

держки школьного книгоиздания, 2004. – 380 с. – (Серия «В помощь образовательному учреждению: «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами»). – ISBN 5–8254–0024–9.

5. Тупицын, И.О. Возрастная динамика и адаптационные изменения сердечно-сосудистой системы школьников / И.О. Тупицын. – М. : Педагогика, 1985. – 85 с.

REFERENCES

1. Baevsky, R.M. (1976), "Cybernetic analysis of managerial processes of a warm rhythm", *Actual problems of physiology and a blood circulation pathology*, pp. 161-175.

2. Baranov, A.A. (2007), *Medical and social aspects of adaptation of modern teenagers to conditions of education, training and labor activity: the Management for doctors*, Geotar-Media, Moscow, Russian Federation, ISBN 5-970-40223-0.

3. Kazin E.M., Blinova, N.G. and Litvinova, N.A. (2000), *Basis of individual health the person*, Vldos, Moscow, Russian Federation, ISBN: 5-691-00597-9.

4. *The organization and an estimation health savings activity of educational institutions. Management for workers of system of the general education*, (2004), Moscow city fund of support of school book publishing, Ministry of Education and Science of the Russian Federation, Moscow, Russian Federation, ISBN 5-8254-0024-9.

5. Tupitsyn I.O. (1985), *Age dynamics and adaptable changes of cardiovascular system schoolboys*, Pedagogics, Moscow, Russian Federation.

Контактная информация: blinkovsn@mail.ru

УДК 378

СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КАК ОСНОВНОЕ УСЛОВИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО САМОВОСПИТАНИЯ ЖЕНЩИН- ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ВОЕННОГО ВУЗА

*Дмитрий Анатольевич Волосков, соискатель,
Рязанский Государственный Университет имени С.А. Есенина*

Аннотация

Отсутствие на сегодняшний день практического опыта боевой и физической подготовки женщин в военных Вузах выявил проблему грамотного построения образовательного процесса таким образом, чтобы на протяжении всей учебы и дальнейшей профессиональной деятельности сформировать стойкую потребность в самостоятельных физических упражнениях, здоровом образе жизни, физическом совершенствовании и самосовершенствовании.

В статье рассмотрены особенности организации образовательного процесса по физической подготовке женщин-военнослужащих в условиях обучения в военном ВУЗе, представлены способы и механизмы оптимизации физической подготовки посредством спортивного совершенствования, физического самовоспитания и самосовершенствования.

Проведенные исследования позволяют сделать однозначный вывод о том, что образовательный процесс, ориентированный на формирование устойчивой потребности у женщин-военнослужащих к физическому самовоспитанию посредством спортивного совершенствования является управляемым, эффективным и результативным и значительно влияет на их дальнейшую профессиональную деятельность.

Ключевые слова: физическая подготовка, женщины-военнослужащие, спортивное совершенствование, физическое самовоспитание, образовательный процесс, вооруженные силы, воздушно-десантные войска.

**SPORTS PERFECTION AS THE FUNDAMENTAL CONDITION OF FEMALE
CADETS PHYSICAL SELF-EDUCATION IN THE EDUCATION PROCESS OF
MILITARY ACADEMY**

*Dmitry Anatolevich Voloskov, the competitor,
Ryazan State University named for S. Esenin*

Annotation

Absence for today of practical experience in fighting and physical preparation of women in military higher schools has revealed a problem of competent construction of educational process so that throughout all study and further professional work to generate proven requirement for independent physical exercises, healthy way of life, physical perfection and self-improvement.

The article describes characteristics of organization of the educational process for the female cadets' physical training in military academy, presents optimization methods and mechanisms of physical training through physical self-education.

The conducted researches allow drawing an unequivocal conclusion that the educational process focused on formation of steady need among women-military employees to physical self-education by means of sports perfection is operated, effective and productive and considerably influences on their further professional work.

Keywords: physical training, female cadets, physical self-education, sports development, educational process, armed forces, airborne troops.

С 2007 года в рамках реформирования армии и создания нового облика Вооруженных Сил России, министром обороны было принято решение о наборе девушек в пять военных ВУЗов страны, в том числе РВВДКУ. Сегодня таких учебных заведений уже девятнадцать, что свидетельствует о скором увеличении доли женщин-офицеров в общей численности офицерского состава вооруженных сил.

Опыт зарубежных стран свидетельствует о том, что женщины в силу своих физиологических особенностей, хотя и уступают мужчинам в показателях физических кондиций, но при этом значительно превосходят в психологической устойчивости к тяготам военной службы, общей и специальной интеллектуальной готовности и потребностям к особым условиям профессиональной деятельности. В связи с чем, наиболее актуальную и проблемную сферу обучения и деятельности женщин-военнослужащих составляет физическая подготовка.

