

Коковкин Андрей Викторович

канд. пед. наук, старший преподаватель

Володин Василий Николаевич

канд. пед. наук, доцент

ФГК ВОУ ВО «Тюменское высшее военно-инженерное

командное училище имени маршала

инженерных войск А.И. Прошлякова»

г. Тюмень, Тюменская область

ОПТИМИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ВОЕННОГО УЧИЛИЩА

***Аннотация:** современная внешнеполитическая обстановка в мире требует от населения страны, наряду с высоким уровнем сформированности дипломатических качеств, наличия высокоорганизованной и контролируемой обороноспособности страны, что отражается в уровне физической готовности молодого поколения и людей старшего возраста, как гражданских лиц, так и лиц, выполняющих служебные задачи. Цель статьи – в определении эффективности новых средств в содержании учебного процесса по физической подготовке курсантов военного училища. Среди методов исследования применялись контрольные испытания, педагогический эксперимент, математическая обработка данных. Внедренные средства позволили достоверно улучшить уровень физической подготовленности курсантов, в беге на 3 км.*

***Ключевые слова:** абитуриенты, курсанты, уровень физической подготовленности, контрольные испытания, оптимизация учебного процесса.*

Уровень подготовленности абитуриентов, поступающих в вузы страны, в том числе в военные, вызывает неподдельный научный интерес. Наряду с наличием теоретических и практических компетенций у молодого поколения, начинающих свой профессиональный путь, должна быть ответственность за соблюдение ценностей здорового образа жизни и физической культуры.

У многих специалистов вызывает опасение уровень физической подготовленности абитуриентов, поступающих в гражданские, и, особенно, в военные вузы [7; 8], который соответствует среднему уровню, если опираться на официальные источники.

Активная позиция «главного управления» в сфере физической культуры и спорта страны, в отношении оптимизации содержания занятий по физической подготовке, затрагивающая образовательные учреждения всех форм собственности и субъектов Российской Федерации, в полной мере не способствует разрешению сложившейся проблемы.

Причинами сложившегося положения являются:

- увеличение потока информации, и как следствие уменьшение свободного времени [1];
- ухудшение условий для занятий физическими упражнениями;
- низкий уровень профессиональной подготовленности педагогов по спорту и физической культуре.

В сложившейся ситуации, как отмечает А.Ф. Кучма (2007), требования руководящих документов к уровню физической подготовленности, качеству теоретических знаний и организаторско-методических умений не снижается, а постоянно возрастают, что, безусловно, требует радикальных изменений в данном направлении.

Ситуация усугубляется и тем, что постоянная смена образовательных стандартов, в условиях быстро меняющегося информационного потока, накладывает дополнительную нагрузку, как на обучающихся (воспитывающих), так и на самих обучающихся (воспитуемых). Это приводит к тому, что освоить новые образовательные программы (стандарты) при данных обстоятельствах затруднительно для обеих сторон образовательного процесса. Это требует поиска новых подходов, способов решения данной проблемы, в первую очередь, в отношении субъектов образовательного процесса к самому процессу, содержанию и условиям.

Центром управления физической подготовки Вооруженных сил Российской Федерации проведен тщательный анализ по данному направлению, что послужило стимулом к переосмыслению обучения по физической подготовке личного состава высших военно-учебных заведений. На данном этапе затронут вопрос содержания Наставления по физической подготовке – 2009 (НФП-2009) [3] в которое внесены изменения (Приказ МО РФ от 31 июля 2013 №560) [4; 5].

Перемены произошли в следующем:

- появилась возможность использования комплекса вольных упражнений в подготовительной части занятий;
- добавились упражнения №8 – жим штанги (на силу), лежа и №22 – передвижение по узкой опоре (бревну) (на ловкость);
- повысились требования к уровню физической подготовленности на 10 баллов [6].

Однако поставленные задачи по физической подготовке для курсантов усложняются, так как время для овладения материалом, остается неизменным, а объем нагрузки увеличивается.

Это подчеркивается и исследованиями Кучмы А.Ф. (2007), в которых приводятся объективные причины:

- ухудшение условий для занятий физическими упражнениями в Вооруженных силах РФ;
- повышение требований руководящих документов к уровню физической подготовленности, качеству теоретических знаний и организаторско-методических умений курсантов и офицеров.

