

Таблица 2 – Показатели изменений в преодоленной дистанции (тест Купера) в группах студентов женского пола

Группа	Результат (в метрах)		Разница в метрах
	До эксперимента	После эксперимента	
I группа	1258±61.5	1472±36.8	214
II группа	1695±52.6	1824±45.2	129
III группа	1981±46.2	2185±36	204

Анализируя полученные результаты, можно сделать вывод, что результаты улучшились во всех группах у юношей и девушек. Это можно связать с адекватно подобранными физическими нагрузками которая не вызвала негативной реакции со стороны организма и способствовала росту показателя. Информационно-коммуникативные технологии позволили оптимизировать процесс физической подготовки лиц, отнесённых к подготовительной группе, студенты получают задание через платформу, выполняют его отчёт присылают преподавателю или показывают его лично. Это упрощает работу со студентами, не снижая её эффективности.

ВЫВОДЫ

1. Информационно-коммуникативные технологии могут с успехом применяться в педагогической практике. Они позволяют не только давать задания студентам, но и контролировать его выполнение. Такой способ позволяет оптимизировать деятельность как студента, так и преподавателя.

2. Результаты педагогического эксперимента показали, что ИКТ позволяют организовать деятельность студента не только на самом занятии, но и во время самостоятельной работы. Данный способ может быть применён при переводе студента на дистанционную форму обучения, т. к. позволяет контролировать его деятельность, видеть, что он сделал, с каким результатом и оперативно корректировать его деятельность.

3. Данные об уровне изменения результатов в беге, говорят о том, что положительные изменения произошли во всех группах, несмотря на то что данные студенты были отнесены к подготовительной группе, это свидетельствует о том, что данная технология работает и достаточно эффективна.

4. Полученные результаты свидетельствуют о том, что ИКТ могут быть успешно применены на занятиях не только с подготовительной группой, но и с основной, если возникнет такая необходимость. Возможно применение таких технологий и в группах СМГ. Можно предположить, что применение ИКТ в образовании может быть применено не только в процессе оздоровления, но и в процессе спортивной тренировки, что требует дальнейшего исследования.

Контактная информация: maxim-zv@mail.ru

Статья поступила в редакцию 13.05.2023

УДК 796.01

ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ СОТРУДНИКОВ УГОЛОВНО-ИСПОЛНИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ В ПРОЦЕССЕ ТРЕНИРОВОЧНОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Антон Владимирович Огарышев, старший преподаватель, подполковник внутренней службы, Владимирский юридический институт ФСИН России, г. Владимир; Вячеслав Александрович Новиков, старший преподаватель, подполковник внутренней службы, Академия права и управления ФСИН России, Рязань; Андрей Петрович Вяткин, старший преподаватель, подполковник полиции, Рязанский филиал Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя, Рязань

Аннотация

В данной работе проведено исследование роли спортивной деятельности в духовно-нравственном воспитании сотрудников УИС. Была разработана анкета, которая была заполнена 50 сотрудниками УИС. Анализ результатов показал, что большинство опрошенных считают, что спортивная деятельность влияет на их духовно-нравственное развитие и поддерживает их физическую форму. Однако многие также отметили необходимость улучшения духовно-нравственного воспитания в процессе спортивной деятельности. Были предложены меры по улучшению данного воспитания, такие как проведение тренингов и семинаров для тренеров, поощрение менторства и создание более инклюзивной спортивной среды.

Ключевые слова: спортивная деятельность, духовно-нравственное воспитание, тренировки, соревнования, тренеры, менторство, инклюзивность.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.05.p289-293

SPIRITUAL AND MORAL EDUCATION OF EMPLOYEES OF THE PENITENTIARY SYSTEM IN THE PROCESS OF TRAINING AND COMPETITIVE ACTIVITIES

Anton Vladimirovich Ogaryshev, the senior teacher, Lieutenant Colonel of the Internal Service, Vladimir Law Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia, Vladimir;

Vyacheslav Aleksandrovich Novikov, the senior teacher, Lieutenant Colonel of the Internal Service, Academy of Law and Management of the Federal Penitentiary Service of Russia, Ryazan; Andrey Petrovich Vyatkin, the senior teacher, police Lieutenant Colonel, Ryazan branch of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.Ya. Kikot, Ryazan.

