

яния становятся факторами риска здоровья и снижения трудоспособности. Поэтому, донологический контроль состояний как составной элемент неспециального физкультурного образования должен стать ведущим подходом в формировании ответственности человека за свое здоровье, формировании навыков здорового стиля жизни руководителей и специалистов органов местного самоуправления.

Оздоровительная эффективность нашей методики коррекции донологического состояния женщин второго периода зрелого возраста подтверждается тем, что за тридцать шесть недель регулярных занятий у испытуемых экспериментальной группы, по сравнению с испытуемыми контрольной группы, произошло статистически достоверное улучшение деятельности системы кровообращения, установлен переход показателей функциональной системы кровообращения на более высокий уровень функционирования.

ЛИТЕРАТУРА

1. Базаров, Т.Ю. Новый тип личности посткризисного периода / Т.Ю. Базаров, Ю.С. Шевченко // Управление персоналом. – 2010. – № 3. – С. 42-52.
2. Вильченская-Бутенко, М.Э. Современные тенденции организации корпоративного досуга за рубежом (анализ примеров США, Япония, Азия) / М.Э. Вильченская-Бутенко // Вестник С.-Петерб. Государственного университета культуры и искусств. – 2012. – № 1. – С. 109-114.
3. Ключко, Е.М. Исторический подход к анализу дихотомии «работа-досуг» (по материалам зарубежных исследований) / Е.М. Ключко // Вестник Московского Государственного университета культуры и искусств. – 2013. – № 1. – С. 115-124.
4. Ромашин, О.В. Оценочные критерии эффективности оздоровления человека в процессе реабилитации : методическое пособие для врачей / О.В. Ромашин, В.П. Безбородов, В.Ф. Чудинов. – М. : Центр ЛФК и СМ Росздрава, 2005. – 30 с.

REFERENCES

1. Bazarov T. Y. and Shevtchenko, Y.S. (2010), "The new type of the person in the post crisis period", Human resource management, No. 3, pp. 42-52.
2. Vilchenskaya-Butenko, M.E. (2012), "The modern trends in the in-company corporate leisure time overseas (analysis on example of the USA, Japan, Asia)", *Bulletin of The SPB State University of Culture and Arts*, No.1. – pp. 109-114.
3. Klyusko, E.M. (2013), "The historical approach to the analysis of the dichotomy "work-leisure" (based on foreign researches materials)", *Bulletin of The Moscow State University of Culture and Arts*, No. 1, pp. 115–124.
4. Romashin O.V., Bezborodov, V.P. and Chudinov, V.F. (2005), *Evaluation criteria of the human health improvement during rehabilitation: medical treatment workbook*, Rosszdrav therapeutic physical training center, Moscow.

Контактная информация: alvinocurov@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 15.07.2014.

УДК 37.035.7

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ВОСПИТАНИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ-КОНТРАКТНИКОВ НА ЛИЧНОМ ПРИМЕРЕ ОФИЦЕРА

*Владимир Алексеевич Губин, доктор психологических наук, профессор,
заслуженный деятель науки РФ,*

*Дмитрий Александрович Егоров, адъютант,
Санкт-Петербургский военный институт внутренних войск МВД России
(СПВИ ВВ МВД России)*

Аннотация

Статья написана на актуальную тему исследования влияния личного примера офицера на воспитание военнослужащих-контрактников частей внутренних войск МВД России, выступающего

как педагогическое условие и метод воспитания. Разработана психолого-педагогическая модель воспитания военнослужащих-контрактников на личном примере офицера. Проведен анализ и выявлена иерархия психологических качеств, характеризующих представления о личном примере офицера. Определены наиболее значимые психолого-педагогические качества в психологическом портрете офицера как образца для подражания. Выявлена динамика развития психологических качеств личности курсантов в процессе обучения. Проведенное исследование позволило предложить авторское понятие личного примера офицера. Раскрыта сущность данного определения и обосновано влияние личного примера офицера на воспитание военнослужащих-контрактников, выступающего как метод воспитания.

