

Контактная информация: kadochnikovdg@mail.ru

Статья поступила в редакцию 03.04.2017

УДК 796.011.3

СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ И ОРГАНИЗАТОРСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ У СТУДЕНТОВ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

*Надежда Егоровна Калинина, кандидат биологических наук, профессор,
Марина Николаевна Жегалова, кандидат педагогических наук, доцент,
Волгоградский государственный технический университет, (ФГБОУ ВПО «ВолгГТУ»)*

Аннотация

В статье излагаются результаты педагогического эксперимента, направленного на разработку и научное обоснование средств и методов профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) для развития личностных качеств и организаторских способностей студентов, обучающихся в гражданском вузе по специальности «Пожарная безопасность».

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка; экстремальные специальности; личностные качества; организаторские способности.

MEANS AND METHODS OF PHYSICAL CULTURE FOR DEVELOPMENT OF PERSONAL QUALITIES AND ORGANIZING ABILITIES AMONG STUDENTS OF EXTREMAL SPECIALTIES

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

Annotation

The article presents the results of the pedagogical experiment directed at development and scientific justification of the means and methods of the professional and application-oriented physical training for the development of personal qualities and organizing abilities of the students studying in the civil higher education institution with profile "Fire safety".

Keywords: professional and application-oriented physical training; extremal specialties; personal qualities; organizing abilities.

Низкий уровень профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников ГПС МЧС России обусловлен тем, что профессиональными кадрами для неё являются выпускники специальности «Пожарная безопасность» гражданских технических вузов. Научно обоснованные технологии профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) для этих специалистов отсутствуют. Механический перенос методик из специализированных вузов МЧС России не возможен в связи с резко отличающимися требованиями федеральных государственных образовательных стандартов, содержанием учебных планов и программ подготовки таких специалистов, а также условий обучения. Это служит причиной низкого уровня ППФП выпускников гражданских вузов по сравнению со специализированными вузами и затрудняет их трудоустройство. В связи с этим разработка авторской технологии ППФП студентов гражданских технических вузов представляется актуальной.

Для достижения заданной цели было поставлено несколько задач, одной из которых стала – определить наиболее эффективные средства и методы физической культуры, развивающие и профессионально важные личностные качества, и организаторские способности специалистов, обучающихся в вузе по направлению подготовки «Пожарная безопасность».

С целью решения задач исследования были проведены следующие мероприятия:

- построена профессиограмма специалиста в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта;
- разработаны стандартные тренировочные программы (СТП) ППФП со специализированными комплексами упражнений, последовательностью их выполнения оптимальной величиной физических нагрузок и методические и организационные указания для реализации этих программ на учебных занятиях;
- определены наиболее значимые прикладные умения и навыки, физические способности, психофизиологические свойства и личностные качества будущего специалиста.

Арсенал физических упражнений и методы проведения занятий представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Основные средства и методы ППФП для развития личностных качеств и организаторских способностей студентов, обучающихся по направлению «Пожарная безопасность»

Направленность ППФП	Основные средства	Основные методы
Развитие качеств личности		
Решительность и смелость	Прыжки в глубину и длину, с обрывов, с крыши строения, из окна, прыжки с места через ручей, яму с водой, прыжки с дерева из положений виса и сидя, падение спиной назад, на руки товарища, падение с различной высоты на брезент, который держат 6—8 студентов или на руки, передвижение на высоте от 1,5 до 5м с сохранением равновесия, передвижение по бревну, перекинутому через ров, ручей, яму с водой, передвижение по веревочной лестнице, перекинутой через овраг	Строго регламентированного упражнения: интервальный метод. Игровой метод. Круговой метод
Находчивость	Выполнение различных упражнений одним из многих способов, но при этом его результативность должна быть максимальной. Например, преодоление полосы искусственных препятствий (горизонтальных и вертикальных). Спортивные игры	Игровой и соревновательный методы
Выдержанность и дисциплинированность	Различные спортивные игры, моделирующие напряженность соревновательной борьбы (равные по силам команды, или же наоборот, одна команда заранее дает «фору» другой). Шумовые помехи зрителей и болельщиков. Специально инсценированные судейские ошибки. Моделирование конфликтных ситуаций	Игровой и соревновательный методы
Целеустремленность	Выполнение различных двигательных тестов и функциональных проб на достижение максимального результата. Участие в соревнованиях между учебными группами, факультетами, курсами, вузами	Соревновательный метод
Организаторские способности		
Способность руководить, способность и уверенность к принятию самостоятельных решений, способность управлять собой	Командные спортивные игры: волейбол, баскетбол, гандбол, футбол. Исполнять роль капитана команды, разыгрывающего игрока. Инструкторская практика. Педагогическая практика — самостоятельное проведение упражнения или частей урока физической культуры со студентами. Ауто-тренинг и психорегулирующая тренировка	Игровой и соревновательный метод

