

ТРОФИМОВИЧ Иван Иванович

НАРСКИН Алексей Геннадьевич, канд. пед. наук, доцент

КОСТЫРКО Мария Федоровна

*Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
Гомель, Республика Беларусь*

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ РАБОТНИКОВ ОРГАНИЗАЦИИ «БЕЛОРУССКОЕ РЕСПУБЛИКАНСКОЕ ОБЩЕСТВО СПАСАНИЯ НА ВОДАХ» Г. ГОМЕЛЯ

Статья посвящена анализу специфики трудовой деятельности и определению уровня профессионально-прикладной физической подготовленности работников Гомельской областной организации республиканского государственно-общественного объединения «Белорусское республиканское общество спасения на водах». Представлены к рассмотрению результаты, свидетельствующие о готовности спасателей профессионально решать возникающие чрезвычайные ситуации по спасению жизни людей, обеспечивать охрану жизни людей вблизи водоемов, выполнять длительные поисковые работы на водоемах.

Ключевые слова: спасатели; профессионально-прикладная физическая подготовленность; физические упражнения; безопасность на воде; чрезвычайные ситуации.

PROFESSIONAL-AND-APPLIED PHYSICAL PREPAREDNESS OF THE STAFF OF THE BELARUSIAN REPUBLICAN WATER RESCUE SOCIETY OF GOMEL CITY

The article is devoted to analysis of labor activity specifics and determination of the level of professional-and-applied physical preparedness of the staff of the Gomel Regional Organization of the Republican State Public Association Belarussian Republican Water Rescue Society. The data indicating the rescuers' commitment to professionally solve lifesaving emergencies, to protect people's lives near water bodies, and to carry out long-term search work on water bodies are presented for consideration.

Keywords: rescuers; professional-and-applied physical preparedness; physical exercises; water safety; emergencies.

Введение. В жизни человека вода всегда занимала особую роль. На протяжении многих лет трудовая деятельность и отдых большинства людей были неразрывно связаны с водой. К большому сожалению, освоение водных пространств людьми никогда не обходилось без печальных последствий. Вода не терпит неосторожности и невнимательности, она становится опасной для людей, не знающих ее свойств и особенностей.

На территории Гомельской области располагается множество рек, озер, водохранилищ и водных каналов. Через данную область протекает 4 из 6 крупнейших рек Беларуси, а обводненность всей территории области составляет 78 тысяч гектаров [1]. Периодически возникающие чрезвычайные ситуации, трагедии и несчастные случаи на воде обусловили необходимость оказания помощи терпящим бедствие, в результате чего в 70-х годах XIX века появилось и активно начало развиваться спасательное дело.

В 1924 году в Гомельской области начало функционировать «Гомельское общество спасания на водах», которое в настоящее время имеет название Гомельская областная организация республиканского государственно-общественного объединения «Белорусское республиканское общество спасания на водах» (ОСВОД). На данный момент в состав Гомельского ОСВОДа входит около 200 коллективных и 800 первичных организаций, 15 спасательных станций и 10 спасательных постов, а также около 70 тысяч индивидуальных членов организации [2].

Главной целью деятельности ОСВОДа в Республике Беларусь является максимально возможное снижение вероятности гибели людей на водах.

К наиболее важным задачам, которые выполняет данная организация, относятся:

- охрана жизни и спасание людей на водах Беларуси в районах действия спасательных станций и сезонных постов;
- организация и проведение разъяснительных работ среди населения по предупреждению несчастных случаев на водах;
- обучение населения приемам оказания первой помощи и спасания лиц, терпящих бедствие на водах;
- участие в проведении спасательных, аварийно-спасательных и поисковых работ на водах [3].

Решение данных задач требует от работников ОСВОДа достаточно высокого уровня развития профессионально важных физических качеств и их сохранения на протяжении всего периода работы в организации. Ошибки и упущения, которые могут возникнуть в процессе трудовой деятельности спасателей-осводовцев, недопустимы, ведь никакая современная техника не способна заменить человека в большинстве чрезвычайных ситуаций.

Цель исследования – изучить специфику профессии, выявить особенности физической подготовки спасателей ОСВОД г. Гомеля и определить их уровень профессионально-прикладной физической подготовленности.

