

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КУРСАНТОВ ИНЖЕНЕРНЫХ ИНСТИТУТОВ МЧС РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ С УЧЕТОМ ОСОБЕННОСТЕЙ ИХ БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Виктор Григорьевич Никитушкин, доктор педагогических наук, профессор,  
Педагогический институт физической культуры и спорта  
Московского городского педагогического университета (ПИФКИС МГПУ),  
Александр Валерьевич Ключников, заместитель начальника лицея,  
Государственное учреждение образования «Лицей при Гомельском инженерном институте» Министерства по чрезвычайным ситуациям Республики Беларусь  
(ГУО «Лицей при ГИИ» МЧС Республики Беларусь)*

**Аннотация**

В статье рассматриваются вопросы влияния учебно-тренировочных занятий различной направленности на уровень физической подготовленности курсантов инженерных институтов МЧС. Проведенные исследования установили, что у более чем половины первокурсников (66,9%), обучающихся на первом курсе института МЧС, уровень физической подготовленности находится на удовлетворительном уровне, хороший уровень подготовленности имеют 21,9% тестируемых, а отличный – лишь 11,2% курсантов. Проведенный педагогический эксперимент по изучению влияния занятий различной направленности при построении учебно-тренировочного процесса по физической культуре курсантов инженерных институтов МЧС выявил, что наиболее эффективной является физическая подготовка с преимущественной направленностью на совершенствование ведущих двигательных способностей и целостное выполнение дисциплин пожарно-спасательного двоеборья, что способствует наибольшим темпам прироста показателей физической подготовленности и результатов пожарно-спасательного двоеборья.

**Ключевые слова:** курсанты инженерных институтов МЧС, учебно-тренировочные занятия, физическая подготовленность, ведущие и отстающие двигательные способности, пожарно-спасательное двоеборье.

**DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.01.107.p129-133**

**IMPROVEMENT OF THE PHYSICAL CULTURE EDUCATIONAL AND TRAINING PROCESS OF CADETS OF THE ENGINEERING INSTITUTES OF THE MINISTRIES OF EMERGENCY SITUATIONS OF REPUBLIC OF BELARUS TAKING INTO ACCOUNT THE FEATURES OF THEIR FUTURE PROFESSIONAL ACTIVITY**

*Victor Grigoryevich Nikitushkin, the doctor of pedagogical sciences, professor,  
Moscow City Teacher Training University,  
Alexander Valeryevich Klyuchnikov, the deputy chief of lyceum,  
Public institution of education "Lyceum at the Gomel engineering institute" the Ministry of  
Emergency Situations of Republic of Belarus*

**Annotation**

The questions of the influence of multidirectional educational training classes on the level of the students' physical state in the engineering institutes of the Ministry of Emergency Situations are considered in this article. Based upon the conducted researches, the level of more than a half of the first-year students' physical state (66.9%) is satisfactory, 21.9% of the tested students have a good physical state, and only 11.2% of the students have an excellent rate. The conducted pedagogic experiment made for learning the influence of the multidirectional classes during constructing the educational training process of Physical Education for the students of the engineering institutes of the Ministry of Emergency Situations has shown that the most effective physical condition is that one with the effective direction at improving the basic moving abilities and full accomplishment of the fire-rescue double-event disciplines that leads to the maximum increasing of the level of physical condition indices and results of a fire-rescue

double event.

**Keywords:** students in the engineering institutes of the Ministry of Emergency Situations, educational training classes, physical condition, basic and lagging moving abilities, fire-rescue double event.

Статистические данные свидетельствуют, что ускоренное научно-техническое развитие общества сопровождается негативная тенденция увеличения количества чрезвычайных ситуаций. Поэтому в настоящее время природные и техногенные катастрофы являются глобальными проблемами для всего человеческого общества, а обеспечение безопасности жизнедеятельности является одной из важнейших. Весьма часто саму чрезвычайную ситуацию невозможно предотвратить, поэтому возникает необходимость ликвидации ее последствий. В Республике Беларусь решение этой задачи обеспечивают подразделения Министерства по чрезвычайным ситуациям [1, 2].

Исследователи отмечают [3, 4], что при решении боевых задач в экстремальных условиях пожарные испытывают значительные физические и психические нагрузки: им приходится оперативно реагировать и принимать решения в критических ситуациях, быстро и слаженно выполнять различные действия, связанные со спасением людей и имущества, а также разворачиванием средств пожаротушения и ряд других.

