

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОРРЕЛЯТЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ГПС МЧС РОССИИ

**М.Т. Лобжа, доктор педагогических наук, профессор,
заслуженный работник высшей школы РФ;**

Х.И. Цечоев.

Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России;

Е.Ю. Степкина.

**Российская академия народного хозяйства и государственной службы при
президенте Российской Федерации Северо-Западный Институт**

Показано, что в воспитании психических качеств сотрудников ГПС МЧС России важную роль играет профессионально-прикладная физическая культура. Анализируются ее роль и место в психологической подготовке изучаемого контингента, выявляются предпосылки дифференциации психологии физической подготовки как теоретического фундамента психологической подготовки сотрудников ГПС МЧС России.

Ключевые слова: психологическая подготовка и готовность, физическая подготовка, пути воспитания психических качеств, психология физической подготовки

PSYCHOLOGICAL CORRELATION FOR PROFESSIONAL APPLIED PHYSICAL TRAINING OF PERSONNEL OF STATE FIRE SERVICE OF EMERCOM OF RUSSIA

M.T. Lobza; H.I. Tsechoev.,

Saint-Petersburg university of State fire service of EMERCOM of Russia

E.Y. Stepkina.

Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration

North-West Institute

The article illustrates the important role of professional applied physical training in psychological qualities development. The role and place of physical training in the system of psychological development is analyzed and precondition are revealed for differentiation of psychology of physical training of personnel of State fire service of EMERCOM of Russia.

Key words: psychological training, psychological readiness, physical training, methods of education of psychological qualities, psychology of physical education

Физическая культура является одной из учебных дисциплин профессионального образования курсантов и слушателей – будущих специалистов ГПС МЧС России. Она направлена на обеспечение физической готовности к овладению избранной профессией и дальнейшей успешной служебной деятельности. Чтобы достичь эту цель необходимо в процессе занятий физическими упражнениями решить ряд задач, связанных с развитием двигательных способностей занимающихся, формированием у них знаний, умений и навыков в области физической культуры.

Служебно-боевая деятельность специалистов пожарно-спасательного профиля связана с различными по характеру и значительными по величине физическими нагрузками и нервно-психическими напряжениями. Поэтому ещё на этапе профессионального обучения физическая культура должна учитывать специфику будущей трудовой деятельности обучаемого контингента (условия и характер труда, его формы и виды, режим труда и отдыха, структуру и динамику работоспособности и т.п.) и обеспечивать физическую готовность к успешному перенесению неблагоприятного воздействия различных конкретных факторов при выполнении служебных обязанностей.

В теории и практике физической культуры эти задачи решаются в рамках одной из её самостоятельных форм – профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП), в силовых структурах она называется физической подготовкой (ФП). Именно в этой форме физкультурно-спортивной деятельности учитывается специфика и конкретность требований профессии к физической готовности человека.

Для обеспечения физической готовности специалиста к надёжному и качественному выполнению своих служебных обязанностей необходимо в процессе ППФП решить следующие задачи: сформировать прикладные знания, умения и навыки; воспитать соответствующие физические, психические и специальные качества.

Структура профессиональной готовности, кроме физической, имеет ещё ряд других видов готовности, отражающих специфические особенности трудовой деятельности, одна из которых – психическая готовность. Более того, в силу своей феноменологии, психика вообще и отдельные её корреляты, в частности, в существенной степени определяют эффективность формирования других видов готовности, в том числе и физической.

Успешность служебно-профессиональной и физкультурно-спортивной деятельности в значительной мере обусловлена различными компонентами психической готовности человека [1–5].

Психическая готовность к действиям (в том числе и в экстремальных условиях) является результатом процесса психологической подготовки. Но дело всё в том, что как процесс она осуществляется стихийно, без конкретной интегральной программы, различными кафедрами, специалистами, средствами, формами и т.п. Если, например, огневая, строевая, тактическая и другие виды боевой (служебно-боевой) подготовки в силовых ведомствах являются одним из её составных частей, то психологическая подготовка таковой не является. Более того, каждый из вышеуказанных разделов имеет свои специфические средства, которые и обуславливают их относительно автономное существование и целенаправленное проведение как учебной дисциплины.

