

спортсменов, и занятий по изучению элементов танца, которая в свою очередь разработана с учетом их постепенного усложнения;

- устранение ошибок в методике проведения занятий путем анализа видеоматериалов с тренировок и выступлений групп обучающихся, а также привлечением специалистов из других областей.

Таким образом, рассматривая проблему профилактики травматизма при занятии танцами, в частности брейк-данс, можно сделать вывод о том, что его уровень в целом контролируем, зависящий от множества факторов. Задача тренеров и педагогов заключается в постоянном анализе и прогнозе возникновения травмирующих факторов, а также в постоянном контроле физического и психологического состояния обучающихся.

Библиографический список

1. *Буренина, А.И.* Ритмическая мозаика / А.И. Буренин. Текст: непосредственный. Киев., изд. Созвездие, 2001. 198с.
2. *Бурханов, А.И.* Теория и практика физической культуры. Текст: непосредственный. М., изд. Владос, 2002. 251с.
3. *Кулагина, И.Ю.* Психологический справочник учителя. Текст: непосредственный. М., изд. Просвещение, 2000. 263с.
4. *Мурашко, Н.П.* Формы современного танца. Текст: непосредственный. М., изд. «Культура», 2004. 142с.
5. *Ясвин, В.А.* Тренинг педагогического взаимодействия в творческой образовательной среде. Текст: непосредственный. М., изд. Просвещение, 2001. 216с.
6. *Гриценко, Г.А.* Социальное проектирование в работе с молодёжью: методическое пособие. Текст: непосредственный. Екатеринбург: ОГУ УИОЦМ, 2008. 162с.

Шахов В.В.

МБУ ДО «Детско-юношеский центр» КМЖ «Фристайл»»

г. Екатеринбург, Россия

sany1995@yandex.ru

ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ НА ПРИМЕРЕ ВОЕННО-СПОРТИВНОЙ ИГРЫ КАК КОМПОНЕНТ В РЕШЕНИИ ЗАДАЧ ЗДОРОВЬЕФОРМИРОВАНИЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ

Аннотация. Недооценка воспитания в детях патриотических качеств как важнейших составляющих общественного сознания приводит к ослаблению социально-экономических, духовных и культурных основ развития общества и государства. Этим и определяется приоритетность патриотического воспитания в общей системе воспитания граждан России.

Ключевые слова: патриотическое воспитание, военно-спортивная игра, морально-волевые качества, самоутверждение, ответственность.

Патриотическое воспитание, являясь составной частью общего воспитательного процесса, представляет собой систематическую и целенаправленную деятельность органов государственной власти и общественных организаций по формированию у граждан высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины. Патриотическое воспитание позволяет сформировать у детей важнейшие социально значимые качества: любовь к Отечеству и малой Родине, ответственность, чувство долга, верность традициям, стремление к сохранению и преумножению исторических и культурных ценностей, а также готовность к служению на благо России. Технология патриотического воспитания направлена на создание условий для национального возрождения России как великой державы.

При организации работы по патриотическому воспитанию обязательно следует учитывать возраст детей, их психологические особенности и возможности. Принимая во внимание, что основной целевой группой патриотического воспитания являются подростки

возраста от 12 до 17 лет, его содержание будет иметь многоплановый и насыщенный характер, и будет обуславливаться, прежде всего, различием социально-психологических, возрастных и иных особенностей молодежи.

Подростковый возраст – это период ранней юности, характеризующийся наступлением физической и психической зрелости. В этом возрасте на более высокий уровень поднимается развитие чувств и волевых процессов. В частности, усиливаются и становятся более осознанными чувства, связанные с общественно-политическими событиями. Общественные переживания и чувства оказывают сильное воздействие на нравственное формирование подростков. Именно в этом возрасте на основе моральных знаний и жизненного опыта вырабатываются определенные нравственные взгляды и убеждения, которыми руководствуются юноши и девушки в своем поведении. Именно поэтому так важно осуществление гражданского, патриотического и морального воспитания.

Для подростков характерны следующие признаки психического развития:

- целеустремленность, настойчивость и импульсивность;
- неустойчивость может смениться апатией, отсутствие стремлений и желаний что-либо делать;
- повышенная самоуверенность, безапелляционность в суждениях быстро сменяется ранимостью и неуверенностью в себе;
- потребность в общении сменяется желанием уединиться;
- развязность в поведении порой сочетается с застенчивостью;
- романтические настроения нередко граничат с цинизмом, расчетливостью;
- нежность, ласковость бывают на фоне недетской жестокости.

Так как это подростки, то игра для них - необходимый вид деятельности, в процессе которого применяется и обогащается накопленный детьми жизненный опыт, углубляются представления об окружающем мире, приобретаются навыки, необходимые им для успешной трудовой деятельности, воспитываются организаторские способности. Потребность в играх объясняется возрастными особенностями детей, их стремлением к активной практической деятельности, познанию окружающего мира, участию в жизни взрослых.