Ключевые слова: модель, личный пример офицера, педагогическое условие, метод воспитания.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.07.113.p50-58

PSYCHOLOGICALLY-PEDAGOGICAL MODEL FOR EDUCATION OF THE CONTRACT SOLDIERS ON THE PERSONAL EXAMPLE OF THE OFFICER

Vladimir Alekseevich Gubin, the doctor of psychological sciences, professor, honored scientist of Russia,

Dmitriy Aleksandrovich Egorov, the associate,

St. Petersburg Military Institute of Internal Troops of the Ministry of Internal Affairs of Russia

Annotation

The article has been written covering the urgent topic of the research of influence of the officer personal example on the education of the contract soldier of Russian Interior Ministry, acting either as the pedagogical condition and method of education. The psychological and pedagogical model for the education of the military contract soldiers on the personal example of the officer has been developed. The analysis has been carried out and the hierarchy of the psychological qualities characterizing the personal example of the officer has been revealed. The most significant psychological and pedagogical qualities for the psychological profile of the officer as sample for following have been defined. Dynamics for the development of the psychological qualities of the cadet's identity in the course of training has been revealed. The conducted research allowed offering author's concept for the personal example of the officer. The essence of the given definition has been revealed and influence of the personal example of the officer on the education of the military contract employees, acting as an education method has been proved.

Keywords: model, personal example of officer, pedagogical condition, method of education.

Сегодня внутренние войска МВД России выступают гарантом стабильности общества и государства. Это достигается готовностью высокопрофессиональных офицеров и военнослужащих, проходящих военную службу по контракту на должностях солдат и сержантов, выполнить свой долг перед Отечеством. Командир подразделения является образцом для подчиненного личного состава, организует его воспитание.

Воспитательная работа связана с поведением офицера и является одной из самых непростых. Следуя примеру офицера, подражая ему, военнослужащие-контрактники тем самым развивают свои профессионально-значимые качества, формируя и развивая уверенность в своем поведении. Во-первых, личный пример офицера выступает условием, дающим ему моральное право на воспитание подчиненных. Слову начальника они верят, в том случае если оно не расходится с делом, подкреплено практикой, способностью офицера вместе с военнослужащими преодолевать тяготы военной службы, высоким профессионализмом офицера. Во-вторых, личный пример офицера является основой его авторитета. О достоинствах и недостатках командира подчиненные судят по его делам и поступкам. На основании поведения начальника, военнослужащие формируют о нем свое мнение и определяют отношение к нему. В-третьих, личный пример офицера представляет внушительную наглядность. Примером для военнослужащих в службе, повседневной деятельности является поведение офицера. Обязанность командира – показывать пример во всем. Чтобы воспитывать – нужно быть самому воспитанным. Для воспитания

подчиненных офицеру необходимы знания военной специальности, а также наличие высоких морально-психологических и боевых качеств. В-четвертых, личный пример офицера – важное средство для воодушевления личного состава в боевой, напряженной обстановке, когда возникает необходимость в поднятии упавшего духа военнослужащих, вселить уверенность в победе.

Как в процессе повседневной, так и служебно-боевой деятельности личный пример офицера является как педагогическим условием, так и методом воспитания подчиненных. Система воздействий на сознание, чувства и волю военнослужащего-контрактника предполагает в первую очередь опору на личный пример офицера, как образца для подражания.

Задачей исследования была разработка и внедрение в воспитательный процесс воинского подразделения психолого-педагогической модели воспитания военнослужащих-контрактников на личном примере офицера.

При построении модели мы опирались на требования руководящих документов к офицерским кадрам и военнослужащим-контрактникам (задающий блок); пример офицера как педагогическое условие и метод воспитания, вызывающих у военнослужащих-контрактников стремление (потребности) к развитию и совершенствованию своих личностных черт и качеств, беря за основу пример офицера как образец для подражания (операциональный блок); поведение и деятельность военнослужащих-контрактников как результат интериоризации качеств офицера как образца для подражания в служебной и боевой деятельности (результатирующий блок).