Основная часть. Анализ литературных источников свидетельствует о том, что профессионально-прикладная физическая подготовленность спасателей является неотъемлемой частью их профессии [4, 5]; данное утверждение, в том числе, относится и к спасателям организации ОСВОД. Физическая подготовленность влияет на работоспособность спасателей и повышает их профессиональные качества. В зависимости от

чрезвычайной ситуации, возникающей на воде, спасение людей может занимать определенное количество времени и длиться от нескольких секунд до нескольких часов, и, чем выше подготовленность спасателя (не только профессиональная, но и физическая), тем быстрее и качественнее будет оказана помощь пострадавшим.

Наше исследование проводилось в период с сентября 2018 по июнь 2019 года и состояло из трех этапов.

Первый этап (сентябрь 2018 – февраль 2019) был посвящен анализу трудовой деятельности и физической подготовки к ней у работников Гомельского ОСВОДа. Анализ трудовой деятельности 35 штатных и 7 сезонных работников проводился на базе Центральной, Новобелицкой и Западной городских спасательных станции.

Было выявлено, что, в соответствии с уставом республиканского государственного общественного объединения «Белорусское республиканское общество спасания на водах» [6], дежурство на данных городских спасательных станциях проходит в круглосуточном и круглогодичном режиме. В штат данных спасательных станций входит по 12–14 человек. Во время купального сезона и в зависимости от территории пляжа к ним добавляется от 4 до 10 сезонных матросов-спасателей. Все сотрудники осуществляют свою трудовую деятельность посменно (по 12 астрономических часов).

В состав дневной смены входят: начальник станции, дежурный смены, рулевой-моторист, водолазы-спасатели (работающие в паре), матросы-спасатели, медицинские работники. На дежурство в ночную смену заступают матрос-спасатель и рулевой-моторист. В межсезонный период (октябрь-апрель) в светлое время суток обязательно выставляется

вахтенное наблюдение за прибрежной территорией; производится патрулирование на катере в целях обеспечения безопасности на воде и вблизи ее (за исключением периода, когда на реке образуется лед); производятся обязательные учебные погружения водолазов с целью выполнения определенных задач (тренировочные спуски под воду, проверка дна, имитация чрезвычайной ситуации).

Во время купального сезона (май-сентябрь) к вышеперечисленным обязанностям добавляется дополнительное наблюдение за местами купания. Наблюдение происходит посредством выставления нескольких дополнительных постов, состоящих из 2 и более сезонных матросов-спасателей. Один из постов обязательно находится на лодке, пришвартованной вблизи зоны купания, остальные посты находятся на прибрежной зоне.

Добавляются и новые задачи для водолазов, связанные с усиленной проверкой дна в местах купания. Организуются дополнительные патрулирование на катере, производится отработка учебных задач в упражнениях: «Выход спасательного катера по тревоге», подача спасательных средств («Конец Александра», спасательный круг), «Спасение на лодке», освобождение от захватов утопающего и его транспортировка, оказание первой медицинской помощи. Связано это с тем, что в данный период проходят массовые купания людей на водоемах, поэтому дежурства вблизи спасательных станций проводятся в усиленном режиме.

Также следует отметить, что все сотрудники ОСВОДа ежегодно сдают контрольные нормативы. Тем, кто недостаточно подготовлен физически или теоретически, понижают квалификацию. Поэтому в целях поддержания оптимальной физической формы для всех

работников станции дважды в неделю организуются занятия в плавательном бассейне, арендуются залы для проведения спортивных игр, а также беговые дорожки. Дополнительные занятия физическими упражнениями позволяют развивать и совершенствовать физические качества у спасателей и во внерабочее время.

На втором этапе (март-апрель 2019) на основе анализа специальной литературы и нормативных документов [7, 8], для дальнейшего определения уровня профессионально-прикладной физической подготовленности работников ОСВОДа г. Гомеля были отобраны контрольные упражнения, наиболее приближенные к реальным условиям их работы (данные упражнения входят в программу профильных областных и республиканских первенств). К таким упражнениям нами были отнесены: плавание вольным стилем в ластах на 100 м с преодолением препятствий; подача спасательного круга; плавание на 50 м с буксировкой манекена; спасение на лодке.

Третий этап исследований был посвящен констатирующему педагогическому эксперименту, который проводился с мая по июнь 2019 года. Для определения уровня профессионально-прикладной физической подготовленности у работников исследуемых спасательных станции было проведено тестирование, на котором спасатели выполняли контрольные упражнения.

