimasov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Military Institute of Physical Culture, St. Petersburg

Annotation

The article discusses the development of the competitive qualities of students in the process of physical education activities. Priority professional competitive abilities and competencies of students were identified. The structural components of stimulating physical education classes are proposed: achieving a stable leadership rating in your team, competitive form of learning and training exercises, techniques and actions, stimulating a leadership start. The results of the study are presented, characterizing the effectiveness of the competitive-stimulating form of organizing physical education and training activities for the students mastering of the general professional competencies.

Keywords: competitive qualities, general professional competencies of students, physical education activities.

ВВЕДЕНИЕ

Современная социально-экономическая система образования требует от студента получения не только качественного высшего образования, но и навыков конкурентоспособности в своей сфере деятельности среди равных высоко технически образованных специалистов [7]. В современном обществе выпускник вуза должен уметь быстро ориентироваться, мобильно анализировать информацию, постоянно совершенствоваться, проявлять и использовать полученные знания и навыки для продвижения своей карьеры и устойчивого обеспечения материальных и духовных потребностей [4]. Вопросы развития конкурентных способностей студентов в образовательном процессе нуждаются в отдельном исследовании. Студента необходимо обучить не только профессиональным навыкам, но и воспитать стремление к лидерству, самореализации, успешности, конкурентоспособности, маневренности в стремительно изменяющихся тенденциях развития общества [6].

Цель развития конкурентоспособности студента – позволить ему быть личностью, успешно сделать свой выбор в профессии, активно функционировать в современном обществе, проявить лидерские качества, принимать взвешенные решения и брать на себя ответственность. Конкурентоспособность на рынке труда определяется приобретенными навыками выпускника вуза, выраженными в социально зрелой личности, целенаправленности, компетентности, соответствующей требованиям и запросам работодателей государственных структур и бизнес-сообщества [2].

Необходимо искать новые подходы к обучению профессиональных конкурентоспособных кадров. Среди профессиональных компетенций, обуславливающих успешное овладение специальностью государственного и муниципального управления, требования федерального государственного образовательного стандарта выделяют:

- владение навыками продвижения имиджа выбранной профессии, формирования позитивного общественного мнения;
- владение основами теории лидерства и власти в качестве методологии решения управленческих задач;

- умение принимать адекватные управленческие решения в условиях неопределенности и рисков;
- способность эффективно работать в команде единомышленников, влияя на принятие коллективных решений.

Дополнительным средством формирования перечисленных компетенций может выступать физкультурно-оздоровительная деятельность. На занятиях по физическому воспитанию у студентов проявляется способность выполнять поставленные задачи в общей группе, как части команды, так и демонстрировать личные лидерские качества, эффективно решать вопросы на индивидуальном уровне в конкретных ситуациях [9]. На занятиях по физическому воспитанию происходит формирование характера, настойчивости, уверенности в своих силах, возможности активно использовать собственные физические качества, умение оценивать ситуацию, быстро и правильно ориентироваться, определять степень дестабилизации и действовать разумно – с риском или осторожностью [1].

Спортивная состязательная деятельность содержит в себе конкурентное начало, дух спортивной борьбы, формирующий конкурентоспособные и лидерские качества личности, стремление к самосовершенствованию и повышению своего авторитета в обществе [8].

С помощью спортивных мероприятий можно развивать здоровое соперничество, желание быть первым, лучшим в группе, опережать партнеров по команде, показать высокие спортивные результаты [3].

Спортивная конкуренция, соперничество и состязательность, как предпосылки формирования конкурентоспособности необходимы будущему специалисту в условиях рыночной экономики и переизбытке специалистов на рынке труда [5].

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ

С целью выявления возможностей физкультурно-образовательной деятельности в формировании конкурентоспособных качеств было проведено исследование, связанное с изучением динамики состязательных качеств студентов в процессе овладения специальностью.

В исследовании приняли участие 68 студентов дневного отделения в возрасте от 18-20 лет. Из числа участников эксперимента были сформированы две группы – контрольная в количестве 29 человек и экспериментальная в количестве 39 человек. Занятия по физической культуре проводились в течение учебного семестра два раза в неделю. Контрольная группа занималась по утвержденному тематическому плану и программе. Со студентами экспериментальной группой проводились учебные занятия по физическому воспитанию, направленные на формирование конкурентоспособных качеств.

