

Кашин Николай Игоревич

**СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНО-
ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ
ВУЗОВ СИЛОВЫХ ВЕДОМСТВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ
ОБУЧЕНИЯ
(НА ПРИМЕРЕ ВУЗОВ МВД)**

Специальность: 13.00.04 - теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и
адаптивной физической культуры

**Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук**

**Санкт-Петербург
2005**

Работа выполнена на кафедре физической культуры Санкт-Петербургского университета
МВД России

Научный руководитель – кандидат педагогических наук, доцент
Ивахненко Геннадий Александрович

Официальные оппоненты : доктор педагогических наук,
профессор Тараканов Борис Иванович

кандидат педагогических наук,
старший научный сотрудник Дмитриев Геннадий Григорьевич

Ведущая организация : Санкт-Петербургский военный институт
внутренних войск МВД России

Защита состоится «23» июня 2005 г. в 11 часов на заседании диссертационного совета Д
311.010.01 при Санкт-Петербургской государственной академии физической культуры
им. П.Ф. Лесгафта по адресу: 190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов, 35.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Санкт-Петербургской
государственной академии физической культуры им. П.Ф. Лесгафта

Автореферат разослан «23» мая 2005 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета,
доктор педагогических наук, профессор



С.М. Ашкинази

2006-У
8410

2153918

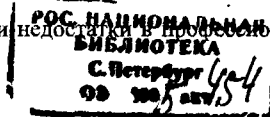
3

Общая характеристика работы

Актуальность исследования. Подготовка сотрудников силовых ведомств всегда определялась государственными интересами страны и ее военной доктриной. Условия военно-профессиональной деятельности личного состава МВД, ФСБ, МЧС, и др. силовых ведомств на современном этапе, увеличение количества подразделений специального назначения в их составе, предъявляют повышенные требования к уровню подготовленности выпускников вузов. В настоящее время сложилась определенная система в подготовке данной категории военнослужащих, в том числе и по разделу физической подготовки. Ее средства обладают не только высокими прикладными, но и, что особенно важно, огромными морально боевыми возможностями для обучения и воспитания личного состава.

Опыт участия сотрудников силовых ведомств в антитеррористической операции и выполнению задач по разоружению незаконных вооруженных формирований в Чеченской республике, а также войсковых учений и проверок свидетельствуют, что возможности физической подготовки применяются еще в недостаточной степени. Особенно важным является правильное использование ее средств на начальном этапе обучения курсантов вузов. От их эффективности зависит дальнейший ход профессиональной подготовки будущего специалиста. В настоящее время со стороны руководителей силовых ведомств обращается особое внимание на качество подготовки выпускников образовательных учреждений, входящих в их состав (В.В. Мороз, А.И. Кузнецов, 1999 и др.).

Так по оценке командования МВД вузы системы юридической подготовки кадров в основном обеспечивают решение возложенных на них задач. Вместе с тем не все задачи, возложенные Министерством внутренних дел на подчиненные вузы, решаются в полном объеме и с высоким качеством. Так, в частности слабо разработаны вопросы профориентации и профессионально-психологического отбора, применения новых информационных технологий, совершенствования ведущих физических и психофизиологических качеств, прикладных двигательных навыков, психолого-педагогическое сопровождение курсантов на начальном этапе образовательного процесса. Одной из причин, определяющих эти недостатки в профессиональной сфере



сотрудников МВД является нечеткое и проблематичное соотношение целей подготовки: с одной стороны сотрудника-силовика (физически сильного и разносторонне развитого специалиста правоохранительных органов), а с другой – юриста правоведа (специалиста-интеллектуала юридической системы) (А.И. Кузнецов, 2004 и др.).

Вместе с тем, результаты оперативно-служебной деятельности органов внутренних дел в экстремальных ситуациях свидетельствуют о том, что за последние годы значительно возросло количество погибших сотрудников МВД при выполнении профессионального долга. По данным главного информационного центра МВД России каждый год при выполнении своих обязанностей от рук преступных элементов погибает около четырехсот сотрудников органов внутренних дел, и более полутора тысяч получает ранения. Это объясняется, в большинстве случаев, недостаточной профессиональной подготовленностью сотрудников в умении применять двигательные способности и приемы самозащиты.

Профессионально-прикладная физическая подготовка образовательных учреждений силовых ведомств в преддверии дальнейшего осложнения условий выполнения служебно-оперативных задач требует поиска подходов, способствующих достижению высокого профессионального уровня обучаемых. Пути совершенствования профессионально-прикладной подготовки рассматривались Ю.Ф. Поддипняком (1986), В.В. Яншиным (1989), П.П. Михеевым (1997), Ю.И. Поповым (2001), В.Г. Лупырем (2002), В.Г. Коллоховым, А.И. Кузнецовым (2004) и др. Ими убедительно доказана необходимость непрерывного совершенствования существующих средств и методов обучения, поиска новых подходов к организации, проведению и методике физической подготовки курсантов вузов силовых ведомств. При этом особенно важным является решение вышеперечисленных задач в период, когда бывший школьник одевает военную форму и погоны курсанта. На начальном этапе обучения курсанты испытывают значительные трудности в учебно-познавательной и военно-профессиональной деятельности. Начальный период обучения в вузах силовых ведомств требует сформированности познавательной самостоятельности, коммуникативных умений, ценностных ориентаций на профессию, способности переносить тяготы и лишения военной службы, готовности переносить большие физические и нервно-психические напряжения.

В рамках содержания и направленности физической подготовки курсантов, приступивших к обучению в вузах, одной из проблем процесса их становления рассматривается правильное сочетание нагрузок, обусловленных новыми формами учебной деятельности, так как молодые курсанты не всегда оказываются способными выполнять требования профессионально-прикладной физической подготовки. Анализ состояния процесса начальной профессионально-прикладной физической подготовки курсантов вузов силовых ведомств на начальном этапе, возросшие требования и к уровню образовательной подготовленности выявили ряд противоречий, которые не могут быть разрешены в рамках традиционных подходов. К ним относятся:

- существующая практика в организации и проведении физической подготовки курсантами и повышение уровня требований к их будущей профессии;
- значительный объем требуемых к усвоению знаний, умений и навыков курсантами в рамках начального этапа обучения и ограниченное время на плановую нагрузку, отведенную на физическую подготовку;
- открывшиеся возможности конверсии высоких технологий спортивной тренировки в теорию и методику физической подготовки курсантов и неостребованность этого.

Потребность в реализации данных противоречий делает эту проблему весьма актуальной и значимой как для теории, так и для практики профессионально-прикладной физической подготовки военнослужащих силовых ведомств.

Гипотеза исследований строилась на предположении о том, что концентрированное применение средств спортивных единоборств (самбо, дзюдо, бокса, каратэ) и преодоления препятствий, с направленным использованием упражнений на статическую силовую выносливость, как наиболее адекватных возрастной структуре физических способностей обучаемых в вузах силовых ведомств РФ на начальном этапе (17 – 19 лет), будет способствовать ускорению процесса их адаптации к новым условиям жизнедеятельности, повышению эффективности развития физических способностей и формирования техники базовых движений, применяемых в содержании рукопашного боя и преодоления препятствий.

