

Помогаева Н.С.¹, Авраменко В.И.², Дергачев В.Б.³

СТРУКТУРА ТРЕБОВАНИЙ К ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КУРСАНТОВ ВУЗОВ ФСИН РОССИИ

¹ Санкт-Петербургский институт повышения квалификации работников ФСИН России, СПб

² Военная академия материально-технического обеспечения имени генерала-армии А.В. Хрулева

³ ФГБВОУ ВО «Военно-медицинская академия имени С.М. Кирова» МО РФ, г. СПб, ул. Ак. Лебедева, д. 6, Россия

Аннотация. Установлено, что в настоящий момент все процессы, которые протекают в различных сферах жизни нашего общества, предъявляют все новые, более высокие требования к выпускникам вузов ФСИН России. При этом наблюдается недостаточное соответствие физической подготовленности курсантов вузов ФСИН России особенностям профессиональной деятельности. Проведенные исследования показали, что физическая подготовка курсантов полностью оторвана от специфики возможной будущей профессиональной деятельности выпускников вузов ФСИН России.

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

Pomogaeva N.S.¹, Avramenko V.I.², Dergachev V.B.³

STRUCTURE OF REQUIREMENTS FOR PHYSICAL PREPAREDNESS OF CADETS OF UNIVERSITIES OF THE FEDERAL PENITENTIARY SERVICE OF RUSSIA

¹ St. Petersburg Institute for Advanced Studies of Workers of the Federal Penitentiary Service of Russia, St. Petersburg

² Military Academy of Logistics, named after Army General A.V. Khruleva

³ S.M. Kirov Military Medical Academy of the Ministry of Defense, St. Petersburg, Ac. Lebedeva, 6, Russia

Abstract. It has been established that at the moment, all the processes that take place in various spheres of life in our society present ever new, higher requirements for graduates of higher educational institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia. At the same time, there is a lack of physical fitness among cadets of higher educational institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia for the characteristics of professional activity. The studies showed that the physical training of cadets is completely divorced from the specifics of the possible future professional activity of graduates of higher educational institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia.

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

В настоящий момент все процессы, которые протекают в различных сферах жизни нашего общества, предъявляют все новые, более высокие требования к выпускникам вузов ФСИН России. [2]. При этом наблюдается недостаточное соответствие физической подготовленности курсантов особенностям профессиональной деятельности, о чем свидетельствуют отзывы с мест службы выпускников вузов ФСИН России.

Наряду с этим, вся поступающая информация содержит разрозненный и довольно противоречивый характер.

Она не позволяет принимать конкретные меры для повышения качества обучения и воспитания курсантов не только по профилирующим дисциплинам, но и по физической подготовке. [2,3,7,15,17].

Для получения необходимых для нас объективных данных касающихся уровня профессиональной и физической подготовленности выпускников вузов ФСИН России, нами были проанализированы результаты анкетирования 110 молодых специалистов и 20 начальников. Всего в анкетировании приняло участие более 130 человек.

В итоге проведения анкетирования было установлено следующее: 28,7% опрошенных нами выпускников вузов ФСИН России отметили, что уровень их профессиональной и физической подготовленности не обеспечивает эффективного выполнения ими служебных задач.

С момента самостоятельной служебной деятельности в качестве основных трудностей 13,6% выпускников отнесли отсутствие какого-либо практического опыта; 9,1% – нетвердые навыки взаимодействия; 7,3% – неумение правильно применять полученные знания на практике; 2,2% – недостаточное умение общаться с коллегами.

Проведенное анкетирование начальников подразделений показало, что лишь 42% из них считают профессиональную и физическую подготовленность выпускников вузов ФСИН России достаточной для выполнения служебных задач.

В качестве основных недостатков при вхождении молодых специалистов в должность 21,4% их начальников, связывают с отсутствием практических навыков в работе; 17,6% – с недостаточным уровнем развития методических навыков; 11,4% – с наличием недостаточно твердых прикладных навыков; 10,7% – с низким уровнем развития специальных физических качеств; 8,3% – с отсутствием навыков в работе с подчиненными; 8,7% – отмечают боязнь принятия самостоятельных решений в сложной обстановке, 6,7% – неумение решать несколько служебных задач одновременно; 4,4% – отрицательные черты характера; 3,6% – отмечают непрочные навыки взаимодействия.