Авторская технология ППФП студентов, обучающихся по направлению «Пожарная безопасность» позволила не только эффективно совершенствовать прикладные умения и навыки, но и повысить уровень развития физических способностей и психофизиологических свойств. В конце обучения значительно изменились показатели личностных качеств и организаторских способностей: смелость возросла на 65,3%, находчивость – на 30,2%, решительность – на 78,5%, выдержанность – на 92,8%, целеустремленность – на 31,2%. Вдумчивость, компетентность и серьёзное отношение к делу у студентов опытных групп повысились на 79,9%, качества лидера и умение руководить коллективом – на 62,8%. Высокий уровень ППФП и готовность к профессиональной деятельности подтверждаются 100% трудоустройством выпускников.

ЛИТЕРАТУРА

1. 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.
2. Бортнев, Д.А. Роль физической подготовки в профессиональной деятельности курсантов ВПТУ МЧС РФ / Д.А. Бортнев // Вестник ВИ МВД России. – Воронеж, 2005. – С. 9-12.
3. Ткачев, В.И. Содержание физической подготовки сотрудников ГПС МЧС России в составе пожарных расчетов : монография / В.И. Ткачев ; Белгородский гос. ун-т. – Белгород : [б.и.], 2006. – 121 с.
4. Чуприян, А.П. Современные проблемы противопожарной службы / А.П. Чуприян // Спасатель МЧС России. – 2004. – № 13. – С. 3.

REFERENCES

1. Nikolaev, 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.
2. Bortnev, D.A. (2005), "Role of physical training in professional activities of cadets of VPTU Ministry of Emergency Situations Russian Federation", *Messenger of Military institute of Ministry of Internal Affairs of Russia, Voronezh*, pp. 9-12.
3. Tkachev V.I. (2006), *Content of physical training of employees of GPS Emercom of Russia as a part of fire-fighting crews: monograph*, Belgorod State University, 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 22.04.2017

УДК 796.01:612

СРАВНЕНИЕ ВОЗРАСТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ВЕГЕТАТИВНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ ДЕТЕЙ С ВРОЖДЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА И ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ ПО СПЕКТРАЛЬНЫМ ПОКАЗАТЕЛЯМ ВАРИАБЕЛЬНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА

Владимир Анатольевич Клендар, соискатель,
Нина Александровна Гросс, кандидат педагогических наук, доцент,
Вадим Николаевич Морозов, доктор медицинских наук, профессор,
Екатерина Валерьевна Сынкova, соискатель,
ФГБУ «Федеральный научный центр физической культуры и спорта»
(ФГБУ ФНЦ ВНИИФК), Москва

Аннотация

В статье оцениваются возрастные особенности вегетативной нервной системы у детей с врожденной патологией двигательной сферы посредством анализа вариабельности сердечного ритма. Выявлено, что к подростковому периоду, у детей с ДЦП, вегетативный тонус оценивается как напряженный, с доминирующим влиянием симпатических спектральных показателей. Общая реактивность у детей и подростков с церебральным параличом по значениям спектральных показателей вариабельности сердечного ритма снижена или неадекватно высокая в сравнении с показателями таких же возрастных периодов здоровых детей.

Ключевые слова: дети с церебральным параличом, дефицит движений, снижение функциональных возможностей и резервов адаптации, вариабельность сердечного ритма.