В процессе проведения занятий моделировались ситуации, требующие умения взять ответственность за исход состязаний на себя, проявить лидерские и состязательные качества. Содержательными компонентами занятия по физической культуре являлись достижение устойчивого лидерского рейтинга в своей команде, соревновательная форма разучивания и тренировки упражнений, приемов и действий.

Оценка эффективности состязательно-лидерской формы организации учебно-тренировочных занятий по физической культуре проводилась на основе уровня овладения студентами общими и профессиональными компетенциями. Средний балл оценивания уровня овладения компетенциями вычислялся как среднее арифметическое суммы баллов, выставляемых ведущим преподавателем кафедры физического воспитания, куратором учебной группы и руководителем учебного подразделения.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты эксперимента отражены в таблице 1. Анализ данных таблицы показывает, что при проведении учебно-тренировочных занятий по физической культуре в состязательно-лидерской форме организации с моделированием ситуаций, требующих умения

взять ответственность за исход состязаний на себя, проявить лидерские и состязательные качества уровень овладения студентами управленческими компетенциями повышается.

Таблица 1 – Оценка уровня овладения студентами общими и профессиональными компетенциями

Наименование компетенций	Средний балл оценивания компетенций		Р
	ЭГ	КГ	
Владение навыками продвижения имиджа выбранной профессии, формирования позитивного общественного мнения	4,5±0,11	3,6±0,15	<0,05
Владение основами теории лидерства и власти в качестве методологии решения управленческих задач	4,6±0,15	3,7±0,12	<0,05
Умение принимать адекватные управленческие решения в условиях неопределенности и рисков	4,7±0,16	3,6±0,10	<0,05
Способность эффективно работать в команде единомышленников, влияя на принятие коллективных решений	4,2±0,14	3,3±0,12	<0,05

Совершенствование способностей и умений в форме состязательно-лидерской организации физкультурно-образовательной деятельности обусловило создание условий к стимулированию конкурентной профессиональной активности на основе эффективного овладения состязательными физическими упражнениями, приемами и алгоритмами действий обучаемых. Создание организационно-педагогических условий стимулировало формирование профессиональных компетенций студентов на основе достижения устойчивого лидерского рейтинга в своей команде, соревновательной формы разучивания и тренировки упражнений, приемов и действий, самостоятельного решения состязательных и конкурентных задач. Активизирующая направленность обучения способствовала формированию способности студентов к конкурентно-имиджевой деятельности в условиях противоборства со стороны команды соперника и борьбы за рейтинг внутри своей команды.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, эффективность физкультурно-образовательной деятельности при подготовке специалистов государственного и муниципального управления может значительно повысить уровень владения студентами профессиональными компетенциями по формированию профессионального имиджа, достижению статуса лидера в команде, действовать в команде в условиях неопределенности и рисков. При этом активизирующая направленность обучения формирует именно те способности студентов, которые лежат в основе решения задач государственного института власти в управлении кадровыми ресурсами коллективов и организаций.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кочетков, Д.И. Возможности реализации дидактического проекта на основе совмещения педагогических операций / Д.И. Кочетков, О.Е. Понимасов, И.Б. Пилина // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2018. – № 4 (158). – С. 169–172.
2. Конструктивность блочной организации учебно-тренировочных занятий со студентами / В.Ю. Крылатых, А.О. Миронов, А.Ф. Самоуков, О.Е. Понимасов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2019. – № 3 (169). – С. 170–174.
3. Реализация целей межэтнического воспитания студентов средствами оздоровительной физической культуры / В.Ю. Крылатых, А.М. Шувалов, А.О. Миронов, О.Е. Понимасов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2019. – № 4 (170). – С. 163–168.
4. Лобанов, Ю.Я. Физкультурно-образовательная среда вуза как необходимое условие эффективного формирования профессиональных компетенций будущих специалистов / Ю.Я. Лобанов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2018. – № 5 (159). – С. 159–163.
5. Формирование систематизирующих и когнитивных способностей студентов на занятиях по физическому воспитанию / А.О. Миронов, А.Ф. Самоуков, А.М. Шувалов, О.Е. Понимасов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2019. – № 2 (168). – С. 239–243.
6. Коммуникативные основы этического воспитания студентов в практике физкультурно-спортивной деятельности / А.О. Миронов, А.Ф. Самоуков, А.М. Шувалов, О.Е. Понимасов // *Ученые*

записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 4 (170). – С. 217–220.