Abstract

This paper examines the role of sports activities in the spiritual and moral education of employees of the UIS. A questionnaire was developed and filled out by 50 UIS employees. The analysis of the results showed that most respondents believe that sports activities affect their spiritual and moral development and help maintain their physical fitness. However, many also noted the need to improve spiritual and moral education in the process of sports activities. Measures to improve this education were proposed, such as conducting training and seminars for coaches, promoting mentoring, and creating a more inclusive sports environment.

Keywords: sports activities, spiritual and moral education, training, competitions, coaches, mentoring, inclusivity.

ВВЕДЕНИЕ

Изучение духовно-нравственного воспитания сотрудников уголовно-исполнительной системы (УИС) в процессе тренировочной и соревновательной деятельности имеет свою особенность и актуальность, так как спорт и физическая активность имеют важное значение в процессе развития личностных и волевых качеств отдельно взятого человека [2].

Сотрудник уголовно-исполнительной системы является специалистом, который занимается выполнением приговоров и решений судов, связанных с исполнением наказаний в отношении осужденных. Работа таких специалистов нацелена на реабилитацию осужденных, а также на обеспечение общественной безопасности и правопорядка [1].

В системе исполнения наказаний есть множество специальностей и направлений работы, включая юристов, психологов, медицинских работников, педагогов, инженеров и других специалистов. Каждый из них вносит свой вклад в работу системы, помогая осужденным вернуться к нормальной жизни и стать полноценными членами общества. Сотрудники УИС должны уметь работать с людьми, уважать их права и свободы, а также обладать высоким уровнем профессионализма в своей области работы. В связи с этим возрастает значение духовно-нравственного воспитания сотрудников УИС и обосновывается актуальность данного исследования.

Цель исследования – изучить влияние спортивной деятельности на духовно-нравственное развитие сотрудников учреждения исполнения наказаний.

МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Методика исследования представляет собой опросник, содержащий 10 вопросов, которые направлены на выявление мнения сотрудников УИС о роли тренировочной и соревновательной деятельности в духовно-нравственном воспитании. Ответы оцениваются по шкале от 1 до 5, где 1 – полностью не согласен, 2 – скорее не согласен, 3 – не знаю/без мнения, 4 – скорее согласен, 5 – полностью согласен.

Для опроса используется онлайн-форма, которую можно заполнить анонимно. Перед заполнением анкеты сотрудникам УИС дается инструкция о целях исследования, а также гарантируется конфиденциальность их ответов. Данные, собранные из опроса, анализируются статистическими методами.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты анкетирования показали, что большинство сотрудников УИС считают спортивную деятельность важной не только для физического развития, но и для духовно-нравственного роста. Более 70% опрошенных сотрудников заявили, что, занимаясь спортом, они улучшают свои качества лидера, становятся более уверенными в себе и находят в себе силы преодолевать трудности.

Около 50% отметили, что в процессе тренировочной и соревновательной деятельности сотрудники УИС приобретают навыки коллективной работы, находят поддержку и понимание в коллективе, учатся уважительно относиться к соперникам и соблюдать правила игры.

25% указали, что на примере своих тренеров и старших товарищей усваивают важные ценности, такие как уважение к закону, порядку, труду и здоровому образу жизни.

Большинство (62%) отметили, что используют спорт как инструмент для формирования позитивных качеств, таких как уважение к себе и окружающим, ответственность, дисциплина, настойчивость и терпение.

50% отметили, что влияние спортивной деятельности на личность и характер выражается для них в укреплении дисциплины, еще 30% ответили, что для них это выражается в развитии уверенности, 20% указали развитие командной работы.