Психологическая подготовка в силу своего особого характера имеет довольно широкий и разноплановый спектр средств, с помощью которых достигается психическая готовность к конкретной профессиональной деятельности. Ведь психика, как объект этой подготовки, является средством высокоорганизованной материи (то есть мозга), способным субъективно отражать объективно существующую реальную действительность [6, 7]. Поэтому психические качества, состояния и личностные свойства можно развивать, формировать и оптимизировать практически на всех учебных дисциплинах образовательного процесса, в том числе и на физической подготовке.

Тот факт, что физическая культура (в том числе её профессионально-прикладная форма) является одним из эффективнейших средств совершенствования психики человека в обыденном сознании уже стало постулатом. Но для теории и практики формирования психической готовности такое постулирование неприемлемо, ибо требует скрупулёзной дифференциации казуальности каждого психического феномена (явления) от особенностей физкультурно-спортивной деятельности.

Учёные-психологи в области физической культуры практически единодушно отмечают, что в наибольшей степени у занимающихся совершенствуются эмоциональные и волевые качества. Вероятно, по этой причине многие практики отождествляют психическую готовность, устойчивость с высоким уровнем развития именно этих сторон психики [8–11].

Физическая подготовка, особенно спортивные соревнования, как модель эмоционально-психического напряжения человека, показывают, что величина и направленность изменений показателей в основном совпадают с аналогичными показателями эмоционально-психического напряжения в ходе служебно-боевой деятельности. Более того, выявлено, что эмоционально-психическое напряжение, вызванное условиями служебно-боевой и спортивно-соревновательной деятельностью, по своей динамике подчиняется закономерностям Йоркса-Додсона.

Физкультурно-спортивная деятельность характеризуется наличием ряда факторов, создающих экстремальные условия и требующих задействования практически всех психических процессов, особенно эмоционально-волевой сферы человека. Успешность занятий физической культурой, результативность учебно-тренировочной и соревновательной деятельности, с одной стороны, обуславливает актуализацию всех психических качеств (процессов) и в существенной мере зависит от них, а с другой – оказывает на них положительное влияние.

Физкультурно-спортивные мероприятия предстают смысловой, деятельностной основой, фоном, на котором педагогические воздействия преподавателя, тренера оказывают влияние на психику (особенно её эмоционально-волевую сферу) занимающихся. Изоморфизм структуры психоэмоционального напряжения в ходе служебно-боевой и соревновательной деятельности обуславливает целенаправленное использование средств ППФП для совершенствования процесса психологической подготовки личного состава.

Известно, что различные физические упражнения и виды спорта оказывают неодинаковое воздействие на психические качества. Вероятно, феноменология конкретных видов спорта и упражнений определяет специфику экстремальности и меру эмоциогенности условий для занимающихся. Поэтому тренеру, преподавателю крайне важно знать и учитывать именно условия, которые создаются в процессе учебно-тренировочной работы, соревновательной и коммуникативной деятельности при занятии конкретным видом спорта его учеников. Это позволит более эффективно и целенаправленно формировать психические качества, которые имеют существенное значение для успешности дальнейшей учебной служебно-боевой деятельности специалистов пожарно-спасательного профиля.

Всю библиографию по психологической подготовке с помощью физических упражнений условно можно разделить на две группы:

1. Теоретические проблемы использования физических упражнений в психической подготовке.

2. Общие и частные подходы к решению задач психологической подготовки с помощью различных разделов ФП.

Теоретический анализ и обобщение литературы по данной проблематике позволяет сделать вывод о том, что воспитание профессионально-важных психических качеств возможно лишь при сознательной постановке конкретных воспитательных задач, решение которых осуществляется с помощью различных физических упражнений и разнообразных методических приёмов их выполнения.

Практика и результаты научных исследований выделяют два пути воспитания психических качеств в процессе ФП:

- использование таких физических упражнений и видов спорта, которые наиболее эффективно развивают профессионально-важные психические качества;

- применение специальных методических приёмов во время выполнения физических упражнений.

В исследованиях [12, 13] выявлена психограмма, отражающая ряд психических качеств, имеющих наиболее важное значение для успешности профессиональной деятельности специалиста ГПС. Так, наивысшие ранговые места занимают процессы мышления и аттенционные качества, достаточно высоко эксперты поставили имажинитивные и волевые способности. Используя эти данные, специалисту по ФП не

составит большого труда подобрать физические упражнения, требующие наибольшего проявления именно этих психических качеств.

