

УДК 796.011

Применение средств волейбола для повышения психофизических функций сотрудников уголовно исполнительной системы

Студеникина Светлана Александровна¹

Гордиенко Евгений Геннадьевич²

Радеева Елена Романовна²

¹*Кузбасский гуманитарно-педагогический институт КемГУ, г. Новокузнецк*

²*Кузбасский Институт ФСИН России, г. Новокузнецк*

Аннотация. Одной из целей физической подготовки сотрудников уголовно-исполнительной системы является формирование психофизической готовности к несению службы. Наставление по ФП сотрудников определяет средства физической подготовки, одним из таких средств является волейбол. Волейбол позволяет развивать не только физические качества, но и участвовать в формировании психофизической готовности к несению службы. Высокий уровень развития психофизических функций позволяет говорить о сформированной психофизической готовности к несению службы. В статье рассмотрены теоретические данные о влиянии занятий волейболом на развитие физических качеств, а также результаты проведенного исследования уровня развития психофизических качеств курсантов, занимающихся и не занимающихся волейболом.

Ключевые слова: волейбол, сотрудники уголовно-исполнительной системы, психофизические качества.

Use of volleyball to increase psychophysical functions of employees of the criminal executive system

Studenikina Svetlana Aleksandrovna¹

Gordienko Evgeniy Gennadievich²

Radeeva Elena Romanovna²

¹*Kuzbass Humanitarian-Pedagogical Institute, Kemerovo State University, Novokuznetsk*

²*Kuzbass Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia, Novokuznetsk*

Abstract. One of the goals of physical training of employees of the penal system is the formation of psychophysical readiness for service. The physical training manual for employees determines the means of physical training, one of such means is volleyball. Volleyball allows you to develop not only physical qualities, but also participate in the formation of psychophysical readiness for service. The high level of development of psychophysical functions allows us to speak about the formed psychophysical readiness for service. The article considers theoretical data on the influence of volleyball classes on the development of physical qualities, as well as the results of a study of the level of development of psychophysical qualities of cadets engaged and not engaged in volleyball.

Keywords. Volleyball, employees of penal system, psychophysical qualities.

ВВЕДЕНИЕ. Приказ ФСИН России от 13.06.2023 N 382 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в уголовно-исполнительной системе Российской Федерации» (Зарегистрировано в Минюсте России 13.07.2023 N 74247) является основным документом, который лежит в основе процесса организации и осуществления физической подготовки сотрудников [1]. Данный приказ направлен на повышение уровня физической подготовленности для успешного выполнения стоящих перед сотрудниками задач, как правило, это задачи силового противодействия противоправному поведению в отношении сотрудников, граждан и иных лиц, а также имущества. Приказ содержит различные разделы физической активности, в том числе и спортивные игры.

Волейбол является одним из самых популярных видов спорта в нашей стране, он входит в программы обучения в школе, в среднем профессиональном и

высшем образовании. Волейбол развивает необходимые человеку физиологические и физические качества [2]. Волейбол, по мнению Е.Ю. Коротаевой, играет важную роль в профессионально-прикладной подготовке будущих юристов. Она указывает на то, что занятия волейболом развивают необходимые профессиональные качества: физические, когнитивные, психологические [2].

М.В. Звягинцев, изучая готовность к несению службы сотрудниками уголовно-исполнительной системы, выделял физические и психофизические качества личности, необходимые сотруднику для выполнения своих служебных обязанностей. Физические качества, необходимые, по его мнению, для несения службы: выносливость, быстрота, сила, координационные качества, гибкость. Психофизические качества – это: быстрота реакции, умение переключать внимание, помехо- и стрессоустойчивость, умение переключаться с одного вида деятельности на другой [3]. Занятия волейболом как нельзя лучше будут способствовать развитию этих качеств, достаточно организовывать эти занятия на постоянном уровне. М.В. Звягинцев также указывает на то, что спортивные игры наряду со специальной физической подготовкой являются одним из средств формирования профессиональной спортивной культуры личности, которая будет и средством, и способом достижения высокого уровня физической готовности к несению службы сотрудниками УИС [4].

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ – выявить уровень сформированности психофизических качеств курсантов 1-го курса женского пола, занимающихся волейболом; сравнить полученные данные с данными курсантов, которые не занимаются волейболом.