Военно-спортивная игра на местности – это одна из разновидностей детских игр. Она является исторически сложившимся средством военно-патриотического воспитания детей. Военно-спортивной игре присущи основные черты любой игры детей: познавательный характер и разнообразие игровых мотивов, целей, активности действий, высокая эмоциональность, жизнерадостность. Всемирно известный воспитатель и педагог А.С. Макаренко подчеркивал, что игра не имеет прямого отношения к тем целям, как работа взрослого, но она имеет отношение к ним косвенное: приучает человека к тем физическим и психологическим условиям, которые необходимы для работы. «Каков ребенок в игре – писал А.С. Макаренко, – таков во многом он будет в работе, когда вырастет». Воспитательная роль военно-спортивных игр повышается благодаря тому, что участники с большим интересом относятся к ним. Основными мотивами, порождающими у детей интерес к военно-спортивной игре, являются: желание удовлетворить свое стремление к героическим поступкам, доказать свою взрослость, самостоятельность, проверить свои силы в возможности проявить личные качества, занять определенное место в коллективе, самоутвердиться; стремление приобрести некоторые первичные военные знания, умения и навыки в действиях на местности, а также развить у себя ряд морально-волевых качеств, необходимых для

активного участия в будущем в трудовой деятельности, в защите своего Отечества. Среди разнообразия чувств, переживаемых подростками в военно-спортивных играх, особое значение приобретают чувства, побуждающие детей к деятельности, к борьбе с трудностями, желание участвовать в ответственных делах, совершать героические поступки. Воспитание у подрастающего поколения чувства коллективизма, подлинной дружбы, товарищества и взаимной выручки – одна из важных задач, призванной готовить активное достойное поколение для современной России. Одним из самых эффективных, действенных средств воспитания у подростков чувства патриотизма, товарищества и взаимной выручки являются военно-спортивные игры.

Для успешной реализации вышеперечисленных задач необходимо:

- создать комфортную и интересную атмосферу на мероприятии;
- создать позитивный настрой;
- создать условия атмосферы доброжелательности и сотрудничества.

Страйкбол и лазертаг – военно-спортивные игры нового поколения. Игра в страйкбол - это военный антураж, разнообразие оружия и максимально достоверная имитация огнестрельного боя. Он идеально подходит для занятий по огневой подготовке, тактико-специальной, а также для проведения военно-спортивных игр, наподобие пионерских «Зарниц», но с более высоким уровнем реализма, что дает более высокий результат в увлеченности детей.

Мы вывели обычную игрушку в систему подготовки будущих защитников Отечества, поставив обязательным условием для игры, физическую подготовку, уровень теоретических и практических знаний по туризму, выживанию, военному делу и т.д. Так как любой «спецназовец» обладает этими знаниями и умениями. И подростки, желая походить на эти примеры для подражания, путем такой игры, с еще большим рвением учатся и осваивают материал.

На подготовительном этапе военно-спортивной игры участники приезжают на полигон и самостоятельно готовят всю экипировку для себя! Каждый понимает, что это их личная ответственность, так как если легкомысленно отнестись к этому вопросу, то его эффективность будет снижена в разы. Здесь конечно помогают старшие ребята младшим, так как они одна команда, и отвечать за ошибку придется всем, следуя поговорке «Скорость каравана всегда отслеживается по самому последнему хрому верблюду!» Они уже, даже еще не стартовав, чувствуют общую ответственность за всех!

Заключительная этап – это проведение самоанализа участников всех своих действий - какие задачи были выполнены, а какие нет и почему? Разбор вместе с воспитанниками всего хода игры, и обсуждения ошибок и положительных действий группы в целом, а так же индивидуально.

Военно-спортивные игры направлены формирование цельной личности, ее физической культуры, волевых качеств и этических норм; создание условий привития и пропаганды здорового образа жизни среди подростков и молодежи, а так же стойкого интереса к занятиям спортом; развитие товарищества, среди подростков и чувства локтя; развитию умений обобщать полученные знания, проводить анализ, делать необходимые выводы; развивать творческие способности – формировать рефлексивные умения.

Библиографический список

1. *Валеев, Р.А., Зайцев А.А., Зайцева В.Ф.* Военно-патриотическая работа с подростками в молодежных организациях России. Проблемы воспитания патриотизма. Текст: непосредственный // Вологда.: ВИРО. 2014г. С. 159-161.
2. *Васютин, Ю.С.* Военно-патриотическое воспитание: теория, опыт. Текст: непосредственный // М.: Издательство Мысль 2016 г. С. 204-205.
3. *Гаврилов, Ф.К., Кожин Г.А.* Военно-спортивные игры. Текст: непосредственный // М.: Изд-во ДОСААФ. 2013 г. С. 44-48.

4. Сайт «Минобрнауки.рф» [Электронный ресурс]: Материалы сайта Министерства образования и науки РФ. Режим доступа: <http://mon.gov.ru/> Текст: электронный

Шевырталов Е.П., Кучумов Д.В.
Уральский юридический институт МВД России,
г. Екатеринбург, Россия
mari.nekrasova.90@list.ru

ОТДЫХ И ВОССТАНОВЛЕНИЕ ОРГАНИЗМА ПОСЛЕ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ У КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ И СОТРУДНИКОВ МВД РОССИИ

Аннотация. В данной статье авторы рассматривают восстановление организма после физических нагрузок. Выявлена прямая зависимость восстановления организма от степени нагрузок, физической подготовленности и возраста спортсмена. Проведенный анализ свидетельствует о важности соблюдения баланса между тренировками и отдыхом.

Ключевые слова: физическая подготовка, восстановление организма, физическая нагрузка, сотрудник ОВД, адаптация.

Каждый человек, причастный к физической культуре и спорту, знает о важности отдыха и восстановления организма после физической нагрузки. Особенно важно понимание этого процесса для курсантов и сотрудников Министерства внутренних дел Российской Федерации, потому что помимо хорошей физической формы они обязаны выполнять служебные задачи, многие из которых подразумевают высокий уровень ответственности перед гражданами нашей страны. Восстановление и отдых необходимы для высокой производительности и хороших результатов в спорте. К сожалению, для достижения поставленных целей