Отсутствие на сегодняшний день практического опыта боевой и физической подготовки женщин в военных Вузах выявил проблему грамотного построения образовательного процесса таким образом, чтобы на протяжении всей учебы и дальнейшей профессиональной деятельности сформировать стойкую потребность в самостоятельных физических упражнениях, здоровом образе жизни, физическом совершенствовании и самосовершенствовании. Анализ психолого-педагогической литературы, практических исследований в области физической культуры личности свидетельствует о том, что спортивное совершенствование и физическое самовоспитание являются мощными факторами всестороннего развития личности, действенный потенциал которого должен формироваться и развиваться в образовательном процессе высшего учебного заведения. Целенаправленное педагогическое руководство процессом формирования устойчивой потребности к физическому самовоспитанию способно выработать такой уровень развития личности женщин-военнослужащих, при котором воспитательное воздействие успешно преобразуется в самовоспитание. Поэтому исследование проблемы формирования физического самовоспитания женщин-военнослужащих воздушно-десантных войск и поиск путей и условий эффективной организации этого процесса становится особенно своевременным [1,2].

С целью выявления педагогических условий, необходимых для оптимизации обра-

зовательного процесса по физической подготовке женщин-военнослужащих, ориентированного на формирование физического самовоспитания, было организовано педагогическое исследование, в ходе которого, проведен опрос специалистов по физической подготовке и инструкторов по видам спорта, обучающихся женщин-военнослужащих; проанализирована специальная научно-методическая литературы, обобщен практический опыт обучения и подготовки женских воинских подразделений. Результаты исследования позволили определить структуру процесса формирования физического самовоспитания женщин-военнослужащих в образовательном процессе РВВДКУ (таблица 1).

Таблица 1

Структура физического самовоспитания женщин-военнослужащих в образовательном процессе РВВДКУ

ФАКТОРЫ		ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ
ВНЕШНИЕ	ВНУТРЕННИЕ	
Влияние социокультурной среды	Предрасположенность к активной физической деятельности и военной службе	Единство разделов образовательного процесса и его ориентация на физическое самовоспитание
		Отбор содержания знаний, использование широкого спектра психолого-педагогических методов в обучении двигательным действиям
Уровень теоретической и практической подготовки на всех ступенях базового образования	Состояние здоровья и уровень физического развития индивидуума	Дифференцированный и личностно-деятельностный подход в обучении, учет закономерностей и особенностей профессионального и физического совершенствования женщин военнослужащих
		Создание условий психологического комфорта и стимулирование работы по физическому совершенствованию
Педагогическое мастерство преподавателя	Самоопределение и уровень притязаний личности	Наличие объективных критериев оценки уровня профессиональной и физической подготовленности
Профессиональные требования к определенному уровню физической готовности	Профессиональная самореализация	Обеспечение взаимосвязи всех форм физической подготовки при усилении внимания к спортивному совершенствованию во внеучебной деятельности
Зависимость профессионального роста и продления контракта от уровня физической готовности	Снижение значимости гендерных различий в определении границ профессиональной военной деятельности	Усиление мотивации к образовательному процессу по физической подготовке средствами соревновательной деятельности.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что одним из наиболее значимых условий эффективной физической подготовки является спортивное совершенствование. В образовательном процессе по физической подготовке РВВДКУ спортивное совершенствование женщин ведется по видам спорта, представленных в диаграмме 1. Причем спортивная специализация не зависит от специализации, приобретенной до поступления в ВУЗ.

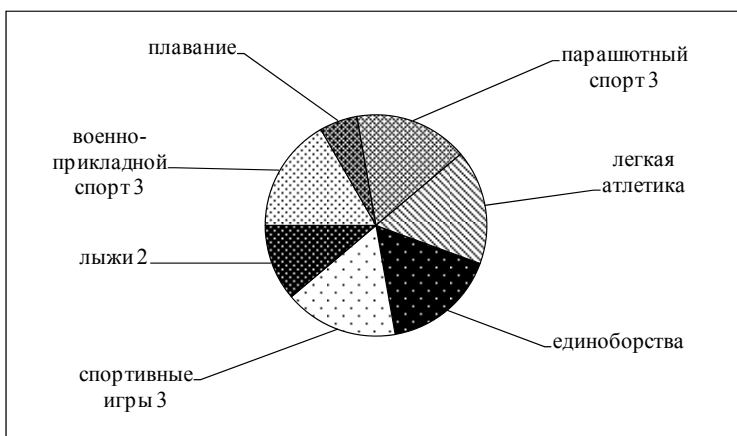


Диаграмма 1. Распределение женщин-военнослужащих экспериментальной группы по видам спорта (n=18)

Практика обучения женщин в экспериментальной группе по специально разработанному тематическому плану формирования физического самовоспитания, в содержании которого уделено особое внимание спортивному совершенствованию, по итогам промежуточной аттестации относительно контрольной группы подтверждает значительное достоверное улучшение показателей физической, психологической и методической, подготовленности (таблица 2)