Задача исследования – выявить уровень сформированности следующих психофизических качеств: 1) показатели развития зрительной-моторной реакции; 2) реакция на движущийся объект.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. При проведении исследования была применена система оценки психофизических качеств киберспортсменов, которая находится в свободном доступе на сайте www.crlab.site/tests. Данная система оценки позволяет определить уровень сформированности психофизических качеств по отдельности и сделать общее заключение. Полученные результаты обрабатывали методами математической статистики: вычисляли среднее арифметическое, среднеквадратичное отклонение и достоверность различий. В эксперименте принимали участие 16 курсантов женского пола. Курсанты были поделены на две группы по 8 человек. Первая группа экспериментальная – это курсанты 1-го курса, которые занимались волейболом в школе и занимаются им в институте, и вторая группа контрольная – это курсанты 1-го курса, которые волейболом не занимались. Все курсанты были примерно одного возраста (17–19 лет) и одного уровня физической подготовленности. Тестирование курсанты обеих групп проходили два раза, это были первая половина выходного дня (суббота и воскресенье). Курсанты тестировались на одних компьютерах, что позволило соблюсти чистоту эксперимента. Эксперимент проходил в декабре 2023 года на базе Кузбасского института ФСИН России.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. В ходе эксперимента были получены данные, которые отражены на рисунках 1, 2.

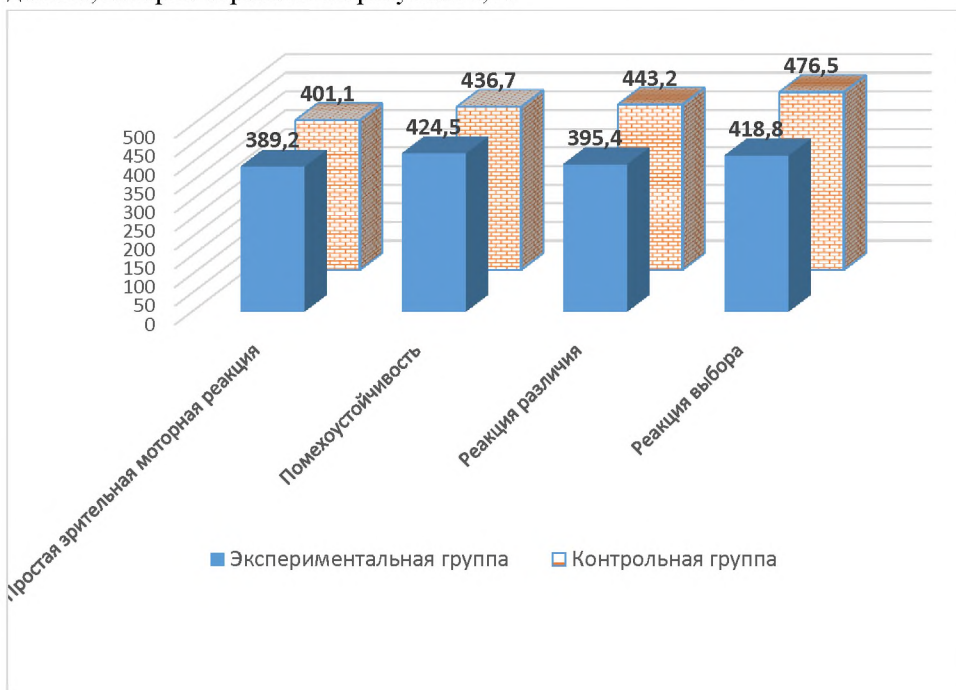


Рисунок 1 – Показатели развития зрительной-моторной реакции курсантов женского пола (мсек.)

Полученные результаты демонстрируют превосходство экспериментальной группы над контрольной во всех исследуемых параметрах. Также необходимо отметить, что в показателях «Реакция различия» и «Реакция выбора» разница между экспериментальной и контрольной группами достоверно отличается ($<0,05$). Полученные данные свидетельствуют, что показатели развития зрительной-моторной реакции выше в группе курсантов женского пола, которые занимаются волейболом, что можно объяснить влиянием занятий волейболом на психофизические функции человека. Достоверно различные результаты отражают специфику в развитии психофизических функций под влиянием занятий волейболом. Для волейбола характерны частые изменения ситуации, что приводит к дополнительной тренировке реакций различия и выбора.

Показатели реакции на движущийся объект показали следующее (рис. 2).

Показатель реакции «Среднего времени» (мсек.) на движущийся объект в экспериментальной группе курсантов женского пола составил $148,2 \pm 28,6$, а в контрольной группе – $159,5 \pm 33,6$, показатели различаются не достоверно.

Анализируя полученные данные, необходимо отметить, что такие показатели как «Индекс сбалансированности» и «Точные реакции», достоверно ($<0,05$) различаются у экспериментальной и контрольной групп курсантов, по двум другим характеристикам данные различаются не достоверно.