Моделируя воспитание военнослужащих-контрактников, мы ставим целью дать общее представление об этом процессе, как системе. С педагогической точки зрения такая система должна базироваться на основных положениях и достижениях педагогики и психологии, на передовом опыте работы командиров всех степеней по воспитанию военнослужащих-контрактников (рис. 1).

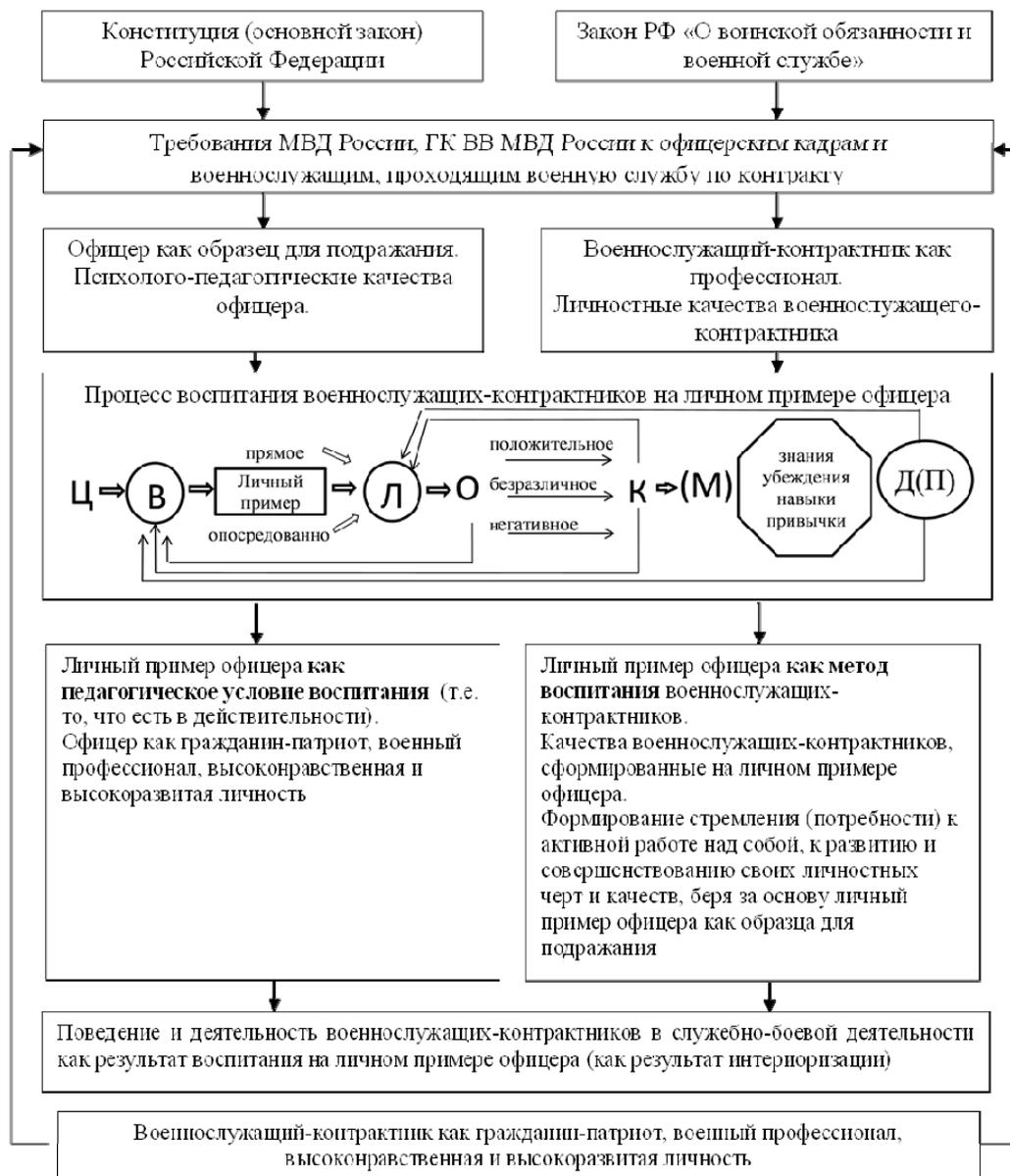
Рассматривая операциональный блок, необходимо остановиться на следующем: пример офицера в нашей модели рассматривается как педагогическое условие и как метод воспитания.