Все имеющееся многообразие чрезвычайных ситуаций и условий их ликвидации предъявляют высокие требования к уровню профессиональной подготовленности спасателей, а эффективность их действий обеспечивается уровнем сформированности у них профессионально значимых физических качеств, а также специализированных двигательных умений и навыков [5].

Не вызывает сомнения тот факт, что рациональное и эффективное планирование и реализация учебно-тренировочного процесса курсантов МЧС невозможны без изучения их исходного уровня физической подготовленности. Поэтому в наших исследованиях анализу были подвергнуты результаты контрольного тестирования уровня двигательной подготовленности курсантов первого курса Гомельского инженерного института МЧС Республики Беларусь (n=77 человек).

Анализ проводился по данным пяти контрольных тестов, используемых для оценки уровня физической подготовленности курсантов и имеющим наибольшую степень корреляции с результатами пожарно-спасательного двоеборья: бег на 100 метров; челночный бег 10x10 метров; прыжок в длину с места; подтягивание на перекладине и бег на 3000 метров [6]. Комплексным показателем оценки уровня физической подготовленности явилась сумма пяти тестов, характеризующих основные двигательные способности. Проведенный анализ позволил установить следующие особенности структуры физической подготовленности курсантов (таблица 1).

Таблица 1

**Распределение курсантов первого курса по уровню физической подготовленности (в %)**

Показатели	Оценка		
	Отлично (8-10 баллов)	Хорошо (6-7 баллов)	Удовл. (4-5 баллов)
1. Бег на 100 метров со старта, с	11,6	21,6	66,8
2. Челночный бег 10x10 метров, с	13,2	24,1	62,7
3. Прыжок в длину с места, см	13,9	25,7	60,4
4. Подтягивание из виса на перекладине, кол-во раз	9,7	19,2	71,1
5. Бег на 3000 метров, с	7,6	18,9	73,5
6. Сумма баллов в пяти контрольных тестах	11,2	21,9	66,9

Полученные предварительные данные позволили установить, что большинство будущих специалистов-спасателей, поступающих на первый курс Гомельского инженерного института МЧС Республики Беларусь, имеют недостаточный уровень подготовленности, что обуславливает необходимость совершенствования учебно-тренировочного

процесса курсантов. Так как достижение высокого уровня профессиональной готовности к специализированной деятельности возможно лишь при учете требований, которые предъявляет эта деятельность к физическому состоянию и необходимым двигательным умениям и навыкам, наличие такой информации позволяет определять наиболее эффективные средства и методы управления учебно-тренировочным процессом, оптимизировать его структуру и содержание на всех этапах подготовки специалиста.

Анализ научно-методической литературы и нормативных документов показал, что по критериям общей, специальной физической и технико-тактической подготовленности курсантов инженерных институтов МЧС Республики Беларусь условно можно соотнести со спортсменами, занимающихся комплексными видами спорта – многоборьями. Вместе с тем следует учитывать, что их практическая профессиональная деятельность проходит, как правило, в чрезвычайных и непредсказуемых ситуациях. Для изучения влияния занятий различной направленности в учебно-тренировочном процессе курсантов изучению и анализу были подвергнуты программы построения учебно-тренировочного процесса, используемые в работе со студенческой молодежью в учреждениях образования. Педагогический эксперимент проводился с курсантами первого курса учреждения образования «Гомельский инженерный институт» Министерства по чрезвычайным ситуациям Республики Беларусь. На основании предварительных исследований все занимающиеся были разделены на три экспериментальные группы, в которых использовалась различная направленность учебно-тренировочного процесса.

В группе «А», сформированной из курсантов первого взвода (n=23), преимущественную направленность учебно-тренировочного процесса (более 80% времени учебно-тренировочных занятий) составляла комплексная физическая подготовка. В группе «Б» (n=27, второй взвод) использовалась преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса (≈70% времени) на «подтягивание» отстающих физических качеств, а также технических умений и навыков курсантов. В группе «В» (n=25, третий взвод) при планировании учебно-тренировочного процесса использовалась преимущественная направленность на совершенствование ведущих физических качеств (≈25% времени) и целостное выполнение дисциплин пожарно-спасательного двоеборья в режимах максимальной и субмаксимальной интенсивности (≈50% времени).

