

¹**В. Г. Никитушкин**, д-р пед. наук, проф., ²**А. Г. Нарский**, канд. пед. наук, доц.

³**А. В. Ключников**, канд. пед. наук

¹Педагогический институт физической культуры и спорта Московского городского педагогического университета, г. Москва, Российская Федерация

²УО «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины», г. Гомель, Республики Беларусь

³Гомельский филиал Университета гражданской защиты МЧС, г. Гомель, Республики Беларусь

О НЕОБХОДИМОСТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ИНЖЕНЕРНЫХ ИНСТИТУТОВ МЧС РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Главным фактором, обуславливающим необходимость модернизации современной системы профессионального образования, является углубляющееся противоречие между современными требованиями к уровню и качеству подготовленности специалистов и ограниченными возможностями их совершенствования за годы обучения в вузе. Поэтому в современных условиях жизнедеятельности непрерывно повышается социальная значимость физической культуры и спорта как ведущих средств подготовки подрастающего поколения к труду и защите Отечества [1].

Общеизвестно, что эффективность многих видов профессионального труда во многом зависит от уровня специальной физической подготовленности, формируемой путем систематических занятий физическими упражнениями, соответствующим в определенной степени требованиям, предъявляемым профессиональной деятельностью и условиями ее реализации к физическому состоянию организма. Основные задачи и содержание специализированной физической подготовки определяются известными объективными и субъективными требованиями, предъявляемыми профессией к человеку. Поэтому научно-теоретическое обоснование физической подготовки специалистов, связано, прежде всего, с изучением ведущих факторов профессиональной деятельности и условий ее реализации, то есть требований профессии к необходимому физическим и психическим качествам, функциональным возможностям организма, устойчивостью к внешним воздействиям, степени овладения прикладными умениями и навыками и связанным с ними необходимым объемом знаний.

Объектами профессиональной деятельности специалистов по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций являются предупреждение и ликвидация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, управление обеспечением пожарной и промышленной безопасности а также Государственная система по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и гражданская оборона.

По окончании вуза специалист должен быть компетентен решать профессиональные задачи по следующим направлениям: реализации мероприятий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций; осуществлению надзора за защитой от чрезвычайных ситуаций и государственного пожарного надзора; управлению первичными подразделениями по ликвидации чрезвычайных ситуаций; обучению населения и работников органов и подразделений по чрезвычайным ситуациям; организации

монтажа, наладки, испытания, технического обслуживания и ремонта пожарной аварийно-спасательной техники; применению аварийно-спасательного оборудования и средств защиты от чрезвычайных ситуаций.

Исследования по выявлению профессионально необходимых психофизических качеств высококвалифицированных спасателей позволили установить наиболее значимые качества в их профессиональной деятельности. По мнению исследователей, главными являются общая и силовая выносливость, координационные способности, волевые качества личности и способность к оперативному мышлению; основными – способность к быстрому переключению и распределению внимания, умение концентрировать и сохранять устойчивость внимания, высокая скорость двигательных реакций и быстрота движений, гибкость, высокая переносимость высоких и низких температур, устойчивость к воздействию неблагоприятным производственных факторов; вспомогательными – высокий уровень статической, динамической и взрывной силы, способность к удержанию динамического равновесия [2, 3].

Несомненно, все вышеизложенное свидетельствует о том, что для успешного выполнения стоящих перед спасателями задач необходимо обладать высоким уровнем как общей, так и специальной физической подготовленности.

Согласно типовой учебной программе, физическая культура в учебных заведениях Министерства по чрезвычайным ситуациям Республики Беларусь осуществляется в следующих формах:

- учебные занятия (включающие лекции, практические и семинарские занятия, зачеты);
- учебно-тренировочные занятия в группах повышения спортивного мастерства;
- факультативные занятия по избранным дисциплинам;
- соревнования по пожарно-спасательному спорту и иным видам спорта;
- самостоятельные занятия во внеучебное время.

Рациональное и эффективное планирование и реализация физической подготовки курсантов невозможно без определения их исходного уровня физической подготовленности. С этой целью анализу были подвергнуты результаты контрольных тестов, характеризующие уровень двигательной подготовленности первокурсников Гомельского инженерного института МЧС Республики Беларусь ($n = 77$ человек).

