

2. *Report of Pavel Kolobkov at the meeting of the "Government Hour" in the Council of Federation of the Federal Assembly of the Russian Federation*, available at: <https://www.minsport.gov.ru/press-centre/speeches/30626> (accessed 28 December 2018).

3. *Official site of the Ministry of Sports*, available at: <http://irkobl.ru/sites/minsport/working/> (accessed 28 December 2018).

4. *Order of the Russian Ministry of sports of 21 November 2017 № 1007 "On approval of the concept of development of student sports in the Russian Federation for the period up to 2025"*, available at: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_283321 (accessed 27 December 2018).

5. *Clubs in the regions, "Association of student sports clubs of Russia"*, available at: http://stud-sportclubs.ru/sportclubs?field_region_of_club_tid=%D0%98%D1%80%D0%BA%D1%83%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F+%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%82%D1%8C#1 (accessed 27 December 2018).

6. *Federal law No. 79-FZ of 18 April 2018 on amendments to the Federal law "On physical culture and sport in the Russian Federation"*, available at: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71826030/> (accessed 27 December 2018).

7. *Federal Law of February 9 2009 "On ensuring access to information on the activities of state bodies and local self-government bodies"*, available at: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_84602/ (accessed 28 December 2018).

8. *Report on the implementation of the state program of the Russian Federation «Development of physical culture and sport» for 2016*, available at: <https://www.minsport.gov.ru/activities/reports/9/32033> (accessed 27 December 2018).

9. *Report on the implementation of the state program of the Russian Federation "Development of physical culture and sport" for 2017*, available at: https://www.minsport.gov.ru/2018/OtchetGP_FCP1705_2017.pdf (accessed 27 December 2018).

10. *Information on the state of the education system in the Russian Federation*, available at: eis.mon.gov.ru (accessed 28 December 2018).

Контактная информация: Kazanseva.inet@mail.ru

Статья поступила в редакцию 15.01.2019

УДК 796:378.4

ФОРМИРОВАНИЕ ПРИКЛАДНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ И РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОСТИ «ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»

Надежда Егоровна Калинина, кандидат биологических наук, профессор,

Марина Николаевна Жегалова, кандидат педагогических наук, доцент,

Анжелла Владимировна Скивко, доцент,

Волгоградский государственный технический университет, (ВолгГТУ)

Аннотация

В статье излагаются результаты педагогического эксперимента, направленного на разработку и научное обоснование средств и методов профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов, обучающихся в гражданском вузе по специальности «Пожарная безопасность». Представлены специфические средства физической культуры для формирования прикладных двигательных умений и навыков и развития физических способностей. Доказана целесообразность разработанной автором технологии.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка; пожарная безопасность; прикладные двигательные умения и навыки; физические способности.

**FORMATION OF APPLIED MOTOR SKILLS AND EXPERIENCES AND
DEVELOPMENT OF THE PHYSICAL ABILITIES OF STUDENTS OF THE
SPECIALTY "FIRE SAFETY"**

*Nadezhda Egorovna Kalinina, the candidate of biological sciences, professor,
Marina Nikolaevna Zhegalova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Angella Vladimirovna Skivko, the senior lecturer,
Volgograd State Technical University*

Annotation

The article presents the results of the pedagogical experiment aimed at developing and scientifically justifying of the means and methods of vocational applied physical training (VAPT) of the students studying at the civilian university, specializing in Fire Safety. It presents the specific means of the physical culture for development of the applied motor skills and development of the physical abilities. The expediency of the technology developed by the author is proved.

Keywords: professional-applied physical training, fire safety, applied motor skills, physical abilities.

В последние годы заметно возрастает значение профессионально-прикладной физической подготовленности специалистов экстремальных профессий. Увеличение числа различного рода катастроф в мире (обрушение жилых и производственных зданий, наводнения, извержение вулканов, крушение поездов, пожары, аномальная жара, террористические акты) выявило острую кадровую проблему в структурах Министерства чрезвычайных ситуаций (МЧС) России, в том числе и специалистов противопожарной безопасности. До 2005 года таких специалистов готовили только в специализированных вузах. Открытие в гражданских вузах специальности «Пожарная безопасность» вызвало необходимость модерации научного подхода к организации профессионально-прикладной физической подготовленности студентов. На основании этого создание детальной программы ППФП студентов экстремальных профессий на примере направления «Пожарная безопасность» гражданских технических вузов представляется актуальным.