Проведенные контрольные испытания в 2019 и 2020 годах, среди курсантов военного института позволяют говорить о слабом уровне их физической подготовленности.

Показатели абитуриентов, поступающих в военный ВУЗ, невысокие, что видно из представленного рис. 1.

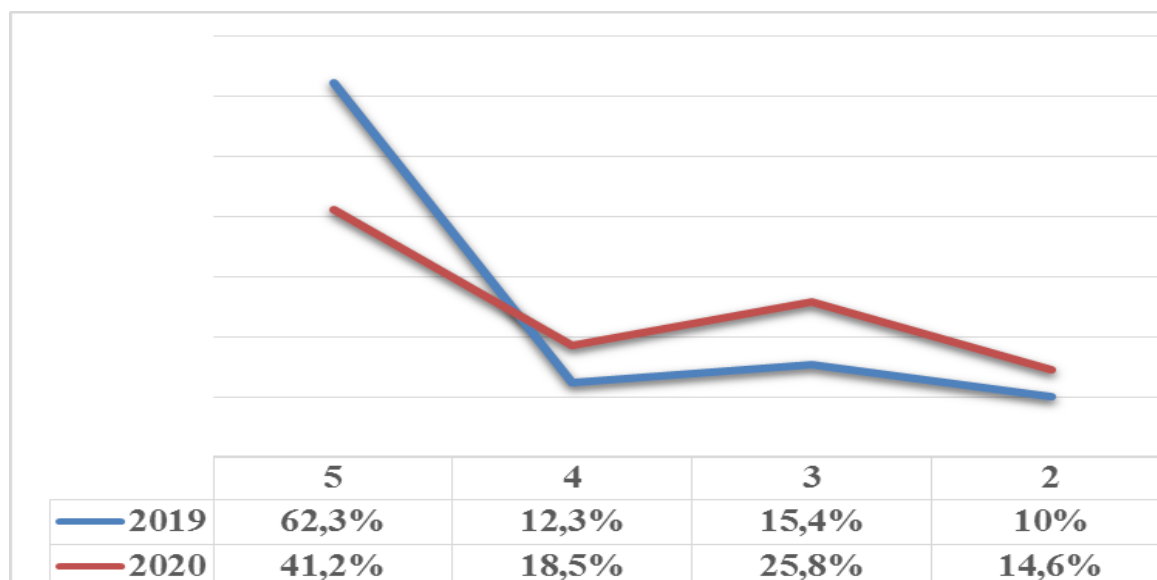


Рис. 1. Процентное соотношение результатов вступительных экзаменов за 2019 и 2020 года

Можно предположить, что, поступив в ВВУЗ, курсанты не меняют своего отношения к физической подготовке на протяжении всего периода обучения, что действительно отражается в результатах плановых проверок (зачетах, экзаменах). А преподаватели не всегда могут провести учебное занятие на высоком уровне, используя современные технологии образования в силу объективных причин (отсутствие современного оборудования).

Следовательно, необходимы новые решения и подходы в процессе занятий по физической подготовке.

Таковыми подходами могут послужить:

- учет физического развития, физической и функциональной подготовленности курсантов на каждом году обучения с последующей дифференциацией физической нагрузки и выставлением оценки в соответствии с выявленными показателями (действующая НИР «Функционал»);

- увеличение доли вариативной части за счет спортизации учебного процесса, что широко используется в гражданских образовательных учреждениях;

- изменение содержание учебных занятий по физической подготовке за счет внедрения новых средств.

На данном этапе происходит комплексирование учебных занятий. Так занятия по физической подготовке проходят совместно с кафедрами тактики и военно-специальных дисциплин. Тем самым содержание приобретает военно-прикладную направленность.

С 2020 года в физическую подготовку в ходе учебно-боевой деятельности, в спортивно-массовую работу вводятся военно-прикладные виды спорта (армейский биатлон, универсальный бой, военное пятиборье, спортивное ориентирование), что позволяет охватить большее количество курсантов, за счет возможности выбора вида спорта из предлагаемых спортивных дисциплин. Также в учебные занятия включены упражнения с учебными минами, которые используются в подготовительной и основной частях занятия.

Для курсантов, поступивших в 2019 году, помимо перечисленных средств, в утреннюю физическую зарядку был включен бег на 3 км.