Таблица 2

Уровень показателей физической, психологической и методической подготовленности женщин-военнослужащих контрольной (n=20) и экспериментальной групп (n=18) по итогам промежуточной аттестации (в баллах)

№	Показатели подготовленности	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
		начало эксп. X±σ	конец эксп. X±σ	начало эксп. X±σ	конец эксп. X±σ
1.	Общая физическая подготовленность	4,25±0,72	4,71±0,47**	4,25±0,79	4,35 ±0,75
2.	Теоретические знания	4,35±0,58	4,8±0,41*	4,05±0,76	4,25±0,85
3.	Организаторско-методическая подготовленность	3,95±0,76	4,6±0,52*	3,9±0,55	4,1±0,91
4.	Психологическая подготовленность	4,06±0,64	4,56±0,78**	3,95±0,83	4,55 ±0,51*

Примечание: *– различия достоверны при P<0,05; **– различия достоверны при P<0,01.

Проведенные исследования позволяют сделать однозначный вывод о том, что образовательный процесс, ориентированный на формирование устойчивой потребности у женщин-военнослужащих к физическому самовоспитанию посредством спортивного совершенствования является управляемым, эффективным и результативным и значительно влияет на их дальнейшую профессиональную деятельность.

ЛИТЕРАТУРА

1. Перфилова, О.В. Особенности физической подготовки женщин-военнослужащих воздушно-десантных войск / О.В. Перфилова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2007. – № 5 (27). – С. 74-77.
2. Ягодкин, Г.А. Педагогическая технология профессиональной и физической подготовки военнослужащих воздушно-десантных войск к выполнению боевых задач в условиях локальных конфликтов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 10 (75). – С. 136-140.

REFERENCES

1. Perfilova, O.V. (2007), "Physical training of military women paratrooper", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No.5 Vol. 27, pp.74-77.

2. Jagodkin, G.A. (2011), "Pedagogical technology of professional and physical preparation of airborne troops military men for carrying out the combat mission in the conditions of local conflicts", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No.10 Vol. 75, pp.136-140.

Контактная информация: Voloskov75@mail.ru

УДК 617.586-007.58+372.212.1

КОРРЕКЦИЯ СВОДОВ СТОП У ДЕТЕЙ 5-7 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИГРОВОГО МЕТОДА

*Юрий Петрович Галкин, доктор педагогических наук, профессор,
Олеся Александровна Комачева, старший преподаватель,*

*Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма
(СГАФКСТ)*

Аннотация

В статье обосновывается необходимость улучшения строения сводов и других функциональных свойств стопы, поскольку, с одной стороны, плоскостопие получило в настоящее время опасное распространение среди людей разного возраста, а, с другой стороны, по данным специалистов, эту важную задачу можно эффективно решать, начиная с раннего детского возраста. Для решения поставленных в исследовании задач была разработана инновационная технология коррекции плоскостопия у детей 5-7 лет средствами физической культуры с применением игрового метода. Использовались другие современные методы исследования, в частности, анализ и обобщение литературных источников и документальных материалов (амбулаторных карт, историй болезни); опрос (анкетирование); антропометрия; плантография; гониометрия; подометрия, динамометрия, стабилметрия, педагогическое наблюдение, тестирование, педагогический эксперимент; методы математической статистики. Продолжительный педагогический эксперимент, в котором приняли участие свыше 80 детей старшего дошкольного возраста, выявил достоверную эффективность использованного системного подхода, позволившего не только существенно повысить своды стоп и других функциональных показателей, но и благоприятно отразиться на всестороннем и гармоническом развитии личности детей.

Ключевые слова: плоскостопие, дошкольный возраст, физические упражнения, игровой метод.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.02.84.p30-34

CORRECTION OF FEET ARCH AMONG THE 5-7 YEARS OLD CHILDREN BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE WITH USING THE PLAYING METHOD

Yuriy Petrovich Galkin, the doctor of pedagogical sciences, professor,

Olesia Aleksandrovna Komacheva, the senior lecturer,

Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism

Annotation

The necessity of foot structure improvement and other functional properties of foot are substantiated in the research. On the one hand, the flatfoot has been spreaded now among people of different ages, and, on the other hand, according the opinion of experts, this important problem can be solved efficiently since early childhood. For solving the tasks of the research, the innovative technology of flatfoot correction for 5-7 years old children by means of physical culture by using the playing method has been developed. Other modern scientific methods, such as the analysis and synthesis of literature and documentary materials (outpatient cards, medical history), survey (questionnaire), anthropometry, plantography, goniometry, podometry, dynamometry, stabilometry, pedagogical experiment, testing, methods of mathemati-