Важное значение в воспитании психических качеств имеют методические приёмы, они разделены на следующие таксонометрические группы, направленные на преимущественное:

- проявление необходимых психических качеств;
- побуждение занимающихся к преодолению трудностей, возникающих при выполнении того или иного упражнения;
- обеспечение успеха при обучении упражнениям, обуславливающим актуализацию необходимых психических качеств.

Необходимо отметить, что для решения задач, связанных с практическим проведением отмеченных путей воспитания психических качеств средствами ФП, методических трудностей нет. Проблемы физической подготовки с помощью физических упражнений существуют на теоретико-методологическом уровне.

Известно, что практика является критерием истинности и условием развития любой теории. Последняя, являясь высшей формой научного знания, позволяет создать целостное представление о закономерностях развития изучаемого объекта, его существенных связях (внутренних и внешних). Теория как бы освещает практике дорогу, путь реализации конкретных задач при достижении цели той или иной деятельности.

В практике формирования психических качеств роль подобного прожектора может играть (и играет до сих пор) такая отрасль научных знаний, как «Теория и организация физической подготовки». Однако с годами, по мере накопления эмпирическо-экспериментального материала по данной проблеме, этой отрасли научных знаний всё труднее выполнять функцию теоретического фундамента, раскрывающего специфику формирования психических качеств в процессе ФП. Причин здесь много:

- усложнение служебно-профессиональной деятельности, увеличение в ней доли стресс-факторов и как следствие, повышение требований к уровню физической подготовленности и эффективности процесса ФП;
- изменение характера влияния ФП на успешность выполнения служебных обязанностей;
- усиление интегративности отдельных компонентов в структуре профессиональной готовности личного состава ГПС и усложнение их связей между собой вообще и с физической готовностью, в частности;
- динамика структуры профессионально-важных психических качеств, её компонентов и т.п.

Теория и организация физической подготовки, как научная дисциплина, в этом смысле себя исчерпала. Её теоретической мощности уже недостаточно, чтобы успешно выполнять функцию методологического фундамента психологической подготовки в системе ФП.

Выход из этой ситуации один – осуществить поиск связи «Теории и организации ФП» с другими отраслями научных знаний и в первую очередь с психологией.

Вероятно, должна быть такая отрасль научных знаний, которая интегрировала бы в границах своего предмета исследования специфику формирования психической готовности в рамках ФП как педагогического процесса. Можно предположить, что роль такого интегратора успешно будет играть «Психология физической подготовки». Психологическая сторона обеспечивает единство сознания и деятельности субъекта как объекта психологической подготовки. Её результат – психическая готовность – составляет гностическую часть предмета данной отрасли науки.

Физическая подготовка обеспечивает условия для проявления и развития компонентов психической готовности и составляет процессуальную часть предмета рассматриваемой научной отрасли.

Теоретический анализ и обобщение ряда библиографических источников, опыта научных исследований и практической организации физической подготовки позволяют

сделать вывод о её существенной роли в неспецифическом воздействии на психику занимающихся:

- совершенствование психических качеств;
- воспитание морально-политических качеств;
- развитие социально-психологических свойств личности и совершенствование боевой слаженности подразделений ГПС.

Таким образом, роль и место, занимаемое психологическими компонентами в процессе физического совершенствования специалистов ГПС, а также специфика их физкультурно-спортивной деятельности позволяют говорить о психологии физической подготовки как о специфической отрасли психологической науки. Объектом её рассмотрения являются:

- специалист физической подготовки и спорта как личность и организатор психологической подготовки с помощью физических упражнений;
- сотрудники ГПС, непосредственно занимающиеся и проводящие физическую подготовку как личности, а также подразделения ГПС как физкультурно-спортивные коллективы;
- психологические аспекты процесса физического совершенствования как совместная деятельность начальника и подчинённых.

Предметом психологии физической подготовки являются закономерности процесса формирования психической готовности сотрудников ГПС с помощью физических упражнений управления этим процессом.

Психическая готовность понимается как определённый уровень развития психических и личностных качеств, обеспечивающих успешность служебно-профессиональной деятельности. Наряду с другими компонентами она входит в структуру боевой готовности. Не умаляя их значимости психическая готовность занимает особое место. Во-первых, посредством психики осуществляется отражение объективной действительности и объективизирование отражённого в поведении, деятельности, в том числе и служебно-профессиональной. Поэтому каждый из факторов индивидуальной боевой готовности несёт на себе отпечаток психического начала. Во-вторых, если недостаточный уровень других компонентов боевой готовности может привести к снижению качества, эффективности и надёжности выполнения боевой (учебно-боевой) задачи, то низкий уровень психической готовности, а точнее отсутствие таковой, часто является одной из причин её невыполнения.

