

Педагогические науки

УДК 37.01

МИНИ-ФУТБОЛ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ВУЗОВ МВД РОССИИ

Е.Е. Кошелева, Управление МВД России по городу Дзержинску
(Дзержинск, Россия), e-mail: molodoy_ucheniy@mail.ru

М.А. Полушкин, Управление МВД России по городу Н.Новгороду (Нижний
Новгород, Россия), e-mail: molodoy_ucheniy@mail.ru

Аннотация. В статье мини-футбол рассматривается с точки зрения профессиональной направленности для будущих сотрудников органов внутренних дел; исследуется влияние данного вида спорта на развитие значимых качеств и способностей, необходимых современному сотруднику органов внутренних дел; делается вывод, что мини-футбол становится важнейшим компонентом профессиональной психофизической подготовки сотрудника полиции.

Ключевые слова: мини-футбол, курсант, подготовка, сотрудник органов внутренних дел, высшее учебное заведение.

MINI-FOOTBALL IN EDUCATIONAL SPACE OF UNIVERSITY OF MIA OF RUSSIA

E.E. Kosheleva, Ministry of Internal Affairs of Russia for the city of
Dzerzhinsk (Dzerzhinsk, Russia).

M.A. Polushkin, Ministry of Internal Affairs of Russia for the city of Nizhny
Novgorod (Nizhny Novgorod, Russia)

Abstract. In the article mini-football is considered from the point of view of professional orientation for future employees of Ministry of Internal Affairs; the impact of the sport on the development of important qualities and abilities required of the modern employee the interior is examined; it is concluded that mini-football is becoming an essential

component of professional psycho-physical training of a police officer.

Keywords: mini-football, cadet, training, personnel of Ministry of Internal Affairs, higher education institution

В настоящее время физическая подготовка является основополагающим фактором удачной профессиональной деятельности любого человека. Профессиональная физическая подготовка – процесс развития и совершенствования профессионально важных физических и психических качеств, а также повышение общей и неспецифической устойчивости организма к условиям неблагоприятной среды. Уровни физической подготовки различны и во многом зависят от будущей профессии.

Стоит отметить, что особое внимание дисциплине «Физическая подготовка» уделяется при подготовке специалистов, чья профессиональная деятельность напрямую связана с защитой личности, общества и государства от противоправных посягательств, предупреждением, пресечением и раскрытием преступлений, обеспечением правопорядка в общественных местах [1, с. 62–67] и др.

Подходы и методики, разработанные для успешного преподавания дисциплины, устаревают с каждым годом в связи с совершенствованием физической культуры и спорта и развитием интересов нынешней молодежи. А что касается принимаемых в данной сфере нормативных правовых актов Российской Федерации, то зачастую, они просто не успевают за темпом развития современного российского общества [2, с. 54–57].

Главной целью физической подготовки является формирование физической и психологической устойчивости при успешном выполнении профессиональных задач, правильное и умелое применение физической силы и умственной работоспособности. Достижение поставленных целей достигается за счет правильной методики преподавания дисциплины «Физическая подготовка» в высших учебных заведениях МВД Российской Федерации. В Нижегородской академии МВД России уделяется серьезное внимание созданию условий для укрепления здоровья курсантов. Сфера вопросов, охватывающих выполнение здоровьесформирующей программы, включает: организация и проведение спортивно-массовой работы, укрепление материально-спортивной базы, решение кадровой политики,

совершенствование форм работы в области физической культуры и спорта, рост и совершенствование мастерства курсантов-спортсменов высшей квалификации в период их обучения. Перед коллективом кафедры физической подготовки академии стоит задача систематически улучшать работу, как по оздоровлению курсантов и слушателей, так и по развитию спорта в ВУЗе [7, с. 66-68].

В настоящее время на занятиях по физической подготовке студенты выполняют стандартные упражнения для развития силы, быстроты и ловкости, выносливости и т.д. Вместе с тем, исследованиями, проведенными профессорско-преподавательским составом кафедры физической подготовки Нижегородской академии МВД России установлено, что для сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации необходим целый ряд специальных личностных, психофизических и физических качеств [6, с. 22–28], развитию которых способствуют занятия спортивными играми и мини-футболом, в частности.