Объект исследования: процесс физической подготовки на начальном этапе обучения в вузах силовых ведомств РФ.

Предмет исследования: содержание и направленность физической подготовки на начальном этапе обучения в вузах силовых ведомств РФ.

Цель исследования: разработать содержание и обосновать методику физической подготовки курсантов начального этапа обучения в вузах МВД с учетом их возрастных особенностей

Задачи исследования:

1. Проанализировать современное состояние, профессионально-прикладной физической подготовки военнослужащих силовых ведомств и курсантов, обучающихся в их образовательных учреждениях.
2. Изучить возрастную специфику проявления физических способностей у молодых людей в возрасте 17 – 19 лет и на этой основе сформулировать задачи физической подготовки для начального этапа обучения в вузах силовых ведомств.
3. На основе изучения основных аспектов деятельностного подхода уточнить содержание физической подготовки курсантов начального этапа обучения в вузах МВД.
4. Обосновать содержание и методику физической подготовки курсантов, обучающихся на начальном этапе в вузах МВД и проверить ее эффективность.

Организация исследования. Диссертационное исследование проводилось в течение 1999-2005 годов в пять этапов. Первый этап исследования проходил с сентября 1999 года по май 2001 года и включал теоретический анализ и обобщение литературных источников, рассмотрение вопросов, характеризующих состояние проблемы. В рамках первого этапа анализировалось современное состояние и определялись пути дальнейшего совершенствования системы профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников силовых ведомств РФ, детализировались теоретические основы физической подготовки на начальном этапе профессиональной подготовки сотрудников силовых ведомств, исследовался опыт научного обоснования учебных программ по физической подготовке в вузах различной ведомственной принадлежности на отдельных этапах развития государства, на примере университета МВД РФ, уточнялись требования профессиональной деятельности к сотрудникам. На основе полученных данных проведено обоснование цели, сформулирована гипотеза и задачи исследования

На втором этапе (2001 – 2002 гг.) проводилось изучение возрастных особенностей становления и развития физических способностей курсантов университета МВД на

начальном этапе обучения и специфики их двигательных проявлений. С этой целью на базе университета МВД России проводились экспериментальные исследования возрастного становления и развития физических способностей курсантов 17 – 19 лет. На основе полученных данных была определена структура физических способностей молодых людей в 17 – 19 летнем возрасте.

В рамках третьего этапа (2002 – 2003 гг.) на базе Университета МВД России была проведена экспериментальная проверка эффективности акцентированного применения средств спортивных единоборств, преодоления препятствий с направленным включением упражнений на развитие статической силовой выносливости для решения задач, стоящих перед начальным этапом профессионального обучения. Кроме этого проверялась эффективность разработанной методики физической подготовки курсантов начального этапа вузов силовых ведомств, а также были проведены анализ и обобщение результатов, полученных в ходе педагогического эксперимента.

Четвертый этап работы (2003 – 2005 гг.) был посвящен практической реализации результатов проведенных исследований, их освещению в научных публикациях, подготовке отчетов по проделанной работе, а также обсуждению сделанных выводов в рамках различных научных собраний и оформлению диссертации.

Теоретической основой исследований явились: основные положения теории и методики физической культуры (Б.А. Апмарин, 1990; Л.П. Матвеев, 1991, и др.), теории и организации физической подготовки войск (Л.А. Вейднер-Дубровин, 1981, В.В. Миронов, 1992; А.А. Горелов, 1994 и др.), теории юношеского спорта (В.П. Филин, 1986), концепции конверсии спортивных технологий (В.К. Бальсевич, 1993), а также концепции сопряженного воздействия (В.М. Дьячков, 1967)

В ходе проведения теоретико-экспериментальных изысканий по теме диссертации применялись следующие методы исследования: теоретический анализ и обобщение, педагогическое наблюдение; опрос в виде анкетирования; оценка уровня физического развития; оценка уровня физической подготовленности; специализированные методы исследования психофизиологических качеств; педагогический эксперимент, статистические методы исследования.

Научная новизна заключается в следующем:

- уточнены задачи физической подготовки курсантов образовательных учреждений силовых ведомств на начальном этапе их обучения;
- исследованы возрастные особенности реализации физических способностей у курсантов в период начальной адаптации к обучению в вузе и определены пути их совершенствования;
- определена структура физических способностей молодых людей в возрасте 17, 18 и 19 лет;
- исследован деятельностный подход как формирующий фактор развития физических способностей;
- определена направленность физической подготовки курсантов вузов силовых ведомств на начальном этапе обучения в вузах силовых ведомств на приоритетное развитие скоростно-силовых способностей и выносливости;
- научно обоснованы содержание и методика физической подготовки курсантов начального этапа обучения в вузах силовых ведомств.

Теоретическая значимость заключается

- в обосновании подходов по оптимизации физической подготовки курсантов на начальном этапе обучения в вузах на основе их возрастных особенностей;
- в раскрытии механизмов возрастных особенностей развития физических способностей курсантов 17 – 19 лет;
- определении места и роли деятельностного подхода в процессе становления и развития физических способностей, обучающихся в вузах на начальном этапе курсантов;
- в формировании теоретической основы совершенствования физической подготовки курсантов, проходящих обучение на начальном этапе в вузах силовых ведомств

Практическая значимость исследования определяется разработкой и внедрением в практику вузов силовых ведомств методики физической подготовки, учитывающей возрастную специфику физических способностей курсантов, проходящих обучение на начальном этапе, обеспечивающей ускорение их адаптации к новым условиям жизнедеятельности, а также способствующей повышению эффективности развития физических способностей и формирования техники базовых движений, применяемых в содержании рукопашного боя и преодоления препятствий.

Рекомендации по использованию результатов исследования. Разработанная методика по физической подготовке для начального периода обучения в вузах силовых ведомств может быть применена в педагогическом процессе учебных заведений силовых ведомств. Выявленные закономерности могут быть использованы при разработке программ по физическому воспитанию в вузах вне зависимости от ведомственной принадлежности.

Положения, выносимые на защиту:

1. Возрастные особенности структуры физических способностей курсантов 17, 18 и 19 лет являются одной из определяющих содержание их физической подготовки на начальном этапе обучения в вузах силовых ведомств.

2. Направленность физической подготовки курсантов вузов силовых ведомств на начальном этапе выражается в приоритетном развитии скоростно-силовых способностей и общей выносливости.

3. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузах силовых ведомств на начальном этапе должна: с одной стороны развивать базовые физические способности (скоростные, силовые, координационные, гибкость и выносливость) и формировать основные двигательные навыки; с другой стороны – закладывать основы техники рукопашного боя и преодоления препятствий, а с третьей стороны - обеспечивать социальную и профессиональную адаптацию курсантов к обучению в специализированных вузах, деятельность которых регламентирована уставами и ведомственными руководящими документами.

Достоверность и обоснованность результатов и выводов исследования обеспечивается глубоким теоретическим анализом и обобщающим изучением проблемы, репрезентативностью выборки, использованием современных методов исследования, обработкой экспериментальных материалов с помощью современной электронно-вычислительной техники.

