

Авраменко В.И.¹, Дудус А.Н.², Кушнирчук И.И.³

ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КУРСАНТОВ ВУЗОВ ФСИН РОССИИ

¹ Военная академия материально-технического обеспечения имени генерала-армии А.В. Хрулева, Санкт-Петербург, Россия

² Санкт-Петербургский институт повышения квалификации работников ФСИН России, Санкт-Петербург, Россия

³ ФГБВОУ ВО «Военно-медицинская академия имени С.М. Кирова» МО РФ, ул. Ак. Лебедева 6Ж, Санкт-Петербург, Россия

Аннотация. Проведенные исследования свидетельствуют о низкой эффективности существующей программы по физической подготовке для курсантов вузов ФСИН России. Установлено, что большинство курсантов становятся полноценными специалистами лишь спустя определенное время после окончания вузов ФСИН России. Ломка привычного стереотипа жизни, нахождение в новом коллективе, повышенные физические и психические нагрузки, строгость режима, необходимость безусловного подчинения и выполнения других требований приводят к тому, что первые недели, а то и месяцы службы в подразделениях ФСИН России переносятся довольно тяжело. У них отмечаются повышенная заболеваемость, нервные срывы, некоторое снижение памяти, внимания, мыслительной деятельности, трудности в межличностном общении. Это негативно влияет на качество подготовки специалистов в целом.

Ключевые слова: требования к физической подготовленности, курсанты, выпускники вузов ФСИН России, особенности профессиональной деятельности

Avramenko V.I.¹, Dudus A.N.², Kushnirchuk I.I.³

ASSESSMENT OF FUNCTIONAL STATE AND PHYSICAL PREPAREDNESS OF CADETS OF UNIVERSITIES OF THE FEDERAL PENITENTIARY SERVICE OF RUSSIA

¹ Military Academy of Logistics, named after Army General A.V. Khruleva

² St. Petersburg Institute for Advanced Studies of Workers of the Federal Penitentiary Service of Russia, St. Petersburg

³ Military Medical Academy named after S.M. Kirova Ministry of Defense, Ak. Lebedeva 6Zh, St. Petersburg, Russia

Annotation. Studies have shown the low effectiveness of the existing physical training program for cadets of higher educational institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia. It was established that most cadets become full-fledged specialists only after a certain time after graduating from higher educational institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia. Breaking the usual stereotype of life, being in a new team, increased physical and mental stress, strict regime, the need for unconditional obedience and fulfillment of other requirements lead to the fact that the first weeks or even months of service in the FSIN of Russia are quite difficult. They have increased morbidity, nervous breakdowns, a slight decrease in memory, attention, mental activity, and difficulties in interpersonal communication. This negatively affects the quality of training of specialists in general.

Keywords: physical fitness requirements, cadets, graduates of higher educational institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia, features of professional activity

Введение. Накопленный опыт подготовки выпускников вузов ФСИН России свидетельствует о том, что физическая подготовка является наиболее важной частью их обучения и воспитания в вузах ФСИН России.

Во время исполнения выпускниками вузов ФСИН России профессиональных обязанностей требуется высокий уровень физической подготовленности, и особенно выносливости. [2].

Функциональные возможности организма выпускников вузов ФСИН России должны обеспечить высокоактивные действия по выполнению поставленных задач. [2].

Из выше изложенного видно, что характер и величина физических нагрузок и психических напряжений, испытываемых выпускниками вузов ФСИН России в процессе профессиональной деятельности, в существенной степени сказывается на требованиях к развитию у них определенных физических и специальных качеств.

Цель исследования. Дать оценку функционального состояния и физической подготовленности курсантов вузов ФСИН России

Результаты и обсуждение

В структуре готовности выпускников вузов ФСИН России первостепенное значение физического состояния вытекает из правильного понимания сущности личности человека, анализа различных физических качеств, для успешности выполнения задач.