Мини-футбол является одним из наиболее популярных видов спорта практически во всех ВУЗах на территории нашей страны, в том числе и системы МВД России. В большинстве учебных заведений существуют собственные мини-футбольные команды, которые все чаще принимают участие в любительских и профессиональных чемпионатах по этому виду спорта различных уровней, среди которых и чемпионату МВД РФ, и первенство ВФСО «Динамо». Этот вид спорта отличает богатое и разнообразное двигательное содержание, поэтому для игры в мини-футбол необходимо не только уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, но и обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся серьезные сдвиги в деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Постоянные ускорения и перемещения с мячом укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц. Продолжительная игра способствует повышению работоспособности и выносливости.

Эффект соперничества в соревновательной деятельности является важным социально-психологическим феноменом. Известно, что при

большинстве профессиональных видов деятельности уже сам общественный контакт вызывает соревнование, увеличивающее работоспособность, направленную на достижение максимально качественного результата в деятельности.

Соревновательная обстановка приводит к существенному изменению функционального состояния курсанта, происходит настрой на более высокий уровень двигательной деятельности, существенная мобилизация ресурсов его организма. Изменяются объективные показатели: увеличивается частота сердечных сокращений и потребление кислорода, возрастает легочная вентиляция, повышается температура тела и артериальное давление, усиливается потоотделение. Все это повышает тренировочный эффект от занятий [8, с. 60–65].

Игра в мини-футбол является источником положительных эмоций, позволяет снять психоэмоциональное напряжение, умственную усталость, что особенно важно в экзаменационный период. Занятия мини-футболом соответствуют интересу курсантов (выбраны ими по собственному желанию), что способствует укреплению сформированной положительной мотивации к двигательной активности.

Умение видеть как можно больше игроков, их положение и перемещение по площадке, непрерывное движение мяча, умение ориентироваться в сложных игровых условиях – важнейшие качества, развиваемые мини-футболом. Это, прежде всего, связано с развитием определенных особенностей зрительных восприятий. Игровая деятельность мини-футболистов требует, чтобы у них было развитое периферическое зрение, которое необходимо и в повседневной оперативно-служебной деятельности.

Правильное и своевременное выполнение того или иного технического приема тесно связано со способностью точно оценивать расстояние между движущимися игроками, мячом, т.е. мини-футбол способствует развитию глазомера.

Как показали многочисленные исследования ученых, занятия игровыми видами спорта способствуют совершенствованию этих качеств. Точность глазомера, так же как и периферическое зрение, находится в прямой зависимости от состояния тренированности. Пропуск занятий в течение 2 – 3 недель приводит к ухудшению точности глазомера на 20 –

30% [5]. Мини-футбол в этом случае не является исключением.

Поскольку периферическое зрение и точность глазомера имеют в мини-футболе и практической деятельности сотрудников органов внутренних дел РФ большое значение, различные приемы и упражнения для развития данных зрительных восприятий включены в учебный и тренировочный процессы.

Для развития точности, глазомера и тренировки «чувства дистанции» необходимо как можно чаще на занятиях варьировать дистанции при ударах по воротам противника, передачах-приемах мяча и т. п. Для этого необходимо выполнять передачи на разное расстояние с различной скоростью, интенсивностью и траекторией; различные передачи при изменении расстояния между игроками; удары в цель различными способами и с разного расстояния и т.д.

Выполнение любого технического приема в мини-футболе и других видах спорта проходит под постоянным контролем сознания. Одной из очень важных психологических особенностей двигательных навыков мини-футболистов является то, что курсант, выполняя те или иные приемы, например, передачу мяча, регулирует свои движения и мышечные усилия в связи с оценкой расстояния между игроками. Все это связано с выработкой зрительно-моторной координации, очень точных и дифференцированных пространственных, временных восприятий и выполняемых движений.