Для каждого курсанта в начале эксперимента были определены отклонения от средних значений исследуемых показателей, что позволило выявить ведущие и отстающие физические качества. В качестве критерия эффективности учебно-тренировочного процесса использовалась динамика их результатов за экспериментальный период (таблица 2).

Таблица 2

**Динамика подготовленности курсантов под влиянием занятий различной направленности в группах «А», «Б» и «В» за период педагогического эксперимента**

Показатели	Исходные (X±δ)		Конечные (X±δ)		Достоверность различий, t / P
Группа «А»					
Физическая подготовленность (баллы)	21,35	3,27	33,31	3,52	2,49 / < 0,05
Ведущие двигательные способности (баллы)	12,95	0,94	16,04	0,97	2,29 / < 0,05
Отстающие двигательные способности (баллы)	6,37	0,73	9,23	0,82	2,60 / < 0,05
Техническая подготовленность (с)	9,51	0,19	9,21	0,21	1,05 / > 0,05
Сумма результатов пожарно-спасательного двоеборья (с)	46,27	0,74	44,47	0,87	1,57 / > 0,05
Группа «Б»					
Физическая подготовленность (баллы)	20,97	3,41	30,28	3,67	1,86 / > 0,05
Ведущие двигательные способности (баллы)	12,73	0,91	14,17	0,93	1,11 / > 0,05
Отстающие двигательные способности (баллы)	6,24	0,78	10,27	0,87	3,44 / < 0,01
Техническая подготовленность (с)	9,84	0,20	9,29	0,17	2,09 / < 0,05
Сумма результатов пожарно-спасательного двоеборья	46,01	0,79	43,59	0,85	2,08 / < 0,05

Показатели	Исходные (X±δ)		Конечные (X±δ)		Достоверность различий, t / P
	Группа «В»				
Физическая подготовленность (баллы)	22,41	3,54	34,78	3,71	2,41 / < 0,05
Ведущие двигательные способности (баллы)	12,84	0,96	16,11	0,99	2,37 / < 0,05
Отстающие двигательные способности (баллы)	6,21	0,79	9,38	0,82	2,78 / < 0,01
Техническая подготовленность (с)	9,96	0,22	9,21	0,17	2,69 / < 0,01
Сумма результатов пожарно-спасательного двоеборья	46,88	0,73	43,63	0,62	3,39 / < 0,01

Как показали проведенные нами исследования, наибольшие темпы прироста в показателе «Физическая подготовленность» отмечены в группе «В» (12,37 балла). Прирост в группах «А» и «Б» в данном показателе составил, соответственно, 11,96 балла и 9,31 балла, при этом статистически значимой достоверность различий оказалась лишь в группах «А» и «В» (при  $P < 0,05$ ).

По группе ведущих двигательных способностей наибольший прирост (3,27 балла) также отмечен в группе «В», на втором месте находятся курсанты группы «А» – 3,09 балла (достоверность различий в обеих группах  $P < 0,05$ ). В группе «Б» за период эксперимента темпы прироста ведущих двигательных способностей составили лишь 1,44 балла, являясь при этом статистически недостоверными (при  $P > 0,05$ ).

Результаты анализа по группе двигательных способностей выявили следующие темпы прироста: 4,03 балла – в группе «Б»; 3,17 балла – в группе «В» и 2,86 балла – в группе «А». При этом достоверность различий составила  $P < 0,01$  в группах «Б» и «В», и  $P < 0,05$  в группе «А».

Суммарный показатель технической подготовленности за период эксперимента по темпам прироста был наиболее высоким в группе «В», и составил 0,75 с. Остальные группы имели более низкие темпы прироста: группа «Б» – 0,55 с; группа «А» – 0,3 с.

Наибольший среднегодовой прирост в общей сумме результатов пожарно-спасательного двоеборья составил 3,25 с и был зафиксирован в группе «В» (использующей преимущественную направленность учебно-тренировочного процесса на совершенствование ведущих физических качеств и целостное выполнение дисциплин пожарно-спасательного двоеборья). Прирост, равный 2,42 с, отмечен в группе «Б», использующей преимущественную направленность учебно-тренировочного процесса на подтягивание отстающих физических качеств. Наименьший годовой прирост суммы результатов пожарно-спасательного двоеборья был зарегистрирован в группе «А», (в которой использовалась комплексная направленность учебно-тренировочного процесса) и составил 1,8 с.