В эксперименте приняли участие курсанты первого года обучения ($n = 71$). Из исследуемой группы произвольно были сформированы экспериментальная ($n = 36$) и контрольная ($n = 35$) группы. Результаты в беге на 3 км в момент поступления (07.2019) и повторно (11.2020) представлены в рис. 2.

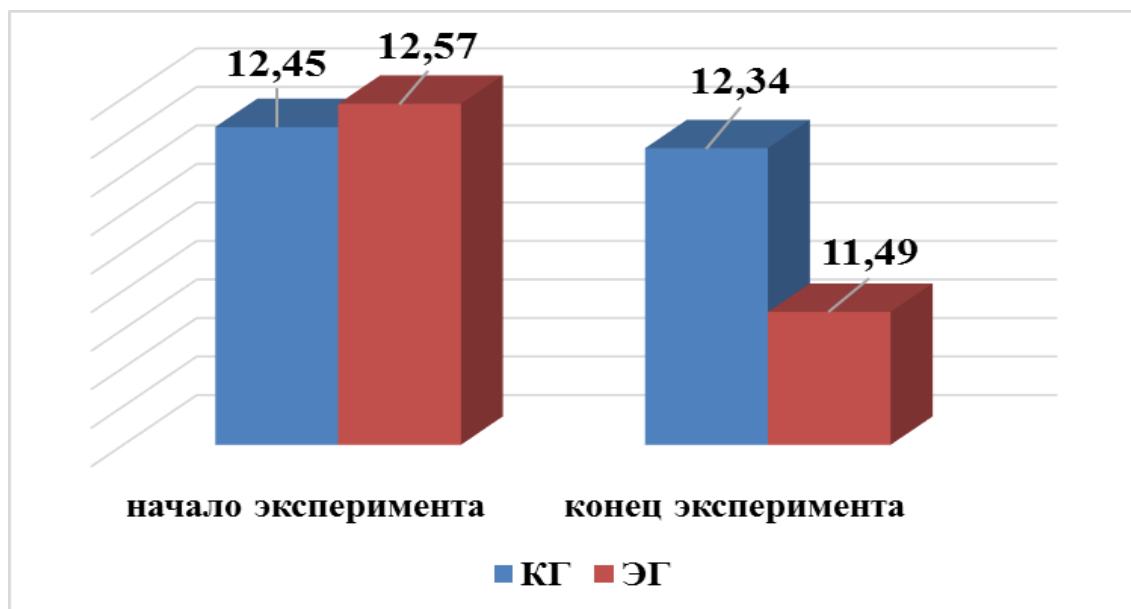


Рис. 2. Среднестатистические результаты курсантов первого года обучения, в беге на 3 км

По завершении исследования экспериментальная группа улучшила результаты на 8%, контрольная группа на 0,8%. Следовательно, можно говорить о положительном влиянии дополнительных средств в процессе физической подготовки курсантов, первого года обучения, что подтверждено результатами испытаний, различия которых статистически достоверны (начало эксперимента $t = 1,5$, при $p > 0,05$; конец эксперимента $t = 5$, при $p < 0,05$).

Список литературы

1. Воложанин С.Е. Повышение уровня физической подготовленности студентов ВУЗа средствами атлетизма: дис. ... канд. пед. наук / С.Е. Воложанин. – Улан-Удэ, 2007. – 150 с.
2. Кучма А.Ф. Мониторинг качества физической подготовки абитуриентов Челябинского высшего военного авиационного училища штурманов (военного института) / А.Ф. Кучма // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. – 2007. – №33. – С. 360–363.
3. Наставление по физической подготовке в ВС РФ. – СПб., 2009. – 200 с.
4. Перечень изменений, внесенных в Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации, утвержденное приказом Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. №200. – 68 с.
5. Приказ Министра обороны Российской Федерации от 31 июля 2013 г. №560, г. Москва.
6. ФЗ-№273 «Об образовании в Российской Федерации». – С. 6.
7. Яковлев Д.С. Компетентностный подход в физической подготовке курсантов инженерных вузов / Д.С. Яковлев, В.Н. Володин, А.В. Сидоров // Наука через призму времени. – 2018. – №10 (19). – С. 140–142.
8. Яковлев Д.С. Экспериментальные нормативы по физической подготовке для военнослужащих иностранных государств / Д.С. Яковлев, В.Н. Володин, А.В. Сидоров // Профессиональное образование в России и за рубежом. – 2019. – №3 (35). – С. 115–123.