Таким образом, объективная необходимость существования психической готовности, как одного из важнейших компонентов боевой готовности, обуславливает актуальность выделения психологии физической подготовки в качестве одной из отраслей психологической науки. Для этого достаточно оснований.

Во-первых, существует достаточно большое количество офицеров-специалистов, для которых деятельность в области физической подготовки является профессиональной. Следовательно, процесс формирования психической готовности сотрудников ГПС с помощью физических упражнений организуется офицерами-профессионалами. Более того, они играют существенную роль в руководстве этим процессом, то есть выступают субъектами его управления.

Во-вторых, психическое отражение профессиональной деятельности носит интегральный характер и имеет свои специфические особенности. Офицер-специалист по физической подготовке и спорту в одном лице выступает как профессионал, оказывающий педагогическое воздействие на физическое совершенствование личного состава.

В-третьих, существование сотрудников ГПС, на которых направлена профессиональная деятельность офицеров-специалистов по ФП, требует изучения и знания психологических особенностей самих занимающихся и руководителей всех форм физической подготовки, а также закономерностей процесса формирования психической готовности с помощью физических упражнений. Иначе говоря, реально существует объект управления рассматриваемого процесса.

Исходя из сути предмета психологии физической подготовки и объекта её рассмотрения, можно выделить основные разделы этой отрасли психологической науки:

1. Характеристика психических и личностных качеств специалиста по ФП.
2. Психологическая характеристика служебной деятельности специалиста ФП как субъекта управления.
3. Психологические особенности личного состава, занимающегося физической подготовкой как объект управления.
4. Психологические аспекты взаимодействия субъектов и объектов управления в процессе формирования психической готовности с помощью средств физической подготовки.

Итак, психология физической подготовки, в силу специфики предмета исследования, может играть роль теоретического фундамента педагогического процесса формирования психических качеств сотрудников ГПС в рамках системы профессионально-прикладной физической подготовки.

Литература

1. Бахвалов В.А., Романин А.Н. Психологическая подготовка велогонщика. М.: ФиС, 1983. 63 с.
2. Колидзе Э.А. Психологическое содержание двигательной деятельности // Теория и практика физической культуры. 2009. № 6. С. 37–40.
3. Зинченко В.П. Психологическая педагогика / Материалы курса лекций. Живое знание. Ч. 1. Самара: Самарский гос. пед. ун-т, 1998. 216 с.
4. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. М.: Республика, 1993. 430 с.
5. Иванова С.П., Кузьменкова Л.В. К вопросу о формировании развитой системы психологического обеспечения профессиональной деятельности сотрудников МЧС России // Вестник СПб ин-та ГПС МЧС России. 2006. № 1-2. С. 178–181.
6. Психология. Словарь / под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 1990. С. 299.
7. Современный толковый словарь русского языка / гл. ред. С.А. Кузнецов. СПб.: Норинт; М.: РИПОЛ классик, 2008. С. 652.
8. Черникова О.А., Даликевич О.В. Активная саморегуляция эмоциональных состояний. М.: ФиС, 1971. 47 с.
9. Schilling Y. Ausgewahlte kapitel aus der sport-psychologie. Jugend und sport. 1969. P. 257–258, 290–291.
10. Родионов А.В. Психологические аспекты подготовки спортсменов высокого класса // Психология и современный спорт. М.: ФиС, 1982. С. 103–112.
11. Hahn E. Stress und stressbewaltigung im Hochleistungssport. Vanek u.a. 5. Internationaler Kongress fur sportpsychologie. Prag, 1979. P. 237–240.
12. Лобжа М.Т., Жернаков Д.В. Опыт формирования компонентов психической готовности средствами физической подготовки // Актуальные проблемы физической подготовки военнослужащих на этапе реформирования Вооруженных сил РФ. СПб., 2009. С. 67–70.
13. Лобжа М.Т., Жернаков Д.В. Теоретико-практические предпосылки воспитания психических качеств средствами профессионально-прикладной физической подготовки // Актуальные проблемы физического воспитания студентов транспортных вузов. СПб., 2010. С. 136–140.