7. Понимасов, О.Е. Методика индивидуально-ориентированного замещения движений при обучении прикладному плаванию курсантов военных вузов / О.Е. Понимасов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2015. – № 4. – С. 51–54.

8. Компонентные составляющие временного бюджета студентов дневного отделения, занимающихся спортом / А.Ф. Самоуков, А.М. Шувалов, В.Ю. Крылатых, О.Е. Понимасов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 2 (168). – С. 314–318.

9. Многофункциональность модели занятий оздоровительной аэробикой в управленческом вузе / А.М. Шувалов, В.Ю. Крылатых, А.О. Миронов, О.Е. Понимасов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 3 (169). – С. 397–401.

REFERENCES

1. Kochetkov, D.I., Ponimasov, O.E. and Pilina, I.B. (2018), “Possibilities of implementation of the didactical project based on the combination of pedagogical operations”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 158, No. 4, pp. 169-172

2. Krylatykh, V.Yu., Mironov, A.O., Samoukov, A.F. and Ponimasov, O.E. (2019), “Constructively of a block organization of training lessons with students”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 169, No. 3, pp. 170-174.

3. Krylatykh, V.Yu., Shuvalov, A.M., Mironov, A.O. and Ponimasov, O.E. (2019), “Realization of the objectives of interethnic education of students by means of health-improving physical culture”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 170, No. 4, pp. 163-168.

4. Lobanov, Yu.Ya. (2018), “Physical education and educational environment of the university as a necessary condition for the effective formation of professional competencies of future specialists”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 159, No. 5, pp. 159-163.

5. Mironov, A.O., Samoukov, A.F., Shuvalov, A.M. and Ponimasov, O.E. (2019), “Formation of systematizing and cognitive abilities of students in physical training activities”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 168, No. 2, pp. 239-243.

6. Mironov, A.O., Samoukov, A.F., Shuvalov, A.M. and Ponimasov, O.E. (2019), “Communicative bases of ethical education of students in the practice of physical and sports activities”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 170, No. 4, pp. 217-220.

7. Ponimasov, O.E. (2015), “The method of individual-oriented movement replacement when teaching applied swimming to cadets of military universities”, *Physical culture, sport – science and practice*, No. 4, pp. 51-54.

8. Samoukov, A.F., Shuvalov, A.M., Krylatykh, V.Yu. and Ponimasov, O.E. (2019), “Component components of the temporary budget of the students of the day division engaged in sports”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 168, No. 2, pp. 314-318.

9. Shuvalov, A.M., Krylatykh, V.Yu., Mironov, A.O. and Ponimasov, O.E. (2019), “Multi-functionality of models of health-improving aerobics at a management higher education institution”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 169, No. 3, pp. 397-401.

Контактная информация: o-pony@mail.ru

Статья поступила в редакцию 10.09.2019

УДК 615.825

ПРОФИЛАКТИКА И УКРЕПЛЕНИЕ КОЛЕННЫХ СУСТАВОВ НА ОСНОВЕ ПРИНЦИПОВ ЙОГИ АЙЕНГАРА В РЕСПУБЛИКЕ САХА (ЯКУТИЯ)

Анастасия Семеновна Корнилова, магистрант,

Индира Семеновна Семенова, магистрант,

Сардаана Ивановна Колодезникова, кандидат педагогических наук, доцент,

Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова, Якутск

Аннотация

Данная статья о методе йоги Айенгара, которая достаточно популярна за рубежом так же становится популярной в России как способ укрепления и профилактики коленных суставов. Колено является суставом, несущим основную нагрузку нашего тела и, как следствие, наиболее