В целом, 46,5% экспертов отметили работу выпускников вузов ФСИН России с оценкой «хорошо», 51,5% – «удовлетворительно» и только 2% – «неудовлетворительно». Около 20% экспертов считают, что у выпускников вузов ФСИН России нет перспективы продвижения по службе.

Результаты проведенного опроса специалистов свидетельствуют о том, что у значительной части выпускников уровень специальной физической подготовленности недостаточно отвечает требованиям, которые предъявляет к ним специфика профессиональной деятельности.

В интересах решения этой задачи исследования существенный интерес представляло изучение зависимости успешности успеваемости курсантов по отдельным учебным дисциплинам программы обучения с уровнем физической подготовленности и развития у них наиболее значимых физических качеств.

Для этого нами было проведено исследование с привлечением курсантов в количестве 30 человек. Все исследуемые были разделены нами на три группы в зависимости от уровня их физической подготовленности «лучшие», «средние» и «худшие» численностью по 10 человек в каждой.

Десять случайных результатов нами были включены из общей совокупности выборки. Результаты исследования взаимосвязи успеваемости

курсантов по учебным дисциплинам программы обучения в зависимости от уровня их физической подготовленности представлены в таблице 1.

В ходе исследования было установлено, что система подготовки курсантов, слишком перегружена теоретическими занятиями по различным дисциплинам и характеризуется оторванностью от реальных условий осуществления деятельности

будущих специалистов. Установлено, что учебный процесс направлен, преимущественно, на повышение теоретической подготовленности. Его основным недостатком является слабая связь между смежными дисциплинами и физической подготовкой, не позволяющая комплексно формировать у курсантов профессиональные умения и навыки.

Таблица 1

Результаты взаимосвязи успеваемости курсантов вузов ФСИН России с уровнем их физической подготовленности

Учебная дисциплина программы обучения	Группа, $\bar{x} \pm m$		
	лучшие	средние	худшие
Иностранный язык	4,1 $\pm$ 0,16	4,0 $\pm$ 0,17	3,8 $\pm$ 0,13
Уголовное право	3,9 $\pm$ 0,12	3,8 $\pm$ 0,12	3,4 $\pm$ 0,12
История	3,5 $\pm$ 0,14	3,4 $\pm$ 0,11	3,2 $\pm$ 0,14
Боевые приемы борьбы	3,6 $\pm$ 0,13	3,5 $\pm$ 0,14	3,3 $\pm$ 0,13
Огневая подготовка	3,8 $\pm$ 0,15	3,6 $\pm$ 0,14	3,4 $\pm$ 0,12
Эксплуатация оборудования, сигнализации и техники	4,3 $\pm$ 0,17	4,1 $\pm$ 0,16	3,7 $\pm$ 0,14
Гражданское право	4,2 $\pm$ 0,15	4,1 $\pm$ 0,14	3,6 $\pm$ 0,13
Характеристика функционирования УИС	4,3 $\pm$ 0,16	4,3 $\pm$ 0,12	3,3 $\pm$ 0,14

Физическая подготовка является наиболее эффективным средством для формирования профессиональной подготовленности к выполнению служебных задач. В ходе занятий по физической подготовке выполняются физические упражнения, которые направлены не только на совершенствование основных физических качеств (выносливости, силы, быстроты, ловкости), но и на выполнение профессиональных двигательных действий. В результате обобщения результатов анкетирования нами было установлено, что для курсантов вузов ФСИН России физическая готовность к действиям, как в условиях повседневной деятельности, так и в экстремальных условиях является наиболее главным фактором успешности их профессиональной деятельности.

