

МЕТОДИКА ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ СОЦИАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ КУРСАНТОВ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПРОТИВОПОЖАРНОЙ СЛУЖБЫ МЧС РОССИИ В ПЕРИОД УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ СРЕДСТВАМИ ПРИКЛАДНОЙ ГИМНАСТКИ

**М.Т. Лобжа, доктор педагогических наук, профессор;
Е.Г. Тыщенко, кандидат педагогических наук, доцент.
Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России**

Предложена методика выполнения групповых упражнений командно-соревновательным методом с использованием балльной системы как одним из походов в реализации социально-педагогических задач. Проведенные исследования подтверждают эффективность использования методики групповых упражнений командно-соревновательным методом, повышающих уровень социальной устойчивости и физической подготовленности в период углубленной специализации. Выполнение гимнастических упражнений в таких условиях повышает не только уровень функциональных возможностей, физической подготовленности, но социальной устойчивости курсантов к трудным ситуациям, и подготовки курсантов к дальнейшей профессиональной деятельности в пожарных частях Государственной противопожарной службы МЧС России.

Ключевые слова: период углубленной специализации, процесс физической подготовки, прикладная гимнастика, уровень физической подготовленности, функциональные способности, социальное взаимодействие, социальная устойчивость, стрессовые ситуации, командно-соревновательная методика, балльная система

TECHNIQUE OF INCREASE OF LEVEL OF SOCIAL US-TOYCHIVOSTI OF CADETS OF STATE OF SERVICE OF EMERCOM OF RUSSIA SITUATIONS DURING THE PERIOD OF SPECIALIZATION UGLUBLEN-NOY MEANS OF APPLIED GIMNASTKI

M.T. Lobzha; E.G. Tyshchenko.
Saint-Petersburg university of State fire service of EMERCOM of Russia

In realization of social and pedagogical tasks the technique of performance of group exercises by a command and competitive method with use of mark system is offered to one of campaigns. The conducted researches confirm efficiency of use of a technique of group exercises with a command and competitive method increasing the level of social stability and physical fitness during profound specialization. Performance of gymnastic exercises in such conditions is increased not only the level of functionality, physical readiness, but social resistance of cadets to difficult situations, and training of cadets for further professional activity in fire brigades of the Public fire service of EMERCOM of Russia.

Keywords: period of profound specialization, process of physical preparation, applied gymnastics, level of physical fitness, functional abilities, social interaction, social stability, stressful situations, command and competitive technique, mark system

Главная особенность углубленной специализации на старших курсах обучения в вузах Государственной противопожарной службы (ГПС) МЧС России заключается в решении

специфических задач по подготовке специалистов к службе по соответствующим уровням образовательных компетенций, а так же профилям и специальностям, которые характеризуются определенной совокупностью систематизированных знаний, навыков и умений [1–5].

Данный период сопровождается освоением более высокого уровня теоретических знаний, навыков и умений, использования сложной техники пожаротушения и освоением организации спасательных работ в крупных очагах возгорания. В вузах ГПС МЧС России имеется современная техника пожаротушения, технические средства обучения, на которых моделируются сложные пожарные ситуации [1–4]. Курсанты, изучая тактику пожаротушения, специальные дисциплины, связанные с физическими и химическими процессами возгорания, решают задачи эффективного использования средств пожаротушения. Используя компьютерные технологии, отрабатываются задачи коллективного взаимодействия при тушении различных очагов возгорания, командные навыки управления пожарными расчетами. Процесс обучения в данных условиях характеризуется более высоким уровнем социального взаимодействия, повышением интеллекта, социальной зрелости и социальной устойчивости курсантов [5].

Под интеллектом понимается (от лат. *intellectus* – разумение, понимание, постижение) – относительно устойчивая структура умственных способностей индивида [6]. Социальная зрелость – это устойчивая система социально значимых черт личности, включающая профессиональную, мировоззренческую, нравственную зрелость, характеризующих социальный тип личности того или иного общества или общности [7]. Социальная устойчивость – интегральное образование, которое сочетает в себе совокупность качеств, проявляющихся как психологическое выражение состояний личности, обуславливает её направленность, активность, ответственность и обеспечивает творческую реализацию [8].

Осваивая программы стажировок в пожарных частях, совершенствуются полученные навыки и умения самостоятельной служебной деятельности при несении дежурств и выездах к местам пожаротушения.

Физическая подготовка в период углубленной специализации решает задачи обеспечения целенаправленного совершенствования профессионально значимых качеств, навыков и умений. Прикладная гимнастика является одним из главных разделов физической подготовки, имеющих профессионально прикладную направленность для специалистов ГПС МЧС России. Однако, не смотря на это, у большинства курсантов старших курсов снижается уровень мотивации к занятиям по физической подготовке. В результате этого появляются трудности в освоении нормативов по данному разделу, особенно это наблюдается в период углубленной специализации, в котором нормативы по физической подготовке значительно выше, чем у курсантов 1–2 курсов.

Цель исследования разработать эффективную методику, позволяющую повысить уровень физической подготовленности, социальной устойчивости курсантов к будущей профессиональной деятельности в рядах ГПС МЧС России.

Методика, организация и результаты исследования

Исследование проводилось в 2012–2013 гг. на базе Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России с курсантами 3 курса факультета пожарной безопасности по физической подготовке, были сформированы две группы экспериментальная (ЭГ) и контрольная (КГ). В КГ входило 24 курсанта, из них 12 девушек, в ЭГ вошли 23 курсанта, из них 11 девушек.