Прием контрольных нормативов проходил в течении двух дней. В первый день спасатели после выполнения подготовительных упражнений (разминка) проплывали 100 метров в ластах вольным стилем с преодолением препятствий, а после небольшого отдыха выполняли подачу спасательного круга на дальность и точность. Во второй день

выполнялись упражнения «Плавание на 50 м с буксировкой манекена» и «Спасение на лодке».

Необходимо отметить, что на выполнение всех упражнений спасателям, участвующим в исследовании, давалась лишь одна попытка, за исключением упражнения «Подача спасательного круга» (в данном упражнении, в соответствии с правилами, выполнялось по 3 попытки; лучший результат шел в зачет).

Оценка полученных данных проводилась при помощи метода сигмальных отклонений [9], который предусматривает сравнение каждого результата, показанного спасателем при выполнении контрольного упражнения, с его средней арифметической величиной.

Таким образом, данный метод позволил наиболее объективно оценить физическое состояние у работников спасательных станций Гомельского ОСВОДа, так как оценка их профессионально-прикладной физической подготовленности проводилась по 7-уровневой шкале, при которой отклонения полученного результата от средней величины в пределах от -2σ и менее соответствовали очень низкому уровню; от $-2\sigma-1\sigma$ – низкому уровню; $-1\sigma-0,5\sigma$ – уровню ниже среднего; $\pm 0,5\sigma$ – среднему уровню; $+0,5\sigma+1\sigma$ – уровню выше среднего; $+1\sigma+2\sigma$ – высокому уровню; $+2\sigma$ и более – очень высокому уровню.

Полученные в ходе исследования результаты позволили определить уровень физической подготовленности у спасателей, участвующих в исследовании (таблица). Комплексным показателем уровня их профессионально-прикладной физической подготовленности явилась сумма четырех тестов, которые характеризуют готовность спасателей оказывать необходимую помощь лицам, терпящим бедствие на воде.

Таблица – Уровень профессионально-прикладной физической подготовленности работников организации ОСВОД, участвующих в эксперименте

№	Упражнения	Уровень						
		Очень низкий	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий	Очень высокий
1	Плавание вольным стилем в ластах на 100 м с преодолением препятствий, %	–	11,90	14,29	40,48	21,43	7,14	4,76
2	Подача спасательного круга, %	–	9,52	16,67	28,57	14,29	26,19	4,76
3	Плавание на 50 м с буксировкой манекена, %	–	11,90	16,67	35,71	19,05	14,29	2,38
4	Спасение на лодке, %	–	16,67	19,05	28,57	21,43	14,29	–
5	Сумма показателей в контрольных упражнениях, %	–	12,49	16,67	33,34	19,05	15,47	2,98

Одни из лучших показателей были зафиксированы в упражнении «Плавание вольным стилем в ластах на 100 м с преодолением препятствий», где большая часть спасателей (40,48 %), участвующих в эксперименте, показала результаты, соответствующие среднему уровню физической подготовленности. При этом низкий уровень был зафиксирован у 11,90 % спасателей, уровень ниже среднего – у 14,29 %, уровень выше среднего – у 21,43 %. Результаты, соответствующие высокому уровню, были зафиксированы у 7,14 %, а у 4,76 % – очень высокому уровню.

При выполнении упражнения «Подача спасательного круга на точность» 9,52 % спасателей ОСВОДа показали низкий уровень физической подготовленности, уровень ниже среднего наблюдался у 16,67 % спасателей, средний уровень – у 28,57 %, уровень выше среднего и высокий уровень наблюдались у 14,29 % и 26,19 % исследуемых соответственно, а очень высокий уровень физической подготовленности наблюдался у 4,76 % работников спасательных станции.

Результаты в упражнении «Плавание на 50 м с буксировкой манекена» у

11,90 % спасателей соответствуют низкому уровню физической подготовленности, у 16,67 % – уровню ниже среднего, у 35,71 % – среднему уровню, уровню выше среднего и высокому уровню – у 19,05 и 14,29 % соответственно, а очень высокому уровню соответствуют результаты у 2,38 % спасателей.

В контрольном упражнении «Спасение на лодке» у 16,67 % спасателей, участвующих в исследовании, наблюдается низкий уровень физической подготовленности, у 19,05 % – уровень ниже среднего, средний уровень – у 28,57 %, у 21,43 – уровень выше среднего и у 14,29 % спасателей – высокий уровень.