Для уточнения особенностей профессиональной деятельности выпускников вузов ФСИН России, нами было проведено изучение их учебно-боевой деятельности. Результаты проведенного опроса позволили установить, что 76% опрошиваемых респондентов высказали заметную физическую усталость в конце рабочего дня и недостаточную восстанавливаемость своей работоспособности к началу следующего дня.

И лишь 24% чувствовали незначительную усталость в конце рабочего дня и полностью восстанавливались к началу следующего рабочего дня. Результаты наших исследований свидетельствуют о необходимости целенаправленного развития специальных физических качеств у выпускников вузов ФСИН России.

С целью определения степени значимости различных физических качеств, для эффективного выполнения учебно-боевых задач, нами было проведено анкетирование специалистов, имеющих непосредственное отношение к процессу физической культуры, стаж работы которых составил более пяти лет, а также преподавателей кафедр физической подготовки. Всего в анкетировании приняло участие 45 человек. Анализ полученных результатов анкетирования свидетельствует о том, что наиболее важным физическим качеством для выполнения служебных задач, является «выносливость». Оценка ее значимости составила 4,63 балла по 5-балльной шкале. Несколько меньшим средним баллом были оценены респондентами «сила» и «силовая выносливость» (4,00 балла). Оценка «двигательно-координационных способностей» составила 3,88 балла. Примерно на таком же уровне было оценено физическое качество «быстрота» – 3,78 балла. Значительно ниже уровень, по оценкам респондентов, физического качества «гибкость», что выразилось в 2,44 балла. При определении значимости средств развития выносливости, этими же респондентами было отмечено наиболее эффективным применение равномерного бега на 3000 - 5000 м (при ЧСС 140-160 ударов в минуту). Оценка здесь составила 4,44 балла по 5-балльной шкале. Бег по глубокому снегу (при ЧСС 165-180 ударов в минуту) оценен в 4,31 балла; двусторонняя игра в баскетбол, футбол, регби до 45 минут – 3,69 балла. Для развития силовых и скоростно-силовых качеств эксперты выделяют, в пер-

вую очередь, жим гири 16-24 кг в максимальном темпе (4,13 балла).

Значительная роль отводится упражнениям в приседании с отягощениями 50-80% веса от максимального индивидуального (3,65 балла), спаррингу в борьбе с более тяжелым соперником до явного утомления (3,28 балла), подтягиванию на высокой перекладине максимальное количество раз (2,82 раза). Следует отметить, что для развития двигательных способностей наибольшее значение респондентами уделено применению спортивных игр: баскетбол, регби, футбол, проводимых как на ограниченной площадке, так и с увеличенным количеством игроков (4,54 балла). Для развития быстроты высока значимость применения спортивных игр (4,30 балла) и челночного бега (3,54 балла). Таким образом, проведенный опрос показал, что для выпускников вузов ФСИН России наиболее важными являются следующие качества: общая и силовая выносливость, сила, быстрота мышления и эмоциональная устойчивость.

Список источников

1. Бакаев, В.В. Факторы, определяющие спортивную специализацию лыжников-гонщиков. Теория и практика физической культуры. – 2015. - № 2 – С.40-41.
2. 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.
3. 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.
4. 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. Вестн. Рос. воен.-мед. акад. – 2016. – № 1 (53). – С. 256-259.
5. 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.
6. 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.
7. 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.
8. 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.
9. 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.

Заключение

1. Результаты проведенного опроса специалистов свидетельствуют о том, что у значительной части выпускников вузов ФСИН России уровень специальной физической подготовленности недостаточно отвечает требованиям, которые предъявляет к ним специфика профессиональной деятельности.

2. Установлена необходимость преимущественного использования упражнений аэробного характера для развития общей выносливости, а также специальных средств, для развития силы и силовой выносливости.

Эти физические качества, по мнению специалистов, будут способствовать эффективному выполнению служебных задач.

3. Проведенные исследования показали, что физическая подготовка курсантов полностью оторвана от специфики возможной будущей профессиональной деятельности выпускников вузов ФСИН России.

10. 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.
11. 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.
12. 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.
13. 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.
14. 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.
15. 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.
16. 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.
17. 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.