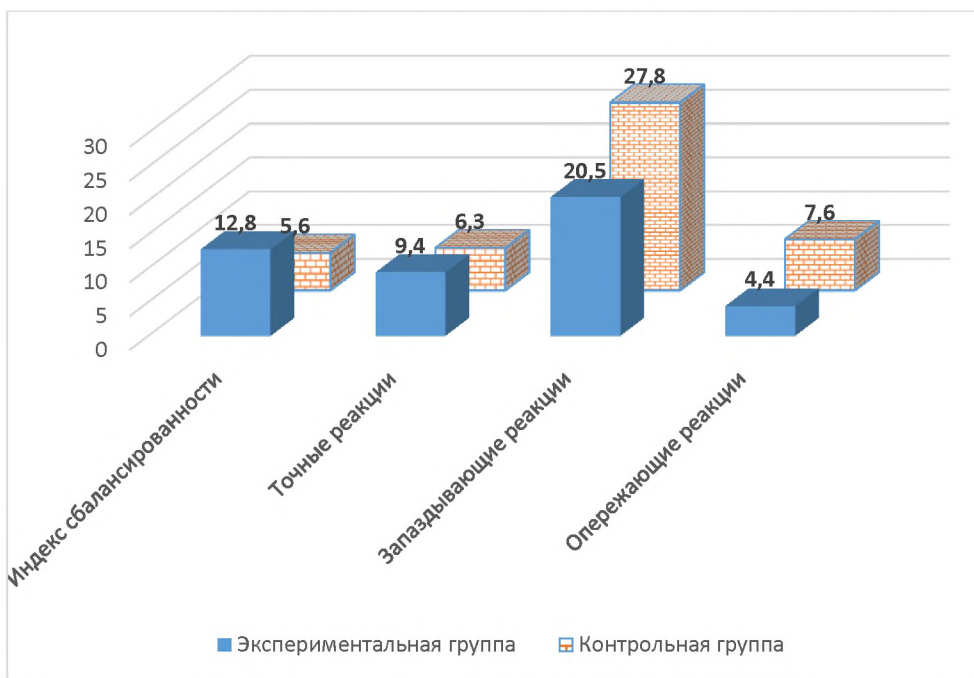


Рисунок 2 – Характеристики реакции на движущийся объект курсантов женского пола

Анализ полученных данных показал, что у курсантов женского пола, регулярно занимающихся волейболом, показатели РДО выше, чем у контрольной группы курсантов. Достоверно выше показатели «Индекса сбалансированности» и «Точных реакций», выше и другие показатели. Эти результаты можно объяснить влиянием занятий волейболом на психофизические качества личности.

ВЫВОДЫ:

1. Спортивные игры являются одним из способов, который позволяет объединить психофизическую подготовку сотрудников с их активным отдыхом, межличностным общением, формированием «командного духа».

2. Как показало экспериментальное исследование, показатели психофизических функций выше у курсантов, которые занимаются волейболом на постоянной основе, особенно это выражено в показателях «Реакция различия», «Реакция выбора», «Индекс сбалансированности» и «Точные реакции». Это те самые качества, которые формируют психофизическую готовность к несению службы.

3. Можно рекомендовать использование спортивных игр, в частности, волейбола как средства дополнительной физической подготовки (личное время, в режиме выходного дня) курсантов образовательных учреждений ФСИН России.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в уголовно-исполнительной системе Российской Федерации : приказ ФСИН России от 13.06.2023 № 382 // Официальное опубликование правовых актов. URL <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202307130019> (дата обращения: 03.01.2024).

2. Коротаяева Е. Ю. Развитие физических качеств и функциональных возможностей средствами волейбола. Москва : Проспект, 2023. 48 с.

3. Звягинцев М. В., Звягинцева Е. Н. К вопросу о готовности к несению службы сотрудниками уголовно-исполнительной системы // Теория и практика физической культуры. 2020. № 8 (986). С. 93.

4. Звягинцев М. В. Профессиональная спортивная культура личности курсантов образовательных учреждений ФСИН России // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2022. № 9 (211). С. 154–156.

REFERENCES

1. On approval of the Procedure for organizing personnel training to fill positions in the penal system of the Russian Federation, Order of the Federal Penitentiary Service of Russia dated June 13, 2023 No. 382, Official publication of legal acts, URL <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202307130019> (access date 01/03/2024).

2. Korotaeva E. Yu. (2023), «Development of physical qualities and functionality through volleyball», Moscow.

3. Zvyagintsev M. V. and Zvyagintseva E. N. (2022), «On the issue of readiness for service by employees of the penitentiary system», *Theory and practice of physical culture*, Vol. 8 (986), pp. 93.

4. Zvyagintsev M. V. (2022), «Professional sports culture of personality of cadets of educational institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia», *Scientific notes from the University P.F. Lesgafta*, Vol. 9 (211), pp. 154–156.

Информация об авторах:

Студеникина С.А. старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта, svetst1968@mail.ru

Гордиенко Е.Г. преподаватель кафедры физической и огневой подготовки, gordienko82@mail.ru

Радеева Е.Р. курсант факультета правоохранительной деятельности radeeva05@mail.ru

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 05.02.2024.

Принята к публикации 07.03.2024.