Таким образом, проведенные экспериментальные исследования влияния занятий различной направленности при построении учебно-тренировочного процесса по физической культуре курсантов инженерных институтов МЧС выявили, что наиболее эффективной является физическая подготовка с преимущественной направленностью на совершенствование ведущих двигательных способностей и целостное выполнение дисциплин пожарно-спасательного двоеборья в режимах максимальной и субмаксимальной интенсивности.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Природные опасности и общество / В.А. Владимиров, Ю.Л. Воробьев, В.И. Осипов, С.К. Шойгу. – М. : Крук-Престиж, 2002. – 245 с.
2. Бариев, Э.Р. Роль и место органов и подразделений по чрезвычайным ситуациям в системе национальной безопасности Республики Беларусь / Э.Р. Бариев // Проблемы управления. – 2006. – № 4. – С. 57-60.
3. Бондаренко, Л.Ю. Подготовка пожарных и спасателей / Л.Ю. Бондаренко. – М. : Медицинская подготовка, 2008. – 254 с.
4. Гавриленко, Е.С. Проблема адаптации спасателей МЧС в условиях стрессовых ситуаций / Е.С. Гавриленко, Т.В. Гавриленко, О.С. Бармина // Физическая культура и спорт в

современном обществе : материалы Всероссийской научной конференции. – Хабаровск, 2007. – С. 82-84.

5. Динаев, Б.М. Профессионально-прикладная физическая подготовка курсантов в вузах пожарно-технического профиля / Б.М. Динаев // Вестник государственного университета управления. – 2009. – № 11. – С. 13–16.

6. Ключников, А.В. Исследование подготовленности курсантов инженерных институтов МЧС Республики Беларусь во взаимосвязи с их профессиональной деятельностью / А.В. Ключников, А.Г. Нарский // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 11 (93). – С. 49-54.

#### REFERENCES

1. Vladimirov, V.A., Vorobiev Yu.L., Osipov V.I. and Shoigu S.K. (2002), *Natural Hazards and Society*. publishing house “Crook-Prestizh”, Moscow.

2. Bariev, E.R. (2006), “The Role of agencies and units of Emergency Situations in the system of national security of the Republic of Belarus”, *Management problems: scientific journal*, No. № 4, pp. 57-60.

3. Bondarenko, L.Y. (2008), *The preparation of firemen and rescuers*, publishing house “Medical training”, Moscow.

4. Gavrilenko, E.S. Gavrilenko T.V. and Barmina O.S. (2007), “The adaptation problem of the rescuers of the Ministry of Emergency Situations in the stressful conditions”, *Physical Education and sport in modern society: materials of All-Russian scientific conference*, Khabarovsk, pp. 82-84.

5. Dinaev, B.M. (2009), “Students’ professional applied physical education in the fire-engineering institutes”, *The reporter of the State University of Management*, No. 11, pp. 13-16.

6. Kluchnikov, A.V. and Narskin A.G. (2012), “The research of the students’ competence in the correlation with their professional occupation in the engineering institutes of the Ministry of Emergency Situations in the Republic of Belarus”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 93, No. 11, pp. 49-54.

**Контактная информация:** iri6432@yandex.ru

*Статья поступила в редакцию 21.01.2014.*

**УДК 378.014**

### **ОПРЕДЕЛЕНИЕ РЕАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Оксана Сергеевна Павлюк, аспирант,*

*Хмельницкий национальный университет (ХНУ), Украина, г. Хмельницкий*

#### **Аннотация**

В статье отображены результаты исследования реального состояния составляющих, показателей и элементов самосовершенствования преподавателя физического воспитания в процессе профессиональной деятельности. В качестве методики исследования использовались анкеты, разработанные нами для изучения теоретико-методического уровня, компьютерной грамотности. Педагогическое общение определялось с помощью самооценки преподавателя собственного уровня общительности, для определения физических качеств были подобраны тесты оценки физической подготовленности с учётом возрастных показателей. В результате исследования выявлены элементы самосовершенствования педагогов, которые наиболее развиты и отстающие стороны профессиональной деятельности преподавателя физического воспитания.

**Ключевые слова:** самосовершенствование, преподаватель физического воспитания, профессиональная деятельность, компьютерная грамотность, педагогическое общение, физические качества, теоретико-методическая подготовленность.