Деятельность офицера направлена на обучение и воспитание подчиненных. В процессе обучения у последних формируются и развиваются знания, умения и навыки. Воспитание подчиненных предполагает формирование качеств гражданина-патриота, военного профессионала и высоконравственной личности [1]. Существенное влияние на процесс формирования этих качеств у военнослужащих оказывает пример офицера как педагогическое условие воспитания. Военнослужащие, оказавшись под воздействием личного примера офицера, сознательно или неосознанно стремятся к заимствованию тех качеств личности офицера, которые в нем наиболее ярко выражены и способствуют развитию военнослужащего.

Результаты исследования показали что, всегда берут пример со своих командиров – 23,21% опрошенных военнослужащих-контрактников, практически всегда – 33,04%, иногда – 39,29%, и никогда – 4,46%. Вместе с тем 24,11% опрошенных военнослужащих-контрактников обращают внимание на пример офицера с отрицательной стороны, вследствие чего 20,54% не считают своего командира образцом для подражания.

В рамках исследования определены 20 наиболее значимых личностных качеств офицеров и военнослужащих-контрактников, построена иерархия и проведено сравнение психологических качеств, характеризующих представления о личном примере офицера у самих офицеров и военнослужащих-контрактников (табл.1).

В данной таблице отражены представления офицеров о психологических качествах, характеризующих офицеров как образец для подражания. Первые пять мест в этой иерархии занимают следующие качества: ответственность, достоинство, уверенность в себе, честность, требовательность.



Обозначения: Ц – цель воспитания; В – воздействие воспитателя; Л – личность воспитуемого в коллективе; О – отношение воспитуемого к воздействию; К – качества, формируемые у личности; М – мотив; Д – деятельность; П – поведение.

Рис. 1. Психолого-педагогическая модель воспитания военнослужащих-контрактников на личном примере офицера

В таблице 1 отражена иерархия психологических качеств офицера как примера для подражания в представлениях военнослужащих-контрактников. Первые пять качеств занимают: организованность, ответственность, настойчивость, достоинство, работоспособность. Если анализировать первые десять качеств в таблице 1, то видно, что представления офицеров и военнослужащих-контрактников о психологических качествах офицера как образца для подражания совпадают на 30% на момент исследования (ответствен-

ность; достоинство; требовательность).

Таблица 1

Иерархия психологических качеств, характеризующих представления о личном примере офицера

офицеры			Военнослужащие-контрактники		
Ранг	Качества	Средний балл	Ранг	Качества	Средний балл
1.	ответственность	6,41	1.	организованность	5,88
2.	достоинство	6,19	2.	ответственность	5,86
3.	уверенность в себе	6,13	3.	настойчивость	5,84
4.	честность	6,12	4.	достоинство	5,83
5.	требовательность	6,12	5.	работоспособность	5,82
6.	доброжелательность	6,11	6.	дисциплинированность	5,81
7.	пунктуальность	6,07	7.	исполнительность	5,79
8.	уважение к людям	6,06	8.	требовательность	5,79
9.	умение слушать и выслушивать	6,00	9.	целеустремленность	5,79
10.	трудолюбие	5,99	10.	строгость	5,78
11.	бытовая самостоятельность	5,98	11.	активность	5,76
12.	работоспособность	5,98	12.	уверенность в себе	5,74
13.	принципиальность	5,97	13.	коммуникабельность	5,72
14.	логическое мышление	5,95	14.	организаторские умения и навыки	5,72
15.	организованность	5,94	15.	умение руководить	5,71
16.	справедливость	5,94	16.	наблюдательность	5,69
17.	дисциплинированность	5,93	17.	принципиальность	5,64
18.	чувство долга	5,90	18.	эрудиция	5,64
19.	дружелюбие	5,89	19.	пунктуальность	5,62
20.	умение руководить	5,89	20.	чувство долга	5,60

