

¹А.В. Ключников, ²Г.И. Нарскин, д-р пед. наук, профессор

¹ГУ «Лицей при Гомельском инженерном институте МЧС» Республики Беларусь

²УО «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»

К ВОПРОСУ О ПРОГРАММИРОВАНИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КУРСАНТОВ ИНЖЕНЕРНЫХ ИНСТИТУТОВ МЧС

В научно-методической литературе программирование рассматривается как упорядочение содержания учебного процесса в соответствии с целевыми задачами занимающихся и специфическими принципами, определяющими рациональные формы организации нагрузок в рамках конкретного времени. Верхошанский Ю.В. (1985) указывает, что программирование – новая, более совершенная форма планирования учебно- тренировочного процесса, решающая задачи на более высоком научно-методическом уровне и с большей вероятностью достижения цели.

В основе программирования учебного процесса лежит процедура принятия решений, связанного, во-первых, с определением общей стратегии подготовки и, во-вторых, с выбором оптимального варианта построения учебного процесса по физическому воспитанию. Задача эта весьма сложная из-за бесчисленного множества возможных значений и сочетаний в объеме, продолжительности и организации нагрузок различной преимущественной направленности. Практически, принятие решения в такой ситуации осуществляется путем перебора и оценки если не всех, то многих из приемлемых вариантов построения учебного процесса по физической культуре.

Условием безошибочного выбора оптимального решения является наличие оснований для предварительной оценки того или иного варианта. Если в недалеком прошлом планирование опиралось на программно-нормативные документы, основу которых составляла подготовка и сдача контрольных нормативов, небольшой методический материал и личный опыт преподавателей, то в настоящее время появились более объективные основания и предпосылки. Это обстоятельство и делает возможным переход к программированию как к более совершенной форме планирования и построения учебного процесса по физическому воспитанию.

Следует отметить, что программирование состоит из трех взаимосвязанных элементов: выработки четких целей, разработки объективных планов их достижения и систематического контроля, измерения и оценки результатов, корректирующих мер для достижения запланированной цели. Такая последовательность усиливает потребность в комплексном подходе к разработке программ по физической культуре.

В нашем случае, для определения исходного уровня двигательной подготовленности курсантов анализу были подвержены результаты контрольного тестирования, который проводился по пяти тестам, используемых для оценки физической подготовленности и имеющим наибольшую степень корреляции с результатами пожарно-спасательного двоеборья: бег на 100 метров; челночный бег 10×10 метров; прыжок в длину с места; подтягивание на перекладине и бег на 3000 метров. Комплексным показателем оценки уровня физической подготовленности являлась сумма пяти тестов, которые характеризуют основные двигательные способности.

Проведенный анализ позволил установить особенности структуры физической подготовленности курсантов. Так, в контрольном упражнении «бег на 100 м», характеризующем проявление быстроты, большая часть (66,8%) курсантов получили удовлетворительные оценки. При этом отличные оценки получили только 11,6% испытуемых, а хорошие, соответственно, 21,6%. Несколько лучшие показатели

оказались в результатах теста «челночный бег 10×10 метров», где отличные оценки получили 13,2% курсантов, хорошие – 24,1% и удовлетворительные – 62,7% испытуемых. Схожая тенденция отмечена и по результатам теста «прыжок в длину с места»: на «отлично» данный тест сдали 13,9% курсантов, на «хорошо» – 25,7% и на «удовлетворительно» – 60,4% тестируемых. В то же время по показателям теста, характеризующего силовые способности курсантов

«подтягивание из виса на перекладине» лишь 9,7% получили отличные оценки, при этом, на

«хорошо» данный тест сдали лишь 19,2%, а 71,1% тестируемых получили удовлетворительные оценки. Еще более низкие результаты показаны в тесте «бег на 3000 м», т.е. в том показателе, который характеризует жизненно важную функцию организма – общую выносливость и работоспособность, где лишь 7,6% курсантов показали отличные результаты по данному тесту, в то время как на хорошие оценки данный тест сдали лишь 18,9% испытуемых, а 73,5% курсантов получили удовлетворительные оценки.

Таким образом, комплексная оценка физической подготовленности и уровня развития основных двигательных способностей выявила, что 66,9% курсантов недостаточно физически готовы и находятся на удовлетворительном уровне. Хороший уровень подготовленности имеют 21,9%, а отличный – лишь 11,2% курсантов, обучающихся на первом курсе института МЧС.

С целью изучения использования различных направлений в учебном процессе по физической культуре изучению и анализу были подвергнуты несколько программ построения учебных занятий, используемых в работе с курсантами, которые были разделены на три группы и использовали различную направленность в процессе подготовки. В группе

«А» преимущественную направленность времени учебно-тренировочных занятий составляла комплексная физическая подготовка. В группе «Б» использовалась преимущественная направленность на подтягивание отстающих индивидуальных видов физической и технической подготовки курсантов. В группе «В» использовалась преимущественная направленность на совершенствование индивидуальных ведущих видов подготовки и целостное выполнение дисциплин пожарно-спасательного двоеборья на максимальной и субмаксимальной интенсивности.

Проведенные исследования показали, что с целью контроля за комплексным развитием двигательной способности в период обучения курсантов целесообразно применять комплекс информативных показателей, отражающих уровень физической подготовленности курсантов. Установлено, что данные тесты имеют высокую степень корреляции с упражнениями пожарно-спасательного двоеборья, обладают хорошей и отличной надежностью и информативностью. Выявлено, что наиболее низкие результаты у курсантов показаны в беге на 3000 м, который отражает уровень общей выносливости и которому необходимо уделить особое внимание в процессе учебных занятий по физическому воспитанию.

Экспериментальными исследованиями установлено, что на динамику прироста показателей профессиональной двигательной подготовленности и ее компонентов эффективное влияние оказывает преимущественная направленность учебных занятий на совершенствование ведущих видов подготовки с акцентом на целостное выполнение упражнений пожарно-спасательного двоеборья. Использование предложенного подхода в группе «В» способствовало статистически значимым изменениям по всем исследуемым параметрам, в то время как в группах «А» и «Б» они были не столь значительны.

Как показали наши исследования, упорядочивание подходов к содержанию учебного процесса по физической культуре курсантов, основанных на общей стратегии подготовки специалиста-профессионала, с учетом исходного уровня их физической

подготовленности, и выявленного оптимального варианта построения занятий, позволили определить более совершенную форму планирования – программирование учебного процесса по физической культуре курсантов инженерных институтов МЧС.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМ. Ф. СКОРИНЫ