

Белоконь Юрий Николаевич

канд. пед. наук, старший преподаватель

Дальневосточная пожарно-спасательная академия –

филиал Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России

г. Владивосток, Приморский край

DOI 10.31483/r-126651

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ФОРМИРОВАНИИ ЛИДЕРСКИХ КАЧЕСТВ У КУРСАНТОВ МЧС РОССИИ

***Аннотация:** статья посвящена вопросу роли и места физической культуры и спорта в формировании лидерских качеств у курсантов МЧС России. Данные дисциплины вырабатывают у курсантов такие личностные качества как активность, лидерство, самооценку, ответственность, самоконтроль, ориентацию на командообразование. Физическая культура и спорт создают уникальные условия для развития лидерских качеств, воспитывая у спортсменов навыки, которые могут успешно применяться в различных сферах жизни, включая служебную деятельность в таких организациях, как МЧС.*

***Ключевые слова:** физическая культура, спорт, двигательная активность, лидерские качества, курсанты МЧС России.*

Сохранение и укрепление здоровья населения являются одними из главных приоритетов государственной политики Российской Федерации. В последние годы правительство активно занимается развитием системы здравоохранения, проводит мероприятия по профилактике заболеваний, пропаганде здорового образа жизни и физической активности. В России создана законодательная база, направленная на защиту прав граждан на здоровье и профилактику заболеваний [7].

Привитие населению ценностей двигательной активности важны не только для сохранения здоровья граждан, но и для формирования здорового образа жизни у подрастающего поколения. Молодежь должна понимать, что здоровье –

это самое ценное, что есть у человека, и что его нужно беречь и укреплять с самого раннего возраста. Кроме того, привитие населению ценностей здорового образа жизни помогает снизить уровень заболеваемости, такими, как ожирение, диабет, сердечно-сосудистые болезни и другие. Молодое поколение, студенческое сообщество в целом и курсанты МЧС в частности, как потенциальное будущее страны, нуждаются в наибольшей пропаганде значения физической культуры. Спорт как индикатор активности может положительно воздействовать на личностное развитие, формируя характер, волю, жизненную энергию и лидерские качества курсантов.

Физические нормативы МЧС на 2023 год установлены Приказом МЧС РФ от 30 марта 2011 г. №153 «Об утверждении Наставления по физической подготовке личного состава» (далее Наставление) [1]. Изменения были внесены приказом от 26 июля 2016 года №402. В стандартах МЧС по физической подготовке определены требования к уровню подготовки сотрудников и курсантов. Нормативы времени для мужчин и женщин приведены в таблицах нормативов МЧС. Требования включают в себя следующие разделы: общие положения, методические рекомендации, требования безопасности при проведении занятий, ответственность за выполнение требований, программы физической подготовки, контроль и оценка результатов.

В Наставлении определены основные цели, задачи и принципы физической подготовки. Они включают развитие уверенности в себе, совершенствование навыков в служебно-прикладных видах спорта, непрерывное совершенствование основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости и ловкости. Также Наставлением определен уровень физической подготовленности для различных возрастных категорий сотрудников и курсантов, описаны содержание и порядок проведения тренировок в режиме дня, средства, методы и приёмы обучения, а также порядок осуществления контроля во время занятий по физической подготовке.

Осознание важности физической культуры и спортивных дисциплин способствует развитию психологических и лидерских качеств у курсантов МЧС России. К основным лидерским качествам относятся мотивация, уверенность в собственных силах и успехе команды, профессионализм, авторитет среди одногруппников, ответственность, личная эффективность, харизма, компетентность и способность управлять и работать в коллективе [9].

Перечислим некоторые аргументы, входящие в состав лидерских качеств при занятии спортом для курсантов МЧС.

1. Ответственность за себя и команду. Участие в спортивных соревнованиях требует не только самоконтроля, но и умение отстаивать интересы своих товарищей.

2. Умение настраивать команду на результат.

3. Управление стрессовыми ситуациями и давлением. Способность управлять своими мыслями в трудный момент и принимать обдуманные решения в условиях давления являются важными аспектами лидерства.

4. Мотивация и наставничество. Спорт может развивать у спортсменов стремление для достижения поставленных целей, результата победы. Лидеры в спорте часто становятся мотиваторами для своих командных товарищей, а также могут выполнять роль наставников.

5. Развитие и подбадривание команду на силовые действия и уверенность на результат. Лидер, демонстрируя высокую уверенность в себе и передавая свой настрой команде способен эффективно руководить другими.

6. Способность адаптации к экстремальным ситуациям [3]. Спорт часто предполагает необходимость быстрой адаптации к различным обстоятельствам и анализа полученных ошибок. Эти навыки могут иметь весьма важное значение в роли лидера.

7. Способность вселять доверие. Доверие членов группы к лидеру основано на его честности, целостности и способности выполнения обещаний.

8. Управление временем. Плодотворные лидеры умеют управлять своим временем и временем команды, придавая приоритеты задачам и обеспечивая оптимальное использование сил и ресурсов.

Лидер – это человек, обладающий способностью влиять на других людей с целью достижения общих задач, а также способностью направлять и координировать деятельность группы в определенном направлении. Лидеры могут возглавлять команды, организации, общественные движения и иметь влияние на различные сферы жизни. Лидерство является социальным влиянием, где лидер получает поддержку со стороны окружения для достижения общей цели.

Развитие лидерских качеств – это управляемый процесс, который следует начинать на занятиях физической культурой и спортом. Физическая культура – ключевой элемент становления личности, включая формирование лидерских качеств [4].