Это подтверждает предположение о том, что военнослужащие-контрактники хотели бы видеть в офицере организованность, настойчивость, работоспособность, строгость, исполнительность и целеустремленность, то есть подчиненные видят в офицере больше командира, чем педагога. Вместе с тем офицеры считают, что образец для подражания в их представлении должен сочетать уверенность в себе, честность, доброжелательность, уважение к людям, умение слушать и выслушивать, пунктуальность, что в большей степени характеризует его как педагога, а не командира. Таким образом, данное противоречие разрешается в процессе служебной и боевой деятельности и может служить педагогическим условием воспитания военнослужащих.

Наиболее значимыми психолого-педагогическими качествами в психологическом портрете офицера как образца для подражания (то есть личного примера офицера) являются: ответственность, достоинство, уверенность в себе, доброжелательность, умение слушать и выслушивать, терпеливость (рис.2).

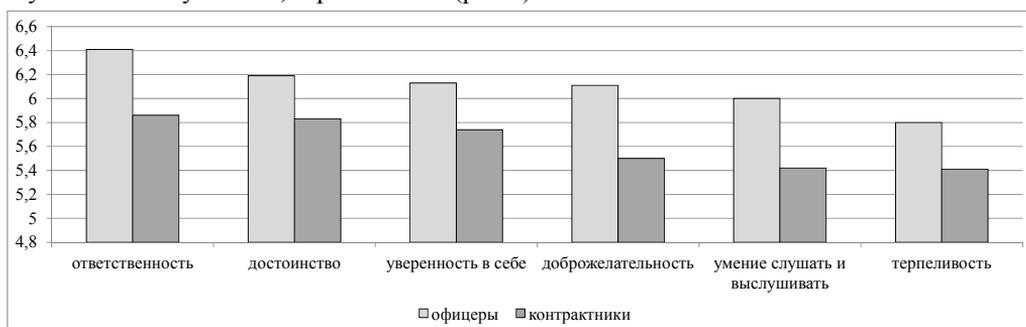


Рис. 2. Наиболее значимые психолого-педагогические качества в психологическом портрете офицера как образца для подражания

Это выявлено в результате проведенного математико-статистического анализа по Т-критерию Стьюдента всех 44 качеств, оцениваемых офицерами и военнослужащими-

контрактниками.

Наряду с исследованием военнослужащих-контрактников было проведено исследование курсантов 1, 3 и 5 курсов, а также их командиров подразделений, что дало следующий результат (табл. 2).

Таблица 2

Динамика развития психологических качеств личности курсантов					
	Качества	1 курс	3 курс	5 курс	Офицеры
1.	активность	5,28	5,69	6,63	7,00
2.	доброжелательность	5,78	5,92	6,45	7,00
3.	организованность	5,78	5,81	6,76	7,00
4.	работоспособность	5,44	6,08	6,79	7,00
5.	требовательность	5,25	5,72	6,71	7,00
6.	уверенность в себе	5,81	6,11	6,71	7,00
7.	умение руководить	5,25	5,86	6,68	7,00
8.	целеустремленность	5,84	6,19	6,74	7,00
9.	чувство долга	5,66	6,17	6,74	7,00
10.	дисциплинированность	5,56	5,56	6,68	6,89
11.	дружелюбие	5,69	5,97	6,66	6,89
12.	интеллигентность	5,38	5,78	6,37	6,89
13.	настойчивость	5,53	5,94	6,74	6,89
14.	общая эрудиция	5,19	5,56	6,53	6,89
15.	ответственность.	5,72	6,14	6,76	6,89
16.	отзывчивость	5,69	5,86	6,68	6,89
17.	сдержанность	5,19	6,00	6,34	6,89
18.	сила воли	5,53	6,08	6,71	6,89
19.	справедливость	5,81	6,06	6,71	6,89
20.	строгость	5,22	5,42	6,42	6,89
21.	терпеливость	5,44	6,19	6,42	6,89
22.	трудолюбие	5,63	5,67	6,71	6,89
23.	уважение к людям	5,84	6,33	6,63	6,89
24.	эрудиция	5,41	5,64	6,61	6,89