Апробация и внедрение результатов исследования. Результаты исследования обсуждались и получили одобрение на межфакультетских заседаниях Университета МВД, на научно-практических конференциях различного уровня. Разработанная методика внедрена в педагогический процесс Санкт-Петербургского Университета МВД России.

Исследования по теме диссертации проводились в течение 1999 -2003 годов в рамках тем НИР “Юниор” и “Спектр” Военного института физической культуры, а также согласно плана научно-методической работы кафедры физической культуры Санкт-Петербургского Университета МВД России. Экспериментальные исследования проводились на базе Санкт-Петербургского Университета МВД России.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, пяти глав, общего заключения, выводов, предложений, списка использованной литературы и приложений. Ее объем составляет 219 страниц машинописного текста, включая 28 рисунков, 10 таблиц и 7 приложений. Список использованной литературы насчитывает 254 источников, в том числе 24 на иностранных языках.

Основное содержание работы

Во введении детализируется место и роль начального этапа обучения в системе профессиональной подготовки сотрудников силовых ведомств (СВ) РФ. Уточняются факторы, лимитирующие процесс совершенствования образовательного комплекса в СВ. Рассматриваются вопросы, требующие своего решения в рамках начального этапа обучения вузах СВ. Определяется необходимость ориентирования физической подготовки (ФП) в вузах СВ на особенности обучаемых контингентов. Обосновывается обязательность учета в содержании ФП на начальном этапе обучения возрастной специфики обучаемых. Формулируются актуальность, объект, предмет исследования и положения, выносимые на защиту.

В *первой главе* диссертации проанализированы основные направления и этапы реформирования системы профессиональной подготовки сотрудников СВ РФ. Изучены периоды становления отечественной системы профессиональной подготовки сотрудников СВ, исследованы особенности процесса ее реформирования. Представлены результаты анализа тенденций развития образования в развитых странах, показана его направленность на гуманитаризацию. Обоснована объективная необходимость переориентации системы профессиональной подготовки сотрудников СВ с их «натаскивания» на умения реализовывать профессиональную деятельность, на возможно полную реализацию способностей обучаемых. С этой позиции, показана необходимость ориентации процесса подготовки сотрудников СВ на возможно полное развитие их

способностей, в том числе физических, путем учета особенностей обучаемых, в том числе и возрастных.

В процессе теоретического анализа и обобщения установлено, что в образовательном процессе СВ имеется ряд проблем, требующих своего немедленного решения. Одной из них является необходимость разработки и внедрения в процесс профессиональной подготовки сотрудников СВ методик, адекватных особенностям обучаемых контингентов. Эти методики должны обеспечивать решение задачи текущей деятельности и задачи заблаговременной подготовки и реализации требований предстоящей профессиональной деятельности. Рассмотрение требований, предъявляемых к начальному этапу профессиональной подготовки сотрудников СВ, показало необходимость решения в его рамках целого комплекса разноплановых задач. Так, установлено, что ФП, помимо традиционно решаемых задач, сопряженных с развитием физических способностей и формированием профессионально-прикладного двигательного фонда, должна способствовать адаптации обучаемых к новым условиям жизнедеятельности. Это обуславливает поиск такого содержания, которое было бы адекватным специфике педагогического процесса, стоящим задачам и особенностям обучаемых.

В первой главе также рассмотрен опыт научного обоснования содержания ФП в вузах СВ за более чем 80-летний период развития нашего государства. Детализирован опыт применения средств ФП в силовых структурах ряда зарубежных государств. В качестве выводов приводятся данные направленного применения средств спортивных единоборств в интересах решения целого комплекса задач, подлежащих решению на начальном этапе профессионального обучения. Исследование требований профессиональной деятельности к уровню подготовленности сотрудника СВ РФ и анализа содержания ФП на всем протяжении обучения в вузе и на начальном этапе – в частности, позволило сделать ряд заключений. Так, содержание ФП направленно на обеспечение потребностей предстоящей профессиональной деятельности, в связи с чем, оставлены без внимания проблемы определяемые текущей деятельностью, процессом адаптации обучаемых. Отмечается применение подходов, предполагающих изолированное развитие качественных сторон физических способностей обучаемых и неоправданное, с позиций учебной деятельности, формирование двигательного фонда.

Установлено, что содержание ФП, на начальном этапе обучения сотрудников в вузах СВ должно учитывать особенности обучаемых контингентов и специфику педагогического процесса. Этим объясняется необходимость поиска адекватных, возрастным особенностям обучаемых, педагогических решений, обеспечивающих оптимизацию процесса адаптации более качественное решение задач повышения уровня физических способностей, формирования профессионально-прикладного двигательного фонда. На основании проведенных изысканий были сформулированы цель, гипотеза исследований, поставлены задачи.

Во *второй главе* представлены организация и методы исследования.

Третья глава посвящена всестороннему рассмотрению системы способностей человека, уточнению содержания физических способностей, как одного из ведущих ее компонентов. В процессе исследований показано, что физические способности формируются и функционируют согласно закономерностям, присущим системе высшего порядка, однако имеют свою специфику. Следует отметить, что одним из выраженных особенностей физических способностей является их возрастная специфика.

Показано, что существуют периоды онтогенеза, обуславливающие активное становление и развитие одних физических способностей, при слабой или полной невосприимчивости к воздействию средств формирующего свойства, со стороны других. Особого внимания этот вопрос заслуживает в связи с тем, что на ранних стадиях развития личности физическое развитие, формирование физических способностей занимают ведущее место в контексте общего развития. В основе этого лежит возрастная специфика структуры физических способностей человека. Результаты исследований указывают на то, что физические способности на различных этапах онтогенеза имеют различную структуру и, в связи с этим по-разному реагируют на применение формирующих средств. Сделанные выводы подтверждены детальным исследованием возрастной специфики формирования и развития систем, обеспечивающих двигательную активность. Это сердечно-сосудистая, дыхательная, эндокринная системы, а также системы движения и крови. Полученные результаты показали, что обучаемые в вузах СВ на начальном этапе (17 – 19 лет) по многим параметрам достигают показателей взрослого человека. Однако, по целому ряду показателей содержание ФП должно учитывать их возрастные особенности.

Установлено, что наиболее адекватными возрастным особенностям молодых людей в возрасте 17-19 лет являются упражнения сложно-координационные и ситуативные, требующие преимущественного проявления статической силовой выносливости. Полученные данные позволили заключить о приоритетном развитии силовых способностей и выносливости у молодых людей в возрасте 17 – 19 лет. Подтверждение сделанных выводов было найдено в процессе экспериментального исследования возрастных особенностей проявления физических способностей у обучаемых на начальном этапе вуза МВД. В процессе всесторонних (более 60 показателей) экспериментальных исследований было установлено, что в возрастном периоде 17-19 лет приоритетными выступают силовые способности и выносливость, особенно статическое их проявление.