Как известно, личность человека является продуктом, с одной стороны, его природной организации, а с другой – условий, окружающих человека в течение всей жизни. Поэтому различные физические свойства и физическая организация лю-

дей являются важной частью их поведения и эффективности действий. [1,3-17].

Из этого следует, что важную роль в структуре личности курсантов вузов ФСИН России вместе с духовными качествами играют различные показатели их физического состояния. Еще в прошлом веке было научно доказано значение физических данных для успешного выполнения различных задач.

Таким образом, большое значение различных показателей физического состояния выпускников вузов ФСИН России в структуре их готовности к профессиональной деятельности неоспоримо. Физическое развитие, функциональное состояние организма и физическая подготовленность курсантов вузов ФСИН России положительно влияют на многие параметры профессиональной деятельности. [2].

Решая ответственную задачу подготовки высококвалифицированных специалистов в вузах ФСИН России, образовательная организация добивается гармоничного развития всех качеств у курсантов, определяющих его профессиональную готовность к исполнению обязанностей на должности в соответствии с его предназначением. Значительная роль в формировании личности курсанта, его готовности к будущей профессиональной деятельности принадлежит физической подготовке.

С целью определения эффективности программы по физической подготовке нами было проведено исследование функционального состояния и физической подготовленности курсантов вузов ФСИН России. Результаты этого исследования представлены в таблицах 1, 2.

Таблица 1

Показатели функционального состояния курсантов вузов ФСИН России (n = 68)

№ п/п	Показатели	Ед. изм.	Значение (x ± m)	
			Исх. уровень	В конце обучения
1	Гарвардский степ-тест	баллы	88,78 ± 1,81	89,13 ± 1,78
2	Проба Штанге	с	57,28 ± 1,41	57,27 ± 1,4
3	Проба Генчи	с	30,88 ± 1,27	31,16 ± 1,26
4	ЧСС	уд/мин.	74,92 ± 1,4	75,23 ± 1,38

Таблица 2

Показатели физической подготовленности курсантов вузов ФСИН России (n = 68)

№ п/п	Физические упражнения	Ед. изм.	Значение (x ± m)	
			Исх. уровень	В конце обучения
1	Подтягивание на перекладине	кол-во раз	8,2 ± 0,39	8,6 ± 0,42
2	Бег на 100 м	с	14,1 ± 0,12	14,2 ± 0,15
3	Бег на 1 км	с	233,2 ± 1,87	237,3 ± 1,91

Практика показала, что большинство выпускников вузов ФСИН России становятся полноценными специалистами лишь спустя определенное время после окончания вуза. Ломка привычного стереотипа жизни, нахождение в новом коллективе, повышенные физические и психические нагрузки, строгость режима, необходимость безусловного подчинения и выполнения других требований приводят к тому, что первые недели, а то и месяцы службы значительная часть молодых выпускников переносит довольно тяжело. У них отмечаются повышенная заболеваемость, нервные срывы, некоторое снижение памяти, внимания, мыслительной деятельности, трудности в межличностном общении. Это негативно влияет на службу.

Установлено, что у «лучших» по физической подготовленности выпускников показатели физического развития (жизненная емкость легких, сила кисти и др.) обычно незначительно снижается лишь в первые, 2-3 недели службы, а затем начинают повышаться и ко второму месяцу службы уже превышают исходный уровень. Некоторое ухудшение функционального состояния организма просматривается лишь в течение первого месяца. Самочувствие, активность, настроение из-

меняются незначительно. К концу первого месяца службы уровень физической подготовленности этих молодых выпускников, как правило, соответствует исходным данным, в дальнейшем он начинает возрастать.

У «худших» происходят более выраженные изменения показателей физического состояния и более длительное возвращение их к исходному уровню. Они начинают расти лишь через 1,5-2 месяца после начала службы. Из этого вытекает необходимость целенаправленного использования физической подготовки как средства ускорения адаптации выпускников к профессиональной деятельности.