В теоретическом смысле физической культуры для развития лидерского потенциала курсанта важно проводить разнообразные мероприятия и использовать различные методы обучения. Перечислим некоторые из них.

1. Обучение навыкам командной работы: проведение тренингов по построению и управлению командой; организация проектов и задач, требующих совместного участия.

2. Развитие коммуникационных навыков: тренировки по эффективному общению; проведение дискуссий и круглых столов на актуальные темы.

3. Личное руководство и наставничество: назначение опытных наставников для индивидуального сопровождения; организация тренингов вопросов и ответов с опытными лидерами.

4. Тимбилдинг и корпоративные мероприятия: проведение тренингов по построению взаимопонимания в коллективе; участие в различных корпоративных событиях.

5. Обучение принятию решений: проведение симуляций ситуаций, требующих принятия сложных решений; обучение техник анализа и оценки рисков.

6. Специализированные курсы и тренинги: участие в курсах по развитию лидерства и управлению; посещение семинаров от успешных лидеров в различных областях.

7. Оценка и обратная связь: регулярные оценки, самооценки, рефлексии, обсуждение лидерских качеств; предоставление конструктивной обратной связи с целью постоянного совершенствования.

8. Стимулирование лидерских инициатив: поощрение предложений и идей, направленных на улучшение процессов и результатов; создание условий для реализации собственных лидерских проектов.

Важно создать поддерживающую и вдохновляющую среду, где курсанты могут развиваться, испытывать свои лидерские навыки и извлекать уроки из опыта.

Для формирования лидерских качеств такие направления физкультурной деятельности как организация и проведение оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, судейство, инструкторская работа дают возможность проявлять активность, творческую инициативу, оказывают содействие развитию организаторских умений курсантов.

В настоящее время, в век цифровизации и информационных технологий, физическая культура и спорт приобретают большую роль в формировании лидерских качеств у курсантов МЧС. Упражнения, спортивные тренировки и соревнования помогают развивать не только физические, но и психологические качества, такие как целеустремленность, настойчивость, самоконтроль, дисциплина, уверенность в себе и других. Кроме того, занятия по физической подготовке способствуют формированию командного духа, что является важным критерием в работе спасательных служб.

Физическая культура и двигательная активность в целом способствуют укреплению здоровья, снижают стресс, а в психологической составляющей формируют лидерские качества [4] Таким образом, физическая культура и спорт, формирующие лидерские качества у курсантов МЧС являются важной и необходимой дисциплиной.

Список литературы

1. Приказ МЧС России от 30.03.2011 №153 «Об утверждении Наставления по физической подготовке личного состава федеральной противопожарной службы».

2. Барчуков И.С. Физическая культура: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / И.С. Барчуков; под общ. ред. Н.Н. Маликова. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 528 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://academia-moscow.ru/ftp_share/_books/fragments/fragment_23326.pdf дата обращения: 17.02.2025).

3. Веденеева Н.Ю. Роль физического воспитания в подготовке спасателей МЧС / Н.Ю. Веденеева // Пожарная безопасность: проблемы и перспективы. – 2013. – №1 (4) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-fizicheskogo-vozpitaniya-v-podgotovke-spasateley-mchs> (дата обращения: 17.02.2025).

4. Виленский М.Я. Физическая культура: учебник для бакалавров / под ред. М.Я. Виленского [и др.]. – М.: КноРус, 2016. – 423 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://bmu.vrn.muzkult.ru/media/2018/08/02/1225661244/Vilenskij-Fizicheskaya-kultura.pdf> (дата обращения: 31.01.2025).

5. Физическая культура как учебная дисциплина и образ жизни в представлениях современных студентов / И.М. Добрынин, Д.Ю. Нархов, Е.Н. Нархова, П.В. Русова // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные науки. – 2016. – №2 (42). – С. 159–167 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-kultura-kak-uchebnaya-distiplina-i-obraz-zhizni-v-predstavleniyah-sovremennyh-studentov> (дата обращения: 11.02.2025). EDN WOVALL

6. Ермакова Е.Г. Значение физической культуры и спорта в жизни студента / Е.Г. Ермакова // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2018. – №5–1. – С. 43–44 [Электронный ресурс]. – Режим доступа:

<https://cyberleninka.ru/article/n/znachenie-fizicheskoy-kultury-i-sporta-v-zhizni-studenta> (дата обращения: 15.02.2025). EDN XRGKXR

7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для институтов физ. культуры / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура, 1991. – 543 с.

8. Издепская Д.Ю. Повышение интереса студентов к занятиям по физической культуре / Д.Ю. Издепская // Наука-2020. – 2020. – №7 (43) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/povyshenie-interesa-studentov-k-zanyatiyam-po-fizicheskoy-kulture> (дата обращения: 10.02.2025).

9. Соловьев В.Н. Роль физической культуры вуза в социализации будущего специалиста / В.Н. Соловьев // Фундаментальные исследования. – 2008. – №5. – С. 101–105. EDN IRPGOJ

10. Физическая культура в становлении общекультурной и профессиональной подготовки студентов и курсантов вузов МЧС России / В.М. Усков, Б.В. Кузнецов, С.Н. Шуткин [и др.] // Проблемы обеспечения безопасности при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. – 2016. – №1–2 (5). – С. 347–349. – EDN WBKXSH

11. Эрдонов О.Л. Физическая культура и спорт в системе высшего образования / О.Л. Эрдонов // Молодой ученый. – 2015. – №2 (82). – С. 113–117. // [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/82/14708/> (дата обращения: 17.02.2025). EDN TFXEGR