Проведенные корреляционный и факторный анализы структуры физических способностей молодых людей в возрасте 17 – 19 лет подтвердили сделанные заключения. В результате применения математических методов исследования была определена структура физических способностей молодых людей в 17-, 18- и 19-летнем возрасте. Обращает на себя внимание выраженная возрастная специфика физических способностей. Так, с 17 летнего возраста, двигательная деятельность, определяемая сформированностью скоростных и координационных способностей, активно начинает обеспечиваться силовыми проявлениями и выносливостью. Это обстоятельство обуславливает формирование структуры физических способностей соответствующее взрослому человеку лишь к 19 годам. Таким образом встал порок о проведении направленного поиска и обоснования адекватных, возрастным особенностям обучаемых на начальном этапе в вузах СВ, средств ФП.

Четвертая глава посвящена анализу основ деятельностного подхода как формирующего фактора становления и реализации способностей человека. В результате чего были уточнены особенности развития физических способностей и процессе осуществления педагогически оправданной деятельности. Вместе с тем, в результате проведенного анализа появилась возможность обеспечивать селекцию различных видов деятельности в интересах получения запланированного конечного результата. В процессе исследований были выявлены структурные компоненты деятельности, их

взаимосвязь с внешними условиями, в которых эта деятельность осуществляется, а также уточнена степень их влияния на деятеля.

Анализ влияния ФП в вузах СВ, с позиций деятельностного подхода позволил заключений. Во-первых, содержание ФП СВ на начальном этапе обучения в вузах СВ не предполагает направленного решения проблемы оптимизации процесса адаптации обучаемых к новым условиям жизнедеятельности. Во-вторых, в нем не отражены возрастные особенности обучаемых начального этапа. В-третьих, существующий педагогический процесс не обеспечивает оптимального решения задач, обусловленных развитием качественной стороны физических способностей обучаемых и формированием у них профессионально прикладного двигательного фонда. Перечисленные моменты во многом снижают эффективность ФП на начальном этапе обучения в вузах СВ. Иллюстративными являются результаты динамики ряда психофизиологических показателей, характеризующих процесс адаптации на начальном этапе в вузе МВД, а также данные субъективной оценки самих обучаемых (табл.1). Полученные данные наглядно показывают, что осуществляемая деятельность не учитывает специфики реакции организма занимающихся, а ФП не способствует решению проблем имеющихся место на начальном этапе обучения в вузе СВ.

Таблица 1

Результаты исследования показателей, характеризующих процесс адаптации курсантов вуз МВД на начальном этапе обучения

№	Параметры	Вступит. экзамены ($x \pm m$)	Курс начальной под-ки ($x \pm m$)	Средина семестра ($x \pm m$)	Экзамен. сессия ($x \pm m$)
1	Кол-во переработанной информации (бит в мин)	531 \pm 4,1	523 \pm 3,9	517 \pm 4	511 \pm 3,9
2	Количество ошибочных решений	2,7 \pm 0,02	3,3 \pm 0,02	3,7 \pm 0,1	3,9 \pm 0,02
3	Производить работы с эмоциогенным воздействием (бит в мин)	592,1 \pm 4,3	573,4 \pm 5,1	559,6 \pm 5,3	539,4 \pm 4,9
4	Качество работы с эмоцион. воздейств.(кол-во ош. в мин)	4,85 \pm 0,31	5,1 \pm 0,25	5,65 \pm 0,37	5,9 \pm 0,26
5	Теппинг-тест (общее кол-во касаний 0-40 сек)	229,1 \pm 0,78	223,4 \pm 0,67	214,4 \pm 0,59	210,7 \pm 0,57
6	Разница кол-ва касаний в теппинг-тесте между 0 – 10 с. и 30 – 40 с.	11,8 \pm 0,37	14,2 \pm 0,33	17,6 \pm 0,4	19,8 \pm 0,36
7	Самооценка (бал)	7,8 \pm 0,25	7,2 \pm 0,23	6,7 \pm 0,24	6,4 \pm 0,25

На основе анализа задач, подлежащих решению в рамках начального этапа обучения в вузах СВ и структуры физических способностей обучаемых (17 -19 лет) в качестве наиболее адекватных, были определены сложнокоординационные, ситуативные упражнения. Также была подтверждена эффективность применения упражнений направленных на развитие статической силовой выносливости. Наиболее оптимальным был определен метод сопряженного воздействия, обеспечивающий активизацию систем организма в процессе решения двигательных задач, что предполагает одновременную мобилизацию моторного и управляющего компонентов. Происходящая, в этой связи активация вовлеченных систем, призванных обеспечивать энергетический метаболизм работающих мышц, обуславливает совершенствование функциональной системы, что рассматривается как адаптационный ответ организма на систематическое воздействие формирующего фактора.

В процессе исследований установлено, что метод сопряженного воздействия является эффективным при развитии кондиционного и координационного компонентов только в определенных возрастных рамках. Исследователями наилучшие результаты были получены на молодых людях в возрасте 16 – 19 лет при направленном развитии скоростно-силовых показателей, отдельных параметров выносливости. Высокая эффективность метода отмечается в большинстве случаев в единоборствах, ситуативных видах спорта, а также в различных видах легкой атлетики и гимнастики. Это послужило основанием для практической проверки адекватности подобранных средств возрастным особенностям обучаемых на начальном этапе в вузе МВД. Полученные результаты (табл.2) позволили заключить об адекватности концентрированного применения приемов и действий из содержания самбо и дзюдо, каратэ и бокса, а также преодоления различных нестандартных препятствий с направленным включением упражнений на развитие статической силовой выносливости, возрастным особенностям обучаемых на начальном этапе в вузе МВД. По итогам эксперимента (табл.3) был сделан вывод о том, что концентрированное применение специально подобранных средств эффективно обеспечивает получение запланированной адаптивной реакции, а также может быть использовано для решения задач стоящих перед начальным периодом обучения в вузах СВ РФ.

Основные параметры содержания ФП экспериментальной группы

Раздел	Применяемые средства
Самбо и дзюдо	<ul style="list-style-type: none"> - акробатические упражнения и действия. поддержки, удержание различных поз, кувырки вперед, назад, кувырки боком и через различные препятствия, перекаты назад, вперед, прогнувшись и прыжком; - стойки и равновесия: различные стойки (на голове, на предплечьях, на руках, удержание различных равновесий); - мосты: удержание различных борцовских, гимнастических, динамических и статических мостов; - упражнения в парах: силовое противодействие, различные перемещения партнера, простейшие единоборства, упражнения требующие проявления качественных сторон физических способностей особенно статической силовой выносливости, отработка различного рода падений, а также самостраховки; захваты и освобождение от них; - основные броски.
Бокс и каратэ	<ul style="list-style-type: none"> - основные удары руками и ногами по различным уровням: удары руками – прямые удары, удары сбоку и снизу, удары локтями в голову и туловище; удары ногами – прямые удары, удары сбоку и снизу, удары назад, удары коленями в голову, туловище, пах, по ногам; - «связки» ударов руками и ногами по всем уровням; действия и приемы по снарядам и в усложненных условиях; - базовые перемещения, а также перемещения в сочетании с ударами; - ведение боя с тенью.
Преод. препятствий	<ul style="list-style-type: none"> - движения и действия при преодолении плоскостных и вертикальных препятств.; - прыжки, переползания, передвижение по опоре, висы, завесы, зацепы, опорные и безопорные прыжки, подтягивания.