Заключение. Проведенные исследования свидетельствуют о низкой эффективности существующей программы по физической подготовке для курсантов вузов ФСИН России. Методически грамотное применение соответствующих физических упражнений в ходе обучения в вузах ФСИН России будет способствовать мобилизации защитных сил организма курсантов, разрядке нервно-эмоционального напряжения, а также существенному повышению эффективности профессионального обучения.

Список источников

1. Bakayev V.V., Bolotin A.E. and You C. (2018), "Reaction of vegetative nervous system to loads in female long - distance runners with different fitness level", *Journal of Human Sport and Exercise*, (JHSE) 13(2), pp. 245-252.
2. Bolotin A.E. (2015), "Pedagogical model for developing the professional readiness of cadets studying at higher education institutions affiliated with the GPS of the MChS with the use of physical training aids", *Journal of Physical Education and Sport*, (JPES) 15(3), pp.417-425.
3. Bolotin A.E. and Bakayev V.V. (2016), "Efficacy of using isometric exercises to prevent basketball injuries", *Journal of Physical Education and Sport*, (JPES) 16(4), Art. 188, pp.1177-1185.
4. Bolotin A.E. and Bakayev V.V. (2017), "Method for training of long distance runners taking into account bioenergetic types of energy provision for muscular activity", 5-th International Congress on sport sciences research and technology support (icSPORTS 2017) (30-31 October, 2017, Funchal, Madeira, Portugal), pp.126-131.
5. Bolotin A.E. and Bakayev V.V. (2017), "Pedagogical conditions necessary for effective speed-strength training of young football players (15-17 years old)", *Journal of Human Sport and Exercise*, (JHSE) 12(2), pp. 405-413.
6. Bolotin A.E. and Bakayev V.V. (2017), "Response of the respiratory system of long and middle distance runners to exercises of different types", *Journal of Physical Education and Sport*, (JPES) 17(5), Art. 231, pp.2214-2217.
7. Bolotin A.E. and Bakayev V.V. (2017), "Structure of the parameters that define the preparedness of archers for competitive struggle", *Journal of Physical Education and Sport*, (JPES) 17(3), Art. 181, pp.1177-1179.
8. Bolotin A.E., Bakayev V.V. and You C. (2018), "Comparative analysis of myocardium repolarization abnormalities in female biathlon athletes with different fitness levels", *Journal of Human Sport and Exercise*, (JHSE) 13(2), pp. 240-244.
9. Bolotin A.E., Bakayev V.V. and You C. (2018), "Comparative analysis of myocardium repolarization abnormalities in female biathlon athletes with different fitness levels", *Journal of Human Sport and Exercise*, (JHSE) 13(2), pp. 240-244.
10. Bolotin A.E., Bakayev V.V. and You C. (2018), "Pedagogical practice for development of coordination potential of MMA fighters and estimation of its efficiency", *Journal of Human Sport and Exercise*, (JHSE) 13(1), pp. 72-88.
11. Bolotin A.E., Bakayev V.V., Orlova N.V. and Kozulka A.N. (2017), "Peculiarities of time structure and of biomechanical organization of a construction of motor actions in the hammer throw", 8-th International scientific conference on kinesiology (May 10-14, 2017, Opatija, Croatia), pp.137-141.
12. Bolotin, A., Bakayev, V., Vasilyeva, V., & Bobrishev, A. (2019), "Factor structure of technical preparedness of judokas of various somatic types", *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(4proc), pp. 698-705.
13. Апчел В.Я., Цыган В.Н. Стресс и стрессустойчивость человека. ВМедА, СПб, 1999. 202 с.
14. Бакаев, В.В. Факторы, определяющие спортивную специализацию лыжников-гонщиков. Теория и практика физической культуры. – 2015. - № 2 – С.40-41.
15. Бехтерев В.М. Вопросы общественного воспитания. Психоневрологический институт. Москва, 1910. 41 с.