Анализ проводился по данным пяти контрольных тестов, используемых для оценки физической подготовленности курсантов и имеющим наибольшую степень корреляции с результатами пожарно-спасательного двоеборья: бег на 100 метров; челночный бег 10х10 метров; прыжок в длину с места; подтягивание на перекладине и бег на 3000 метров. Комплексным показателем оценки уровня физической подготовленности явилась сумма пяти тестов, которые характеризуют основные двигательные способности (силу, скорость, выносливость). Полученные результаты отображены в таблице.

Таблица – Распределение курсантов первого года обучения в соответствии с уровнем физической подготовленности (в процентах)

Показатели	Оценка		
	Отлично (8-10 баллов)	Хорошо (6-7 баллов)	Удовлетвор. (4-5 баллов)
Бег на 100 метров со старта, с	11,6	21,6	66,8
Челночный бег 10х10 метров, с	13,2	24,1	62,7
Прыжок в длину с места, см	13,9	25,7	60,4
Подтягивание из виса на перекладине, кол-во раз	9,7	19,2	71,1
Бег на 3000 метров, с	7,6	18,9	73,5
Сумма баллов в пяти контрольных тестах	11,2	21,9	66,9

Несомненно, полученные данные свидетельствуют о необходимости совершенствования системы физического воспитания курсантов.

С целью повышения уровня физической подготовленности курсантов нами был организован и проведен годичный педагогический эксперимент. Экспериментальным

фактором являлось различное построение учебного процесса курсантов по направленности средств подготовки и их процентного соотношения.

Курсанты первого курса были разделены на две однородные группы: контрольная и экспериментальная. Контрольная группа (28 человек) занималась согласно программе по дисциплине «Физическая культура» для специальности 1-94.01.01 – «Предупреждение и ликвидация чрезвычайных ситуаций». В экспериментальной группе в основной части занятий использовалось два ведущих направления или их сочетание: акцентирование на повышение функциональной подготовленности или акцентирование на использование физической подготовленности в разнообразных двигательных умениях, связанных с профессиональной деятельностью (преодоление 100-метровой полосы с препятствиями и подъем по штурмовой лестнице в окно 4-го этажа учебной башни).

Как показали полученные в ходе исследования результаты, разработанная методика специализированной физической подготовки, основанная на преимущественном развитии ведущих физических качеств (30% времени учебных занятий) и целостном выполнении пожарно-спасательного двоеборья (40% времени учебных занятий) способствует повышению уровня физической и технической подготовленности и позволяет заложить фундамент общей работоспособности курсантов, что будет способствовать достижению ими высоких результатов в дальнейшей профессиональной деятельности.

Применение разработанной методики организации и управления учебным процессом по дисциплине «Физическая культура» курсантов инженерных институтов МЧС Республики Беларусь, основанной на преимущественном развитии ведущих физических качеств и целостном выполнении пожарно-спасательного двоеборья за период педагогического эксперимента позволило курсантам экспериментальной группы статистически достоверно превзойти своих сверстников из контрольной группы в сумме пожарно-спасательного двоеборья на 10,9 %; отдельных видах пожарно-спасательного двоеборья: преодолении 100-метровой полосы препятствий – на 5,59 %; подъеме по штурмовой лестнице в окно 4-го этажа учебной башни – на 11,07 %; коэффициенте эффективности технического мастерства: при преодолении 100-метровой полосы препятствий – на 10,16 %; при подъеме по штурмовой лестнице в окно 4-го этажа учебной башни – на 7,69 %.

Литература

- 1 Кабачков, В.А. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи : науч.-метод. пособие / В.А. Кабачков, С.А. Полиевский, А.Э. Буров. – М. : Советский спорт, 2010. – 296 с.
- 2 Бондаренко, Л.Ю. Подготовка пожарных и спасателей / Л.Ю. Бондаренко. – М.: Медицинская подготовка, 2008. – 254 с.
- 3 Юшков, О.П. Система подготовки резерва спасателей МЧС РФ / О.П. Юшков. – М., 2006. – 213 с.