Таблица 3

**Результаты экспериментальных исследований возрастных особенностей
двигательной подготовленности курсантов начального этапа обучения в вузе МВД**

№ п/п	Параметры	КГ до эксп. ($x \pm m$)	КГ после эксп. ($x \pm m$)	Дост раз.	ЭГ до эксп. ($x \pm m$)	ЭГ после эксп. ($x \pm m$)	Дост Разл.
1	Бег на 3000 м (с)	745,5±2,1	732±1,95		747,7±2,2	745,6±2,1	
2	Бег на 100 м (с)	14,1±0,21	13,9±0,2		14,2±0,2	13,8±0,18	0,05
3	Прыжок в длину с места (см)	214,7±0,85	217,1±0,78		215,1±0,79	221±0,75	0,05
4	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	12,7±0,25	14,2±0,27	0,05	12,3±0,29	15,1±0,26	0,05
5	Сгибание - разгибание рук в упоре на брусьях (кол-во раз)	13,6±0,19	16,8±0,15	0,05	13,9±0,17	17,1±0,19	0,05
6	Прыжковый тест Горелова (с)	28,6±0,31	28,2±0,33		28,9±0,29	27,9±0,31	
7	Прыжковый тест Горелова (кол-во ошибок)	3,71±0,09	3,62±0,11		3,94±0,1	3,14±0,12	0,05
8	Компл оценка выполнения приемов и действий рук боя	5,85±0,24	6,41±0,3		5,92±0,31	6,73±0,35	
9	Компл оценка выполнения приемов и действий в преодолении препятствий	5,31±0,29	6,07±0,27		5,43±0,26	6,31±0,3	

В первой части *Пятой главы* обосновываются подходы к разработке экспериментальной методики (ЭМ). Главной задачей на этом этапе было создание ЭМ, содержание которой максимально соответствовало бы особенностям структуры физических способностей молодых людей в возрасте 17-19 лет, а также эффективно обеспечивало оптимизацию процесса адаптации к новым условиям, способствовало повышению уровня физической подготовленности и качества формирования профессионально прикладного двигательного фонда. Необходимо отметить тот факт, что разработанная ЭМ должна была органически сочетаться с существующей учебной программой по ФП, а также соответствовать временному бюджету, материальному обеспечению и уровню подготовленности педагогического состава в вузах СВ (табл.4). Направленность ФП обеспечивалась концентрированным применением специально подобранных средств, концентрированно включенных в содержание существующей программы. Следует отметить, что суммарный показатель экспериментального содержания в ЭГ (32 чел.) практически не отличался от применения упражнений профессионально прикладного характера в КГ (34 чел.). Эксперимент проводился на базе Санкт-Петербургского Университета МВД России и соответствовал начальному этапу обучения в вузе с момента поступления до окончания первого семестра.

Таблица 4

Основные компоненты и содержание экспериментальной методики по физической подготовке обучаемых на начальном этапе обучения в вузе МВД РФ

	Компоненты и содержание
Цель	Оптимизация ФП обучаемых на начальном этапе в вузах СВ.
Задачи	Адаптация обучаемых к новым условиям жизнедеятельности; Повышение эффективности процесса формирования профессионально-прикладного двигательного фонда; Направленное развитие качественных сторон физических способностей (особенно различных проявлений силы и выносливости)
Применяемые средства	Концентрированное применение упражнений из содержания самбо и дзюдо, бокса и каратэ и преодоления препятствий; Акцентированное применение упражнений способствующих развитию статической силовой выносливости.
Методические особенности	Ознакомление и отработка приемов предполагают применение фронтального и группового методов Обеспечение тренировочной направленности предполагает широкое применение игрового и соревновательного методов. Проведение форм физической подготовки со следующей направленностью: Утренняя физическая зарядка - активизирующая и развивающая; Учебные занятия и факультативные занятия – тренировочная.

Полученные экспериментальные данные, характеризующие влияние ЭМ на процесс адаптации обучаемых к обучению в вузе доказывают возможность решения этой задачи посредством формирующего потенциала ФП. С этой целью были применены косвенные показатели работоспособности обучаемых, как наиболее информативные показатели процессов адаптации, характеризующие количественные параметры работы, количество переработанной информации в единицу времени, качество выполняемой работы, а также учитывалась динамика этих показателей под влиянием эмоциогенного фактора (табл.5).

Таблица 5

Результаты исследования показателей работоспособности участников педагогического эксперимента

№	Исследуемые показатели	ЭГ до экспер. (x ± m)	ЭГ после экспер. (x + m)	КГ до экспер. (x + m)	КГ после экспер. (x + m)	Дост. разл.
1	Производительность работы (бит в мин)	522,9±3,3	541,1±3,2	524,4±3,2	521,1±3	0,05
2	Качество работы (кол-во ошибок в мин)	2,48±0,4	2,28±0,36	2,43±0,37	2,37±0,3	0,05
3	Производительность работы с эмоциональным воздействием (бит в мин)	581,1±5,1	577,4±5,2	579,9±6,1	579,7±5,7	
4	Качество работы с эмоциональным воздействием (кол-во ошибок в мин)	5,83±0,7	5,13±0,5	5,51±0,7	5,71±0,64	0,05
5	Теппинг-тест (кол-во касаний 0-40 сек)	223,1±0,8	233,2±0,7	224,2±0,7	225,3±0,7	
6	Теппинг-тест (кол-во касаний 0-10 сек)	57,3±0,7	60,1±0,6	57,9±0,52	57,4±0,52	
7	Теппинг-тест (кол-во касаний 30-40сек)	52,3±0,5	56,1±0,6	51,9±0,6	50,2±0,5	0,05

Анализ полученных результатов, характеризующих протекание процесса адаптации участников эксперимента, позволяет отметить преимущества ЭМ. Нельзя не отметить снижение неблагоприятного влияния факторов учебной деятельности на организм участников ЭГ в отличие от КГ. Об этом свидетельствуют данные производительности и качества деятельности, как в обычных условиях, так и в условиях воздействия эмоциогенного фактора. Полученные результаты дают основание утверждать о перспективности применения разработанных педагогических решений на начальном этапе профессиональной подготовки в вузах СВ.

Полученные данные также позволяют констатировать наличие достоверных различий в уровне развития физических способностей испытуемых, произошедших в процессе исследований. Обращает на себя внимание то обстоятельство, что достоверные изменения в заключительном срезе у участников ЭГ отмечены в уровне развития показателей силовых способностей, выносливости. Следует отметить наличие изменений и в других показателях, однако следует оговориться, в основном сопряженных с проявлением выносливости и силы (табл.6). Важно отметить то, что изменениям подверглись качественные аспекты тех физических способностей, которые по сделанным ранее выводам, находятся в сенситивном периоде своего развития.