Игра в мини-футбол требует от каждого курсанта максимальной скорости реагирования. Следовательно, деятельность мини-футболиста связана с готовностью выполнения ответных действий в условиях острого дефицита времени, что необходимо при повседневной оперативно-служебной деятельности сотрудников органов внутренних дел.

Все действия мини-футболистов проходят по механизму сложных реакций выбора и характеризуются не только быстротой, но и точностью, своевременностью, как восприятия, так и ответного движения.

Для развития быстроты реакции выполняется большое количество скоростных упражнений, требующих быстрого переключения с одного действия на другое. Броски, быстрые перемещения, прыжки, неожиданные изменения направления движения, резкие рывки, падения, быстрые повороты головы при ориентировке – все это вызывает значительные

сдвиги всех отделов вестибулярного аппарата [4, с. 44–49].

Экспериментально установлено, что деятельность вестибулярного анализатора взаимосвязана с деятельностью других анализаторов, в частности с мышечно-двигательным и зрительным, и его раздражения оказывают значительное влияние на психомоторные и сенсорные процессы. Исследования показывают, что даже после незначительного раздражения вестибулярного аппарата время реакции увеличивается на 13 – 20%, а в отдельных случаях до 70% [3, с. 355–358].

Устойчивость работоспособности в условиях повышенного психоэмоционального напряжения, необходимая сотрудникам правоохранительных органов, тесно связано с совершенствованием равновесия и улучшением функции вестибулярного аппарата.

В учебно-тренировочном процессе для развития вестибулярной устойчивости используются упражнения сложной координации, требующие при их выполнении активности занимающихся и противодействия неприятным субъективным ощущениям. Это различные виды акробатических и гимнастических упражнений, различные вращательные движения, всевозможные ускорения, резкие изменения направления бега, в том числе челночный бег, мгновенные остановки и т. д.

Анализ игры в мини-футбол и проведенные исследования показывают, что успешность технических и тактических действий курсантов – мини-футболистов в значительной степени определяется высоким уровнем развития у них таких свойств внимания как объем, интенсивность, устойчивость, распределение, переключение.

В процессе игровых действий мини-футболисту приходится одновременно воспринимать большое количество объектов и их элементов, что и определяет объем его внимания. Для распределения и переключения внимания мы включаем в занятия упражнения с несколькими мячами и всевозможными перемещениями; упражнения, где требуется быстрое переключение внимания с одного объекта на другой, а также умение выделять наиболее важные объекты или действия.

Достаточно внимания мы уделяем физической подготовке занимающихся, от которой зависит наступление утомления, в свою очередь влияющее на внимание. Недостаточная физическая подготовка студента приводит к быстрому утомлению, вследствие чего быстро

снижается внимание.

В тактических действиях мини-футболистов реализуется их творческое мышление, память, представление и воображение.

Занятия в учебных секциях мини-футбола, участие в соревновательной деятельности развивают у курсантов такие профессионально важные для сотрудника органов внутренних дел качества, как:

- наблюдательность;
- сообразительность;
- инициативность;
- предвидение;
- сенсомоторная координация;
- адекватные двигательные реакции;
- высокая тактильная и кинетическая чувствительность;
- внимание;
- оперативное мышление;
- оперативная память;
- нервно-эмоциональная устойчивость;
- нормативность, дисциплинированность;
- креативность;
- коммуникабельность;
- решительность, готовность рисковать;
- вестибулярная устойчивость;
- точность глазомера, быстрая и точная реакция слежения,

периферическое зрение.

Развитие вышеперечисленных важных качеств и способностей, необходимых современному сотруднику органов внутренних дел определяет профессиональную направленность мини-футбола, и он становится важнейшим компонентом профессиональной психофизической подготовки [8, с. 62–64].

Литература:

1. Жалинский А.Э. Введение в специальность «юриспруденция», 2-е

издание, М.: ТК Велби, Изд-во Проспект. 2007. С. 62–67.