В вышеуказанной таблице прослеживается динамика развития личностных характеристик курсантов. Показатели личностных характеристик курсантов улучшаются пропорционально выслуге лет (в соответствии со сроком их службы (учебы), и к пятому курсу приближаются к показателям офицеров. Данный факт позволяет сделать заключение, что происходит процесс интериоризации, то есть курсанты в процессе учебно-служебной деятельности формируют и развивают в себе психолого-педагогические качества, свойственные офицеру как командиру и воспитателю. Данный процесс присвоения военнослужащими лучших психолого-педагогических качеств офицера, как образца для подражания, выступает методом воспитания.

Проблеме методов воспитания в отечественной педагогике уделяется традиционно пристальное внимание. Задачей настоящего исследования, проведенного нами, было развитие положения педагогики о примере как методе воспитания. Офицер как педагог при рассмотрении методов воспитания сталкивается с необходимостью найти целесообразное соотношение между управлением процессом воспитания и активностью самой личности военнослужащего, что обусловлено противоречием процесса воспитания: необходимостью в процессе воспитания активности самого воспитанника – военнослужащего контрактной службы, с одной стороны, и наличием компонента управления в данном процессе – с другой. Рассмотрение вопроса о методах воспитания военнослужащего как гражданина-патриота, военного профессионала, высоконравственной и гармонично развитой личности приводит к парадоксальной ситуации: с одной стороны качества гражданина-патриота, военного профессионала и высоконравственной личности являются тем регулятором поведения, который формирует сама личность военнослужащего, а с другой стороны, организованная система воспитания обязывает офицера как педагога направлять выбор военнослужащих в определенное русло (русло качеств гражданина-патриота, военного профессионала и высоконравственной личности). В контексте данной пробле-

мы требуется определиться в методе, позволяющем малым резонансным воздействием подтолкнуть систему воспитания на один из собственных и благоприятных для военнослужащего путей развития, обеспечить самоуправляемое развитие.

В педагогике установлено, что для решения конкретной педагогической задачи необходимо обращение к особому методу, отражающему специфику стоящих перед офицером задач. Становление качеств гражданина-патриота, военного профессионала, высоко нравственной личности военнослужащего основано на свободном выборе личностью из многочисленного ряда того, чем она дорожит, что ценит, считает для себя наиважнейшим [4, с. 30-32].

Исследование, проведенное авторами статьи показало, что во всем многообразии такого вида примера как пример из жизни и деятельности выдающихся личностей (героя войны, труда, великого писателя, мыслителя, ученого, воина и т.д.), пример офицера занимает первое место (из 112 опрошенных офицеров: пример офицера – 61%; примеры из истории войн, боевых действий – 53,70%; примеры подвигов и героических поступков воинов – 40,74%; примеры из жизни выдающихся государственных и военных деятелей – 39,81%; примеры передовых воинов – 25%).

Психологической основой влияния личного примера офицера на воспитание военнослужащих-контрактников является их подражательность. На подражании основано использование примера как способа обучения и воспитания [2, с. 115]. Почти 80% военнослужащих-контрактников считают непосредственного командира примером (образцом для подражания), видя в нем военного профессионала с активной жизненной позицией, и военного педагога. Воспринимая разнообразные образцы поведения окружающих людей (в нашем случае офицеров) у военнослужащего возникает потребность в улучшении собственных личностных качеств, таков психологический механизм воздействия подражания. Несмотря на то, что пример является методом воспитания и основан на подражании военнослужащих-контрактников офицерам, психолого-педагогическое значение примера не заключается лишь в приспособительной деятельности. Пример глубоко воздействует на военнослужащих-контрактников развивая в них сознательность и моральные качества. Метод личного примера офицера играет роль убеждения и является важным средством повышения воздействия различной воспитательной работы, формирования у военнослужащих-контрактников духовных потребностей, мотивов поведения и моральных установок.