Таблица 6

Результаты исследований уровня физической подготовленности участников педагогического эксперимента

№	Параметры	ЭГ до экспер.	ЭГ после экспер.	КГ до экспер.	КГ после экспер.	Дост. различ. (ЭГ и КГ после экспер.)
1	Подтягивание на перекладине (кол. раз)	9,3±0,27	13,9±0,14	9,6±0,36	12,5±0,19	0,05
2	Вис на перекладине (с)	26,6±0,33	38,4±0,3	25,9±0,29	30,8±0,29	0,05
3	Угол в упоре на брусьях (с)	5,7±0,64	14,3±0,4	6,1±0,56	10,4±0,5	0,01
4	Прыжок в длину с места (см)	199,2±0,4	214,3±0,5	197,2±0,7	209,2±0,6	0,05
5	Бег 3000 м (с)	784,1±13,1	743,1±8,2	781,9±12,6	755,2±9,3	
6	ИГСТ (усл ед.)	87,6±0,52	101,4±0,4	86,7±0,61	96,6±0,46	0,05
7	Прыжок спиной вперед (см)	96,8±1,8	108,6±1,4	94,7±1,4	105,9±1,5	
8	Перестройка структуры движен. (см)	103,6±1,7	105,7±1,6	102,6±1,9	103,3±1,5	
9	Прыжковый тест Горелова (кол-во ошибок)	3,3±0,23	2,4±0,15	3,26±0,2	3,1±0,13	0,05
10	Время выполнения (с)	25,9±0,4	23,9±0,7	26,1±0,3	24,6±0,6	
11	Время на одно решение (с)	2,87	2,65	2,9	2,73	
12	Бег на 100 м (с)	15,4±0,14	14,1±0,16	15,5±0,11	14,8±0,12	0,05
13	Бег на 20 м с места (с)	3,7±0,12	3,45±0,1	3,68±0,14	3,56±0,12	
14	Челн. бег 3×10 м (с)	7,62±0,3	6,89±0,27	7,49±0,29	7,31±0,28	0,05
15	Челн. бег 10×10 м (с)	27,7±0,51	25,4±0,35	27,56±0,6	26,2±0,45	0,05

Результаты экспериментальных исследований подтверждают преимущество ЭМ в отношении традиционной программы по ФП обучаемых в вузе СВ. Статистически достоверные различия, наблюдаемые между показателями силовых способностей и различных проявлений выносливости в заключительном срезе являются подтверждением предположения об их нахождении в сенситивном периоде. Обнаруженный достоверный рост некоторых показателей скоростных способностей, по всей видимости, является следствием их некоторой обусловленности со стороны силовых способностей и выносливости. Таким образом, можно заключить, что полученные различия в результатах ЭГ и КГ являются следствием правильно сделанных выводов в отношении структуры физических способностей обучаемых на начальном этапе обучения в вузе и правильного подбора средств ФП.

Несомненный интерес представляют результаты выполнения профессионально-прикладных приемов и действий (табл.7). В качестве критериев были приняты: основные броски (бросок через спину и задняя подножка); удары руками (прямые удары в голову, удары в голову с боку и удары в туловище снизу); удары ногами (прямой удар ногой в туловище, удар ногой в туловище сбоку); защитные действия от ударов руками (выполнение подставок, отбивов и блоков от прямых и боковых ударов в голову и туловище); защитные действия от ударов ногами (выполнение блоков и подставок от прямых ударов ногами и ударов ногами сбоку в туловище). Оценка выставлялась тремя проверяющими, а в случае их разногласия – по среднему баллу.

Таблица 7

Результаты исследований уровня сформированности навыков в выполнении профессионально-прикладных приемов и действий

№	Исследуемый параметр	ЭГ	КГ	Дост. различий
1	Бросковая техника (балл)	3,89±0,13	3,81±0,12	
2	Ударная техника руками (балл)	4,13±0,11	4,09±0,12	
3	Ударная техника ногами (балл)	4,09±0,13	3,78±0,12	0,05
4	Защитная техника от ударов руками (балл)	3,95±0,13	3,87±0,12	
5	Защитная техника от ударов ногами (балл)	3,87±0,14	3,41±0,13	0,05

Как видно из результатов, участники ЭГ и КГ не проявили различий как в качестве выполнения бросков, так и в выполнении атакующих и защитных действий руками. Совершенно другая картина наблюдается при рассмотрении выполнения участниками

Совершенно другая картина наблюдается при рассмотрении выполнения участниками эксперимента атакующих действий ногами и защитных действий от ударов ногами. Так, качество атакующих действий ногами в ЭГ (4,09 балла) достоверно выше, чем в КГ (3,78 балла). То же же наблюдается и в оценке качества выполнения защитных действий от ударов ногами. Можно констатировать, что полученные результаты обусловлены направленным внедрением средств спортивных единоборств в содержание ФП ЭГ.

Важным показателем оптимальности разработанной методики рассматриваются данные субъективной оценки протекания начального этапа в вузе на основе данных методики «САН». Предполагалось, что получение субъективной оценки на начальном этапе обучения в вузе показателей самочувствия, активности и настроения позволит более точно оценить комфортность протекания учебного процесса. Подтверждение об эффективности применения ЭМ были получены в результате статистической обработки экспериментальных данных. Анализ результатов, педагогического эксперимента, позволил выявить наличие статистически достоверных межгрупповых различий особенно по показателям, характеризующим активность и настроение.

Обобщая полученные в эксперименте результаты, необходимо отметить то, что в реализации ЭМ способствовала решению поставленных задач. Применение ЭМ эффективно обеспечило оптимизацию процесса адаптации к обучению в вузе СВ. Данные комплекса косвенных показателей РС как маркеры адаптированности к учебному процессу, позволяют утверждать о положительном влиянии ЭМ. Также следует отметить ее эффективность в деле совершенствования качественных показателей физических способностей, особенно силовых, выносливости и частично, скоростных. Данное обстоятельство является следствием приведения в соответствие с возрастными особенностями обучаемых на начальном этапе в вузах СВ содержания ФП. Вместе с тем, внедрение ЭМ в педагогический процесс вуза МВД на начальном этапе, позволяет эффективно обеспечивать качество профессионально-прикладной подготовки. Полученные результаты являются следствием подбора наиболее адекватных средств ФП как возрастной специфике обучаемых, так и стоящим задачам.

В контексте работы определенным интерес представляли данные субъективного восприятия учебного процесса участниками эксперимента. Субъективная оценка влияния педагогического процесса обеспечивает получение показательной информации.

Полученные результаты указывают на достаточно высокую комфортность учебного процесса на начальном этапе обучения для участников ЭГ, что является следствием применения ЭМ. Таким образом, в процессе проведения педагогического эксперимента были полностью подтверждены сделанные ранее предположения. Все поставленные в рамках исследования задачи решены.