2. Кривоногова Д.Д., Репин М.Е. Современные подходы, средства и методики физического воспитания в высшем учебном заведении // Балтийские встречи: Сборник по материалам научно-практической межвузовской междисциплинарной студенческой конференции (16 мая 2015 г. Выпуск II). СПб, 2015. С. 54–57.

3. Лазарева Е.А. Методика профессиональной направленности занятий волейболом в вузе». Вестник МГСУ, 2011. № 4. С. 355–358.

4. Лазарева Е.А., Иванова Н.М. Организация и планирование учебно-тренировочных занятий в вузе. // Проблемы и перспективы физического воспитания студентов: сборник материалов научно-практической конференция МГСУ. Вып. 4. Москва, 2011. С. 44–49.

5. Никишкин В.А., Лазарева Е.А. Обследование студентов МГСУ. URL: http://allformgsu.ru/publ/fizicheskaja_kultura/obsledovanie_studentov_mgsu/27-1-0-169

6. Репин М.Е., Афанасьев А.Ю., Архипов Д.В. Современные требования к физическому воспитанию в образовательном учреждении высшего образования МВД России // Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. 2016. № 2. С. 22–28.

7. Репин М.Е. Спортивно-массовая работа в высшем учебном заведении как средство формирования и укрепления здоровья курсантов и слушателей (на примере Нижегородской академии МВД России) // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 22. С. 66–68. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56379.htm>.

8. Физическая культура в вузах: учебник / В.А. Никишкин [и др.]. М.: АСВ, 2010. С. 60–65.

References:

1. Zhalinskij A.Je. Vvedenie v special'nost' «jurisprudencija», 2-e izdanie, М.: ТК Velbi, Izd-vo Prospekt. 2007. S. 62–67.

2. Krivonogova D.D., Repin M.E. Sovremennye podhody, sredstva i metodiki fizicheskogo vospitanija v vysshem uchebnom zavedenii // Baltijskie vstrechi: Sbornik po materialam nauchno-prakticheskoj mezhvuzovskoj mezhdisciplinarnoj studencheskoj konferencii (16 maja 2015 g. Vypusk II). SPb,

2015. S. 54–57.

3. Lazareva E.A. Metodika professional'noj napravlenosti zanjatij volejbolom v vuze». Vestnik MGSU, 2011. № 4. S. 355–358.

4. Lazareva E.A., Ivanova N.M. Organizacija i planirovanie uchebno-trenirovochnyh zanjatij v vuze. // Problemy i perspektivy fizicheskogo vospitanija studentov: sbornik materialov nauchno-prakticheskoj konferencija MGSU. Vyp. 4. Moskva, 2011. S. 44–49.

5. Nikishkin V.A., Lazareva E.A. Obsledovanie studentov MGSU. URL: http://allformgsu.ru/publ/fizicheskaja_kultura/obsledovanie_studentov_mgsu/27-1-0-169

6. Repin M.E., Afanas'ev A.Ju., Arhipov D.V. Sovremennye trebovanija k fizicheskomu vospitaniju v obrazovatel'nom uchrezhdenii vysshego obrazovanija MVD Rossii // Vestnik po pedagogike i psihologii Juzhnoj Sibiri. 2016. № 2. S. 22–28.

7. Repin M.E. Sportivno-massovaja rabota v vysshem uchebnom zavedenii kak sredstvo formirovanija i ukreplenija zdorov'ja kursantov i slushatelej (na primere Nizhegorodskoj akademii MVD Rossii) // Nauchno-metodicheskij jelektronnyj zhurnal «Koncept». 2016. T. 22. S. 66–68. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56379.htm>.

8. Fizicheskaja kul'tura v vuzah: uchebnik / V.A. Nikishkin [i dr.]. M.: ASV, 2010. S. 60–65.



Сведения об авторах

Екатерина Евгеньевна **Кошелева**, старший участковый уполномоченный полиции, Управление МВД России по городу Дзержинску (Дзержинск, Россия).

Михаил Александрович **Полушкин**, заместитель начальника отдела по контролю за оборотом наркотиков отдела полиции № 2, Управление МВД России по г. Нижнему Новгороду (Нижний Новгород, Россия).