Необходимо отметить, что очень низкий уровень в упражнениях, характеризующих профессионально-прикладную физическую подготовленность, не наблюдался. Вероятнее всего, это связано со спецификой работы спасателя, при которой он всегда должен находиться в оптимальной физической форме.

Комплексная оценка профессионально-прикладной физической подготовленности работников ОСВОД, участвующих в исследовании, свидетельствует о достаточно хорошем уровне развития их профессиональных качеств.

Так, очень высокий уровень профессионально-прикладной физической подготовленности имеют 2,98 % спасателей, высокий уровень наблюдается у 15,47 %, уровень выше среднего – у 19,05 %, у 33,34 % работников спасательных станций наблюдается средний уровень физической подготовленности, уровень ниже среднего отмечен у 16,67 %, а низкий уровень был зафиксирован лишь у 12,49 % спасателей.

Заключение. Анализируя данные, полученные в ходе исследования, можно сделать вывод о том, что работа по предупреждению несчастных случаев на водах проводится круглосуточно и при любых погодных условиях.

Следует отметить, что регулярные занятия физическими упражнениями во внерабочее время и постоянная учеб-

ная отработка и практическое решение поставленных задач во время работы оказывают значительное влияние на физическую подготовленность и профессионализм спасателей Гомельского ОСВОД.

Уровень профессионально-прикладной физической подготовленности, показанный спасателями Гомельской областной организации республиканского государственно-общественного объединения «Белорусское республиканское общество спасания на водах» в ходе эксперимента, свидетельствует о готовности работников спасательных станций профессионально решать возникающие чрезвычайные ситуации по спасению жизни людей, обеспечивать охрану жизни людей вблизи водоемов, выполнять длительные поисковые работы на водоемах.

1. Гидрография Гомельской области [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://nashkraj.info/gidragrafiya/>. – Дата доступа : 13.03.2020.

2. Гомельская областная организация ОСВОД [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.osvod-gomel.lepsky.by/istoricheskaya-spravka>. – Дата доступа : 13.03.2020.

3. О внесении изменений и дополнений в Устав республиканского государственно-общественного объединения «Белорусское республиканское общество спасания на водах» и утверждению Правил охраны жизни людей на водах Республики Беларусь» [Электронный ресурс] : Постановление Совета Министров Респ. Беларусь, 19 нояб. 2004 г., № 1473 п. 9 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – Режим доступа : <http://www.pravo.by/document/?guid=3871HYPERLINK> «<http://www.pravo.by/document/?guid=3871&p0=%20C21301149>»&HYPERLINK «<http://www.pravo.by/document/?guid=3871&p0=%20C21301149>»p0= C21301149. – Дата доступа : 13.03.2020.

4. Матвеев, А.Е. Профессионально-прикладная физическая подготовка как основа подготовки спасателя / А.Е. Матвеев, А.Н. Саленко // Пожарная безопасность : проблемы и перспективы : сб. статей по материалам VI Всероссийской с междунар. участием науч.-практич. конф. – Ч. 1. – Воронеж : ФГБОУ ВО Воронежский институт ГПС МЧС России, 2015. – С. 300–301.

5. Петрова, Г. Д. Особенности жизнедеятельности спасателей в экстремальных условиях : дис. ... канд. психол. наук 19.00.05 / Г. Д. Петрова. – М., 1994. – 260 л.

6. Устав РГОО ОСВОД, утв. Постановлением Совета Министров Респ. Беларусь, 19.11.2004 г., №1473, с изменениями и дополнениями, утв. Постановлением Совета Министров Респ. Беларусь, 11.12.2009 г., №1623 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : www.adu.by › 2018/01 › [ustav-bel-resp-obshch-spasan-na-vodah](http://www.adu.by). – Дата доступа : 13.03.2020.

7. Инструкция по охране труда для матроса-спасателя [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://www.novation.by/articles/instruktsiya-po-okhrane-truda-dlya-matrosa-spatatelya/>. БелНовация, служба охраны труда. – Дата доступа : 13.03.2020.

8. Дополнительная профессиональная образовательная программа повышения квалификации «Подготовка матросов-спасателей ведомственных постов в местах массового отдыха населения и на пляжах» : утв. Приказом председателя комитета по обеспечению жизнедеятельности населения Волгоградской обл. – Волгоград. 2016. – 9 с.

9. Спортивная метрология : учеб. для ин-тов физ. культуры / В. М. Зацюрский [и др.] ; под общ. ред. В. М. Зацюрского. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 256 с.