На формирование сознания и поведения военнослужащих-контрактников особенно сильное воздействие оказывает моральный облик офицера. По своему значению это воздействие нельзя ни с чем не сравнить и ничем заменить. Независимо от воли и желания военнослужащего личный пример офицера влияет на него. Только поступки и действия офицера, в отличие от его слов, могут дать ясное представление подчиненным о правилах поведения. Военнослужащие-контрактники постоянно наблюдают, как офицер держит себя при выполнении повседневной служебной деятельности, как он одет, как относится и как обращается с подчиненными. Интерес подчиненных вызывает и отношение офицера к своим обязанностям, как реагирует на различные события.

При выборе метода воспитания, пример офицера привлекает своей доступностью для подчиненных (78,70%), результативностью (44,44%), простотой в применении (34,26%). Особую ценность в офицере представляет требовательность, настойчивость, упорство, цельность характера. Проведенное исследование констатирует сходимость результатов с материалами из литературных источников. В значительной мере эти качества увеличивают силу воспитательного воздействия офицера как воспитателя. Чтобы воспитать у военнослужащего мужество, честь, отвагу офицер сам должен обладать этими качествами. Одни объяснения и требования, если нет живого примера (личного примера офицера) не приведут к положительным результатам в воспитании, формированию и развитию качеств необходимых для военного профессионала [3, с. 384].

Таким образом, пример офицера как метод воспитания, представляет собой совокупность педагогических приемов и средств воздействия на сознание, чувства и волю военнослужащих-контрактников силой своего поведения и профессиональной деятельности как образца для подражания, стимула к самосовершенствованию и основы для формирования духовных потребностей, мотивов поведения и моральных установок военнослужащих. Сущность личного примера офицера как метода воспитания военнослужащих состоит в использовании лучших образцов поведения и деятельности офицеров для возбуждения у военнослужащих-контрактников стремления (потребности) к активной работе над собой, к развитию и совершенствованию своих личностных свойств и качеств и преодолению имеющихся недостатков. Авторы выявили, что за приоритетность метода личного примера в воспитательной деятельности высказались 49,07% офицеров, 48,15% имеют некоторые сомнения, но в целом уверены. По мнению авторов, причиной этому является недостаточный профессионализм командиров подразделений (62,04% опрошенных офицеров считают себя военными профессионалами не в полной мере). Пути использования личного примера в процессе воспитания подчиненных разнообразны. Прежде всего это подражание или воспроизведение образца поведения. Подражание может быть бессознательным или осознанным копированием поведения офицеров. Один из способов использования личного примера – заимствование. Заимствование предполагает осознанное, выборочное воспроизведение качеств личности офицера, его деятельности, поведения. Нередко заимствуются манеры, походка, стиль одежды. Прослеживается зависимость заимствования и подражания от чувства уважения и симпатии к офицеру, который служит примером и на которого хотят быть похожи контрактники. В ряде случаев следование личному примеру офицера может проявляться в соревновании, в желании превзойти того которому подражают, в стремлении достичь лучших результатов в выполнении служебной деятельности, в повседневном поведении. Все это способствует обогащению собственного опыта службы и поведения, созданию благоприятных условий для самовоспитания военнослужащих-контрактников.