Для достижения заданной цели было поставлено несколько задач, одной из которых стала – выявить самые результативные средства физической культуры, развивающие физические способности и формирующие прикладные двигательные умения, и навыки студентов, обучающихся в гражданском техническом вузе по специальности «Пожарная безопасность».

С целью решения задач исследования были проведены следующие мероприятия: создана профиограмма специалиста, отвечающая требованиям государственного образовательного стандарта; построены стандартные тренировочные программы (СТП) ППФП с уникальными составами упражнений, очередностью их выполнения, допустимым уровнем нагрузки и указания для осуществления этих программ на учебных занятиях; уточнены самые весомые физические способности и прикладные умения и навыки.

Из физических способностей самыми необходимыми оказались общая и специальная выносливость и координационные способности. Для повышения общей выносливости использовались следующие средства: длительный бег на дистанцию 4–7 километров по прямой и пересеченной местности; передвижение на лыжах 2–4 километра; подвижные и спортивные игры; силовые упражнения. Для улучшения уровня специальной выносливости применялись упражнения: передвижения различными способами по прямой и лестничным пролетам 3–10 этажа в условиях высокой температуры (выше 30 градусов); продолжительный бег по сильно пересеченной местности; упражнения дыхательной гимнастики. При формировании координационных способностей использовались: повторный бег на короткие отрезки; бег с изменением направления движения; сложно координационные упражнения.

Среди прикладных двигательных умений и навыков самыми важными явились: скоростное движение по этажам; перемещение в упоре лежа; лазание по вертикальным

гимнастическим снарядам; скоростное движение по гимнастическому бревну и скамье; прыжки с высоты 1–4 метра. Для формирования перечисленных навыков применялись следующие средства: перемещение с грузом и без отягощения с различной скоростью по этажам; передвижение в упоре лежа по полу под различными препятствиями; ускоренное лазание вверх-вниз по вертикальным гимнастическим снарядам различными способами; перемещение с изменением скорости по гимнастическому бревну, скамье на разной высоте, используя различные способы передвижения; прыгивания с различной высоты с использованием гимнастических снарядов; бег с барьерами.

Созданная технология для студентов экстремальных специальностей дала возможность значительно улучшить показатели прикладных умений и навыков и гораздо эффективнее развивать физические способности. Важно заметить, что статус владения профессиональными двигательными умениями и навыками определялся путем установления времени, затраченного на их исполнение, которое существенно сократилось к окончанию педагогического эксперимента.

Что касается развития физических способностей, к концу учебы максимально увеличились показатели выносливости, как общей, так и специальной. То же можно сказать и о показателях координационных способностей. Заметнее всех улучшился уровень специальной выносливости – в среднем на 53,5%.

Достигнутые результаты повысили уровень профессионально-прикладной физической подготовленности, а готовность к профессии подтверждаются 100% трудоустройством выпускников.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бортнев, Д.А. Роль физической подготовки в профессиональной деятельности курсантов ВПТУ МЧС РФ / Д.А. Бортнев // Вестник Военного института МВД России. – Воронеж, 2005. – С. 9-12.
2. Николаева, О.М. Методика развития профессиональной устойчивости у сотрудников ГПС МЧС России к эффективному выполнению задач при ликвидации пожаров высокой категории сложности / О.М. Николаева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2010. – № 3 (61). – С. 87-91.
3. Ткачев, В.И. Содержание физической подготовки сотрудников ГПС МЧС России в составе пожарных расчетов : монография / В.И. Ткачев ; Белгородский гос. ун-т. – Белгород : Изд-во БелГУ, 2006. – 121 с.
4. Чуприян, А.П. Современные проблемы противопожарной службы / А.П. Чуприян // Спасатель МЧС России. – 2004. – № 13. – С. 3.

REFERENCES

1. Bortnev, D.A. (2005), "A role of physical training in professional activities of cadets of VPTU Ministry of Emergency Situations Russian Federation", *The Military Institute of Ministry of Internal Affairs Bulletin of Russia*, Voronezh, Page 9-12.
2. Nikolaeva, O.M. (2010), "Methods of development of professional resistance in employees of GPS Emercom of Russia to effective implementation of tasks in case of elimination of the fires of high category of complexity", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 61, No. 3, pp. 87-91.
3. Tkachyov, V.I. (2006), *Content of physical training of employees of GPS Emercom of Russia as a part of fire-fighting crews, monograph*, BelGu, Belgorod.
4. Chupriyan, A. P. (2004) "The modern problems of a fire service", *Rescuer of Emercom of Russia*, No. 13, pp. 3.

Контактная информация: Gemanik@mail.ru

Статья поступила в редакцию 26.01.2019