Выводы

1. Современное состояние и тенденции развития системы профессиональной подготовки сотрудников СВ, выдвигают на первое место проблему дальнейшей гуманитаризации образования. Данное обстоятельство обуславливает необходимость пересмотра в содержании учебных программ в вузах СВ, в том числе и по ФП с учетом возрастных, интеллектуальных, функциональных и физических особенностей обучаемого контингента
2. Детальное исследование возрастных особенностей становления и реализации физических способностей у курсантов 17 - 19 лет показало зависимость от состояния сердечно-сосудистой, дыхательной, кровеносной и эндокринной систем, а также развития опорно-двигательного аппарата.
3. Основными задачами для ФП на начальном периоде обучения в вузах СВ являются: оптимизация процесса адаптации курсантов к новым условиям жизнедеятельности, направленное развитие силовых способностей и выносливости; формирование навыков движений, применяемых в содержании рукопашного боя и преодоления препятствий.
4. Изучение особенностей возрастной структуры физических способностей молодых людей в возрасте 17-19 лет показало, что в рассматриваемом возрастном периоде ведущими компонентами, обеспечивающими сам процесс двигательной деятельности являются силовые способности и общая выносливость на базе уже достаточно сформированных скоростных и координационных способностей. Выявленная структура физических способностей в рассматриваемом возрасте является следствием возрастной программы развития человека, периодичности созревания систем, органов и механизмов, обеспечивающих двигательную деятельность молодых людей.
5. Содержание ФП курсантов вузов СВ на начальном этапе обучения должно быть направленно на развитие силовых способностей и выносливости. Ведущее место в комплексе применяемых упражнений должны отводиться упражнениям из содержания

самбо, дзюдо, каратэ и бокса, а также преодоления простейших препятствий. Особое значение с учетом возраста обучаемых, занимают упражнения на развитие статической силовой выносливости.

6. Основным методом, используемым на начальном этапе подготовки курсантов вузов СВ должен быть метод сопряженного воздействия, который предполагает одновременное развитие физических способностей и формирование умений и навыков профессионально-прикладных двигательных действий

7. Специфической особенностью разработанной методики является концентрированное применение средств из арсенала спортивных единоборств и преодоления простейших препятствий с направленным применением упражнений на развитие статической силовой выносливости как наиболее адекватных возрастным особенностям физических способностей молодых людей в возрасте от 17 до 19 лет.

8. Направленность процесса ФП обучаемых на начальном этапе в вузах СВ на преимущественное развитие силовых способностей и общей выносливости посредством применения адекватных их возрасту средств ФП эффективно обеспечивает повышение качества педагогического процесса на начальном этапе профессиональной подготовки сотрудников СВ РФ.

Список работ, опубликованных по теме диссертации:

1. Кашин, Н.И. Актуальные вопросы профессионального отбора сотрудников силовых ведомств РФ средствами физической подготовки: Учебно-методическое пособие / Н.И. Кашин, С.Н. Кашин, А.В. Караван, Г.А. Ивахненко, Л.Г. Перфильев. СПб.: Университет МВД РФ, 2000.- 59 с.
2. Кашин, Н.И. Физические способности и деятельность: Учебно-методическое пособие / Н.И. Кашин, Г.А. Ивахненко, А.В. Караван. - СПб.: ВИТУ, 2001.- 63 с.
3. Кашин, Н.И. Психолого-педагогические аспекты совершенствования процесса подготовки сотрудников силовых ведомств РФ по рукопашному бою: Учебно-методическое пособие / Н.И. Кашин, В.В. Кузьмин, Г.А. Ивахненко, А.В. Караван. - СПб.: Университет МВД РФ, 2001.- 57 с.
4. Кашин, Н.И. Оптимизация развития физических способностей обучаемых военно-учебных заведений довузовского звена : Учебно-методическое пособие / Н.И. Кашин, Ю.И. Медведев, Г.А. Ивахненко, А.В. Караван - СПб.: КРАК, 2001. 40 с.

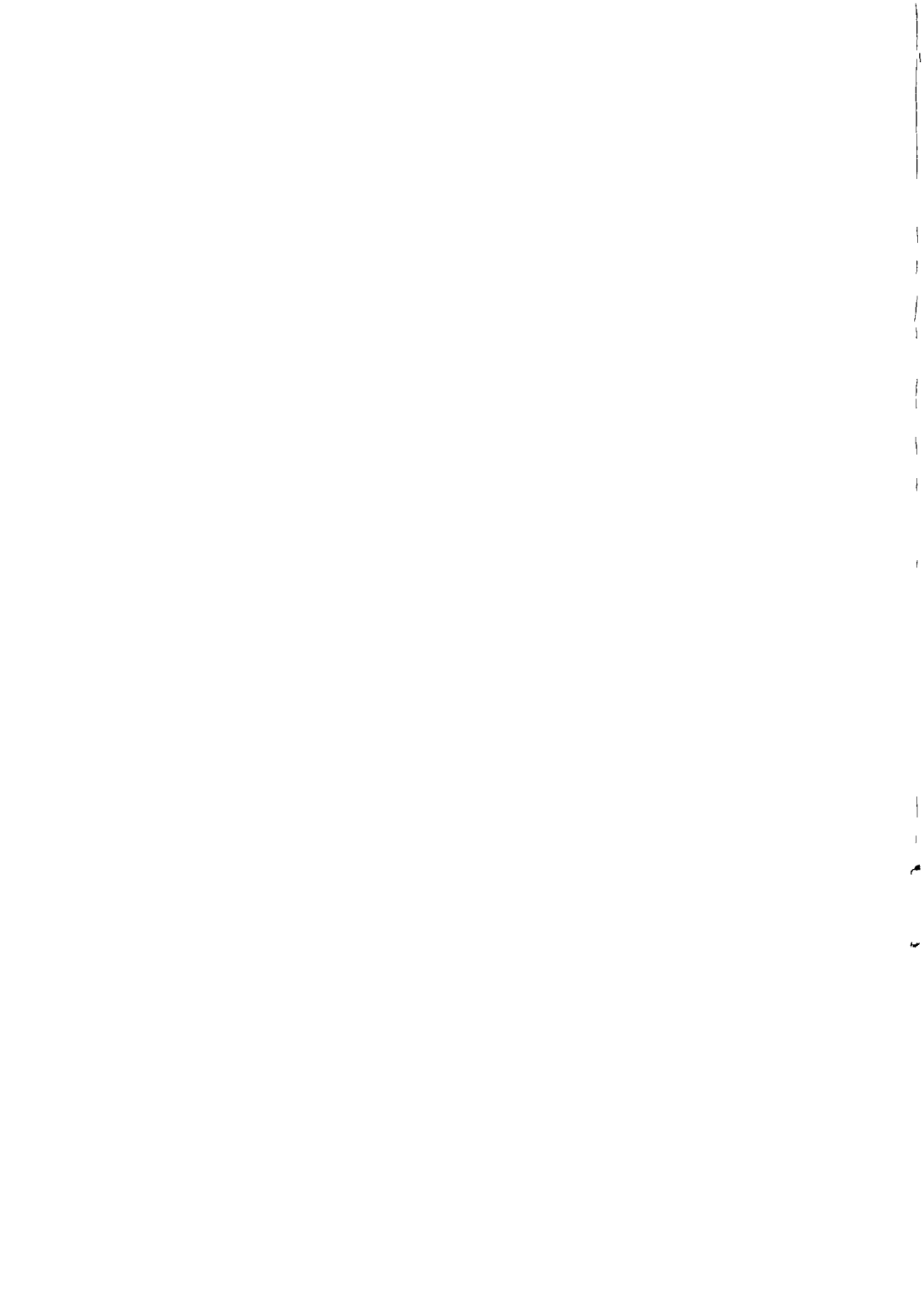
5. Кашин, Н.И. Об эффективности внедрения в педагогический процесс вузов селективной формы профессионального отбора / Н.И. Кашин, Г.А. Ивахненко, С.Н. Кашин. СПб. Материалы ИНП конф. СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта. Часть 1, 2002. – С.46-47.
6. Кашин, Н.И. Дифференциация обучаемых в учебных заведениях довузовского звена / Н.И. Кашин, Г.А. Ивахненко, А.В. Караван - СПб.: Материалы ИНП конференции СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта. Часть 1, 2002. – С.49-50.
7. Кашин, Н.И. Дистанционная форма физической подготовки кандидатов в учебные заведения довузовского звена: Учебно-методическое пособие / Н.И. Кашин, Г.А. Ивахненко, А.В. Караван.- СПб.: ФНИ, 2002. 58 с
8. Кашин, Н.И. Методика дистанционной формы физической подготовки кандидатов на обучение в учебных заведениях довузовского звена.: Методическое пособие / Н.И. Кашин, Г.А. Ивахненко, А.В. Караван.- СПб.: ЛОГУ, 2003. 32 с.
9. Кашин, Н.И. Проблемы совершенствования физической подготовки в учебных заведениях силовых ведомств / Н.И. Кашин, Г.А. Ивахненко, А.В. Караван, Р.С. Шаповалов. – СПб.: Проблемы физкультурно-спортивной деятельности и подготовки физкультурных кадров. Выпуск 6. СПб ГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2003. – С.137-138.
10. Кашин, Н.И. Направленность физической подготовки на начальном этапе профессионального становления слушателей вузов МВД РФ / Н.И. Кашин, А.В. Караван, Г.А. Ивахненко. – СПб.: Проблемы физкультурно-спортивной деятельности и подготовки физкультурных кадров. Выпуск 6. СПб ГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2003. – С.139-140.
11. Кашин, Н.И. Обоснование содержания и направленности физической подготовки на начальных этапах профессионального обучения в вузах/ Н.И. Кашин, А.В. Караван, Г.А. Ивахненко. СПб.: Сборник научных трудов. СПб.: Университет МВД РФ, 2004. – С.19-23.