16. Болотин А.Э. и др. Болотин А.Э. Сильчук А.М., Сильчук С.М. Педагогическая модель физической подготовки курсантов Военно-медицинской академии им. С.М. Кирова с акцентированным развитием выносливости. Вестник Рос. воен.-мед. акад. 2016. № 1 (53). С. 256-259.
17. Болотин, А.Э. Типологические признаки образовательной среды, необходимые для эффективного профессионального развития курсантов в вузах внутренних войск МВД России. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. - № 5 (99). – С. 16-21.
18. Борисов Д.Н. и др. Современные подходы к информатизации динамики показателей жизненно важных функциональных мероприятий // Клиническая патофизиология. 2017. Т. 23. № 3. С. 95-100.
19. Григорьев С.Г. и др. Пакет прикладных программ Statgraphics на персональном компьютере. СПб, 1992. 104 с.
20. Гублер Е.В., Генкин А.А. Применение критериев непараметрической статистики для оценки различий двух групп наблюдений в медико-биологических исследованиях. Москва, 1969. 31 с.
21. Зайцев Г.К., Колбанов В.В., Колесникова М.Г. Педагогика здоровья: образовательные программы по валеологии. СПб, 1994. 78 с.
22. Иванов В.В. и др. Решение военно-медицинских задач с использованием общего программного обеспечения. СПб, 2017. Том Часть 1 MS Excel. 185 с.
23. Иванов В.В. и др. Решение военно-медицинских задач с использованием общего программного обеспечения. СПб, 2019. Том Часть 2 MS Word. 96 с.
24. Каминский Л.С. Статистическая обработка лабораторных и клинических данных: применение статистики в научной и практической работе врача. Ленинград, 1964. (2-е издание). 252 с.
25. Корольков А.А., Петленко В.П. философские проблемы теории нормы в биологии и медицине. Москва, 1977. 391 с.
26. Крестовников А.Н. Очерки по физиологии физических упражнений Москва, 1951. 532 с.
27. Курамшин Ю.Ф. и др. Теория и методика физической культуры. Учебник / Москва, 2003. 463 с.
28. Маклаков А.Г. Основы психологического обеспечения профессионального здоровья военнослужащих. автореферат дисс... СПб, 1996. 37 с.
29. Болотин А.Э., Сильчук А.М., Сильчук С.М. Нагрузочная проба для оценки анаэробной выносливости военнослужащих. Вестн. Рос. воен.-мед. акад. – 2015. – № 2 (50). – С. 154-156.
30. Новиков В.С. и др. Физиология экстремальных состояний. СПб, 1998. 196 с.
31. Петленко В.П. Основные методологические проблемы теории медицины. Ленинград, 1982. 115 с.
32. Сапов И.А., Солодков А.С. Состояние функций организма и работоспособность. Ленинград, 1980. 192 с.
33. Серговец А.А. и др. Современная функциональная диагностика и искусственный интеллект // Воен.-мед. журн. 2020. Т. 341. № 2. С. 40-45.
34. Степанов А.П. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Омск, 2019. Том Часть 1 Основы безопасности жизнедеятельности. 299 с.
35. Ушаков И.Б., Кукушкин Ю.А., Богомолов А.В. Физиология труда и надежность деятельности человека / Российская академия наук, Отделение биологических наук. Москва, 2008. 113 с.
36. Фисун А.Я. и др. Системные и надсистемные факторы медицинского обеспечения. Материалы всерос. науч. –практ. конф. 2019. С. 70-72.
37. Шеголев В.А., Шедрин Ю.Н. Теория и методика здорового образа жизни с использованием средств физической культуры. СПб, 2011. 210 с.
38. Юнкеров В.И. и др. Математико-статистическая обработка данных медицинских исследований. СПб, 2005. 292 с.
39. Юнкеров В.И., Григорьев С.Г., Резванцев М.В. Математико-статистическая обработка данных медицинских исследований. СПб, 2011. (3-е издание, дополненное). 318 с.
40. Яцык, Ф.З. Эффективность комплексного применения дыхательных упражнений в процессе развития выносливости у биатлонисток. «Физическая культура, спорт – наука и практика». – 2019. - № 1. – С.30-36.