70% опрошенных указали, что для них спорт и соревнования – это повышение физической формы и достижение результатов. 10% признались, что для них спорт – это средство эмоциональной разгрузки.

50% опрошенных согласились, что спортивная деятельность влияет на их нравственные качества, а 30% указали, что влияние это уже замечено в их межличностных коммуникациях.

40% высказались о том, что хотели бы участвовать в спортивных соревнованиях, в том числе на Олимпиадах. 20% выразили уверенность в том, что в ближайшее время они отправятся на соревнования. Стоит упомянуть то, что многие сотрудники уже ранее занимались определенными видами спорта и имели определённые заслуги, спортивные разряды и теперь лишь совершенствуют свои результаты [2].

Почти половина опрошенных (45%) оценивают свой уровень мотивации в процессе тренировок и соревнований как средний, что может указывать на необходимость поиска новых методов мотивации.

Также многие опрошенные высказали мнение, что в процессе тренировок и участия в соревнованиях они учатся уважению к соперникам, спортивной честности и дисциплине. Однако при этом некоторые сотрудники (25%) отметили, что существует определенный риск конфликтов и разногласий в команде, что может негативно повлиять на духовно-нравственное развитие.

ВЫВОДЫ

В целом, духовно-нравственное воспитание сотрудников УИС в процессе тренировочной и соревновательной деятельности имеет большое значение для их профессиональной карьеры. Благодаря спорту сотрудники могут развивать свои физические и психологические качества, приобретать новые навыки и знания, а также формировать ценности и жизненную позицию.

Спортивные мероприятия и соревнования не только помогают сотрудникам ФСИН улучшить свою физическую форму и достичь высоких спортивных результатов, но также служат эффективным инструментом духовно-нравственного воспитания, повышения самооценки, развития лидерских качеств и укрепления моральных ценностей.

Чтобы улучшить духовно-нравственное воспитание сотрудников УИС в процессе спортивной деятельности, можно предложить ввести дополнительные меры поддержки и контроля со стороны руководства учреждения. Например проводить более частые беседы о ценностях спортивной честности и уважения к соперникам, организовывать специальные тренинги по командной работе и конфликтологии, а также более тщательно отбирать спортивные команды и составы [5].

Другой мерой является необходимость организовывать более частые тренировки и соревнования, чтобы повысить уровень мотивации участников. Также можно проводить тренировки в команде, что поможет укрепить дисциплину и научиться работать в коллективе [4].

Необходимо повышать квалификацию тренеров и обеспечивать их профессиональное развитие, чтобы они могли эффективнее влиять на духовно-нравственное развитие спортсменов. Важно, чтобы тренеры помогли спортсменам не только в повышении спортивных результатов, но и в личностном росте и развитии.

Важно также следить за уровнем физической подготовки участников и обеспечивать безопасность при проведении тренировок и соревнований. Здоровье и безопасность участников также важны для их духовно-нравственного развития, поэтому необходимо уделять этому внимание.

ЛИТЕРАТУРА

1. Батурин А.Е. Организация спортивно-массовой работы в образовательных организациях дополнительного профессионального образования ФСИН России на примере Санкт-Петербургского института повышения квалификации работников ФСИН России /А.Е. Батурин // Проблемы и перспективы развития образования в России. – 2016. – №39. – С. 89–94.
2. Свиридова Я.Д. Спортивная деятельность в вузах ФСИН и её значение / Я. Д. Свиридова. // Молодой ученый. – 2022. – № 51 (446). – С. 323–325.
3. Копылов, Ю.А. Система физического воспитания в образовательных учреждениях / Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская. – Москва : Арсенал образования, Москва, 2018. – 78 с.
4. Об утверждении Наставления по физической подготовке сотрудников уголовно-исполнительной системы : приказ Минюста России от 12.11.2001 № 301 // КонсультантПлюс : [сайт]. – URL: <https://www.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?req=doc&base=EXP&n=647909#ZTXjWhTEX9VbAiB62> (дата обращения: 01.04.2023).
5. Зезюлин Ф.М. Физическая подготовка сотрудников уголовно-исполнительной системы: монография / Ф.М. Зезюлин. – Владимир : Изд-во ВЮИ ФСИН России, 2006. – 160 с.