Таким образом, проведенное исследование позволило предложить авторское понятие личного примера офицера:

– личный пример офицера как педагогическое условие воспитания представляет собой совокупность психолого-педагогических качеств офицера, характеризующих его как образец для подражания и формирования военнослужащего как гражданина-патриота, военного профессионала, высоконравственной и всесторонне развитой личности за счет заимствований (усвоения) качеств офицера, побуждающих военнослужащего к активной работе над собой, к развитию и совершенствованию своих личностных черт и качеств;

– личный пример офицера как метод воспитания представляет собой совокупность педагогических приемов и средств воздействия офицера на сознание, чувства и волю военнослужащего силой своего поведения и профессиональной деятельности, как образец для подражания, стимул к самосовершенствованию в процессе интериоризации и как основа для формирования духовных потребностей, мотивов поведения и моральных установок военнослужащего.

Раскрыта сущность данного определения и обосновано влияние личного примера офицера на воспитание военнослужащих-контрактников, выступающего как метод воспитания.

ЛИТЕРАТУРА

1. Губин, В.А. Направленность молодежи на военно-профессиональную деятельность: классификация факторов, диагностика и пути развития / В.А. Губин, А.Л. Загорюев. – Екатеринбург : Изд-во Уральск. ин-та практ. психологии, 2011. – 248 с.
2. Коджаспирова, Г.М. Педагогический словарь : для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений / Г.М. Коджаспирова, А.Ю. Коджаспиров. – М. : Издательский центр «Академия», 2001.

– 176 с.

3. Педагогика: теория, системы, технологии / под ред. С.А. Смирнова. – М. : Академия, 2006. – 384 с.

4. Цветков, В.Л. Профессиональная идентичность как фактор развития коммуникативной компетентности / В.Л. Цветков, Ю.В. Слободчикова // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2013. – № 1 (52). – С. 30-32.

REFERENCES

1. Gubin, V.A. and Zagoryuev, A.L. (2011), *Youth orientation on military professional activity: classification of factors, diagnostics and development*, publishing house Ural institute of practice psychology, Yekaterinburg.

2. Kodzhaspirova, G.M. and Kodzhaspirov A.Yu. (2001), *Pedagogical dictionary*, publishing center "Akademiya", Moscow.

3. Ed. Smirnov, S.A. (2006), *Pedagogics: the theory, systems, technologies* Academy, Moscow.

4. Tsvetkov, V.L. and Slobodchikova Yu.V. (2013), "Professional identity as factor of development communicative competence", *Psychopedagogics in law enforcement agencies*, No. 1 (52), pp. 30-32.

Контактная информация: egorovids@mail.ru

Статья поступила в редакцию 01.07.2014.

УДК 796.92

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ СТРУКТУРЫ ДВИЖЕНИЙ И СОПРЯЖЕННОГО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ

Александр Викторович Гурский, кандидат педагогических наук, доцент,

Виталий Сергеевич Шевицов, кандидат педагогических наук, доцент,

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма

Аннотация

Представлена разработанная авторами на основании длительного педагогического эксперимента педагогическая методика занятий на тренажёрах «Системы облегчающего лидирования» (СОЛ), позволяющая формировать темпо-ритмовую структуру движений и совершенствовать двигательные действия лыжника-гонщика в более высоком скоростном режиме. Экспериментальные данные свидетельствуют об эффективном использовании данной методики для перестройки структуры двигательных действий, применительно к более высоким скоростям передвижения и сопряжённого развития двигательных качеств с целью повышения спортивных результатов лыжников-гонщиков.

Ключевые слова: тренажёр, технические средства, искусственная управляющая среда, двигательные действия, структура движений, лыжник-гонщик.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.07.113.p58-62

PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES FOR THE MOVEMENTS STRUCTURE MASTERING AND CONJUGATE DEVELOPMENT OF THE PHYSICAL QUALITIES OF SKIERS

Alexander Viktorovich Gursky, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Vitaliy Sergeevich Shevtsov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

The Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism

Annotation

The article presents the pedagogical methodology for the training on the simulators "Systems of facilitating leading" (LDF) developed by the authors, makes it possible to master the tempo-rhythm structure of the movements and improve the physical actions of the cross-country racers in the conditions of