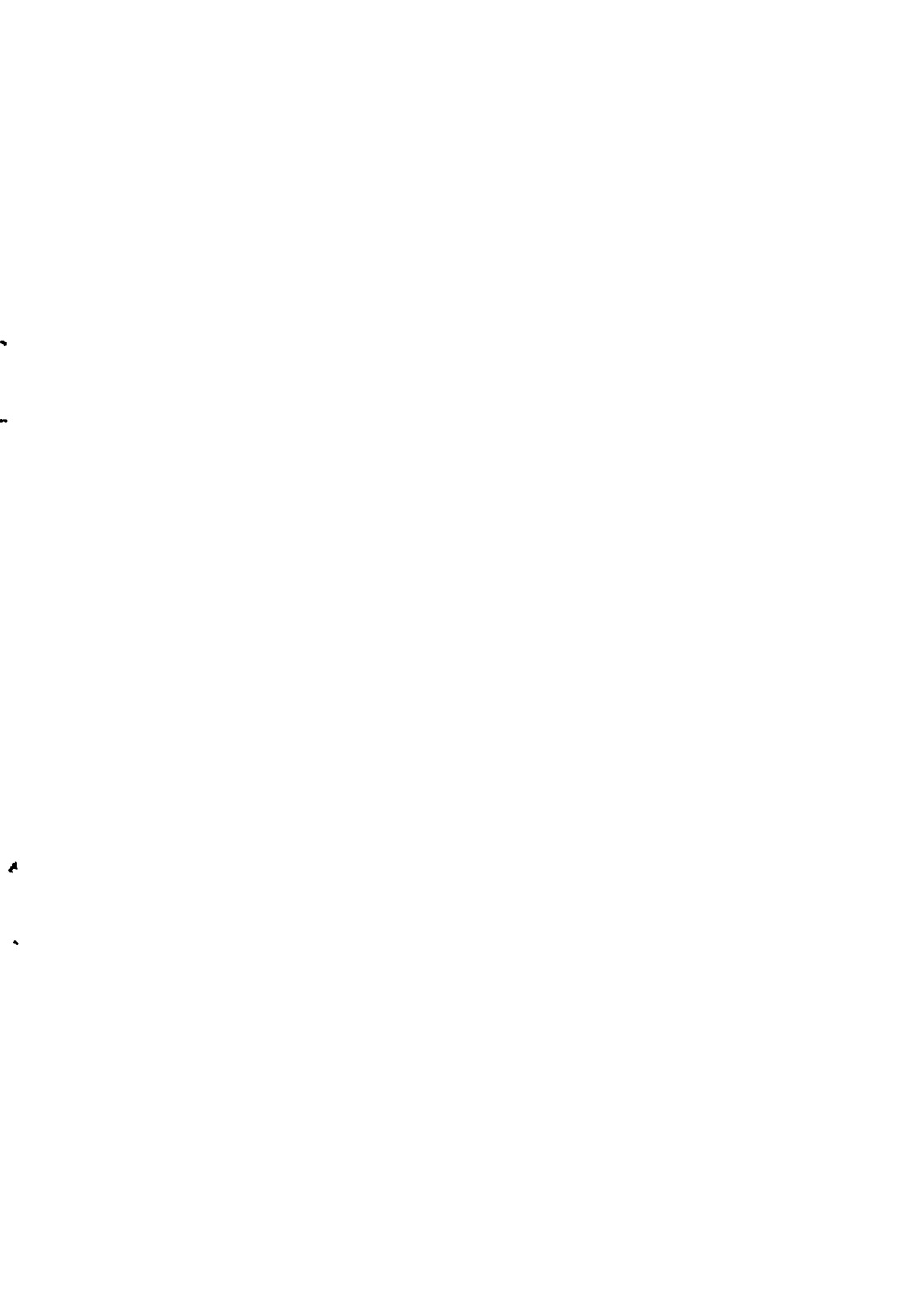
Материалы исследования доложены и получили одобрение на заседаниях, в рамках научно-практических конференций учебных заведений Санкт-Петербурга. Разработанная методика внедрена в педагогический процесс Санкт-Петербургского университета МВД России.

Лицензия ЛР № 065394 от 08.09 97

Подписано в печать 19.05.05
Объем 1,5 п.л. Тираж 120 экз. Заказ № 49

Отпечатано в издательстве "Нестор"
195251, Санкт-Петербург, Политехническая, 29





№ 1 1 3 4 5

РНБ Русский фонд

2006-4

8410