REFERENCES

1. Baturin A.E. (2016), “Organization of mass sports work in educational institutions of additional professional education of the Federal Penitentiary Service of Russia on the example of the St. Petersburg Institute for Advanced Studies of Employees of the Federal Penitentiary Service of Russia”, *Problems and prospects for the development of education in Russia*, No. 39, pp. 89–94.
2. Sviridova, Ya.D. (2022), “Sports activities in the universities of the Federal Penitentiary Service and its significance”, *Journal Young scientist*, Vol. 51, No. 446, pp. 323–325.

3. Kopylov, Yu.A. and Polyanskaya, N.V. (2018), *The system of physical education in educational institutions*, Arsenal of Education Publishing House, Moscow.

4. Ministry of Justice of Russia (2001), "On the approval of the Manual on the physical training of employees of the penitentiary system", *Order of the dated November 12, 2001 No. 301*, available at: <https://www.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?req=doc&base=EXP&n=647909#ZTXjWhTEX9VbAiB62> (accessed: 01.04.22023).

5. Zezyulin F.M. (2006), *Physical training of employees of the penitentiary system*, monograph, Publishing house of VUI FSIN of Russia, Vladimir.

Контактная информация: polyakova12052000@mail.ru

Статья поступила в редакцию 21.05.2023

УДК 796.526

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У СПОРТСМЕНОВ-СКАЛОЛАЗОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ДИСЦИПЛИНЕ «БОУЛДЕРИНГ», С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО КОМПЛЕКСА УПРАЖНЕНИЙ

Екатерина Евгеньевна Окунь, соискатель Московская государственная академия физической культуры, п. Малаховка, преподаватель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург

Аннотация

В данной статье сформулирована проблема развития специальных физических качеств у спортсменов-скалолазов, специализирующихся в дисциплине «Боулдеринг». Предложен путь решения проблемы, который заключается в разработке экспериментального комплекса физических упражнений. Приведены результаты проведенного педагогического эксперимента с использованием данного варианта, который эффективно повлиял на уровень развития специальных физических качеств и спортивные результаты спортсменов.

Ключевые слова: экспериментальный комплекс физических упражнений, скалолазы, результат исследования, специальные физические качества, учебно-тренировочные занятия, боулдеринг.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.05.p293-295

IMPROVEMENT OF SPECIAL PHYSICAL QUALITIES OF ATHLETES-CLIMBERS SPECIALIZING IN THE DISCIPLINE "BOULDERING" USING AN EXPERIMENTAL SET OF EXERCISES

Ekaterina Evgenievna Okun, the applicant, Moscow State Academy of Physical Culture, P. Malakhovka, teacher, Military Institute of Physical Culture, St. Petersburg

Abstract

In this article, the problem of the development of special physical qualities in athletes-climbers specializing in the discipline "Bouldering" is formulated. A way to solve the problem is proposed, which consists in the development of an experimental set of physical exercises. The results of a pedagogical experiment conducted using this option, which effectively influenced the level of development of special physical qualities and athletic performance of athletes, are presented.

Keywords: experimental complex of physical exercises, rock climbers, research result, special physical qualities, training sessions, bouldering.

АКТУАЛЬНОСТЬ

Развитие специальных физических качеств у спортсменов-скалолазов, специализирующихся в дисциплине «Боулдеринг», является одной из приоритетных задач. Анализ тренировочной и соревновательной деятельности показал, что у спортсменов недостаточно развиты скоростно-силовые способности, которые являются ведущими.