Содержание исследования заключалось в том, что в процессе физической подготовки курсантов ЭГ применялась разработанная методика выполнения групповых упражнений командно-соревновательным методом и использованием балльной системы оценки учебных

нормативов по прикладной гимнастике, с акцентом на максимально высокий результат. Курсанты КГ продолжали обучение по существующей программе.

В процессе исследования ЭГ разделялась на команды, в которых ставилась задача улучшить свои результаты на один или два балла. Доводились нормативы по выполняемым упражнениям двум подразделениям, победившее подразделение определялось по максимальной сумме баллов. Создавалась эмоциональная атмосфера соперничества между подразделениями, социальное взаимодействие внутри команд. Данные условия использовались как модели стрессовых ситуаций, в которых изучались индивидуальные функциональные возможности курсантов в физических испытаниях и коллективное взаимодействие, которое приводило к победе команды.

Анализ результатов, данных в табл. 1, показывает, что по всем тестам у курсантов ЭГ уровень физической подготовленности выше, чем в КГ.

Таблица 1. **Физическая подготовленность курсантов ЭГ и КГ после педагогического эксперимента, $X \pm m$**

Показатель	Пол	Группы курсантов				P
		экспериментальная		контрольная		
		до эксперимента	после эксперимента	до эксперимента	после эксперимента	
Сгиб./разгиб. рук в упоре лежа, кол-во раз	Ю	20±0,32	30±0,25	21±0,32	24±0,32	<0,01
	Д	12±0,49	18±0,37	14±0,49	16±0,49	<0,01
Подтягивание, кол-во раз	Ю	15±0,32	22±0,25	16±0,32	17±0,32	<0,01
	Д	10±0,49	24±0,37	12±0,49	19±0,49	<0,01
Подъем туловища за 1 мин, кол-во раз	Ю	30±0,06	45±0,04	32±0,06	37±0,06	<0,01
	Д	22±0,03	38±0,04	24±0,03	34±0,03	<0,01
Вис на гим. ст. (угол), кол-во раз	Ю	14±0,06	24±0,04	15±0,06	17±0,06	<0,05
	Д	10±0,03	19±0,04	12±0,03	14±0,03	<0,01
Комп. сил. упр., кол-во раз	Ю	0,5±3,17	12±2,15	05±3,17	07±3,17	<0,01
	Д	33±3,52	37±2,78	34±3,52	36±3,52	<0,05

Таким образом, целенаправленное применение командно-соревновательного метода позволяет создать мотивацию к достижению высоких результатов, а стремление к повышению результатов способствует тренировке функциональных возможностей курсантов. Уровень функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем курсантов ЭГ и КГ представлен в табл. 2.

Результаты, представленные в табл. 2 показывают, что функциональные возможности ЭГ намного выше, чем у КГ. Наибольшая разница наблюдалась при пробах Штанге и Генчи, ЖЕЛ. Повышение функциональных возможностей курсантов ЭГ также связаны с эффективным применением командно-соревновательной методики. Наряду с этим улучшились показатели, влияющие на формирование социальной устойчивости (табл. 3).

Сбор и анализ материалов, представленных в табл. 3, осуществлялся по результатам экспертного опроса кураторов учебных групп, преподавателей различных дисциплин, специалистов физической подготовки, а также самих курсантов, участвовавших в исследовании.

Такой комплексный подход в исследовании оценки развития межличностных отношений позволил приблизить ее относительную субъективность к реальным показателям личностных характеристик испытуемых.

Таблица 2. Функциональные возможности курсантов КГ и ЭГ после педагогического эксперимента ($X \pm m$)

Показатели	Пол	Группы курсантов				Р
		экспериментальная		контрольная		
		до эксперимента	после эксперимента	до эксперимента	после эксперимента	
ЧСС, уд./мин	Ю	72,15±1,39	72,07±1,25	72,15±1,39	72,12±1,39	>0,05
	Д	75,59±1,77	75,13±1,54	75,59±1,77	75,45±1,77	>0,05
Сист. артериальное давление, мм рт. ст.	Ю	124,11±2,09	124,01±2,03	124,11±2,09	124,09±2,09	>0,05
	Д	110,23±2,34	109,54±2,27	110,23±2,34	110,14±2,34	<0,05
Диастолическое сериальное давление	Ю	77,48±1,15	72,12±1,03	77,48±1,15	74,37±1,15	<0,05
	Д	72,29±2,03	71,39±2,18	72,29±2,03	72,02±2,03	<0,05
Проба Штанге, с	Ю	71,12±1,21	77,42±1,15	71,12±1,21	74,47±1,21	<0,05
	Д	61,37±0,9	64,31±0,73	61,32±0,9	62,56±0,9	<0,05
Проба Генчи, с	Ю	37,53±0,62	42,37±0,54	37,53±0,62	39,48±0,62	<0,05
	Д	29,57±0,53	32,22±0,55	29,57±0,53	30,58±0,53	<0,05
ЖЕЛ, л	Ю	4,05±1,13	4,59±1,11	4,06±1,13	4,12±1,13	<0,05
	Д	3,10±1,71	3,62±1,23	3,10±1,71	3,26±1,71	<0,05

Таблица 3. Изменение показателей, определяющих социальную устойчивость у курсантов ЭГ и КГ за опытный период (данные представлены по девятибалльной шкале)

Наименование качеств	Подразделение	Средние значения показателей (балл)		Р
		$x_1 \pm m_1$	$x_2 \pm m_2$	
Способность к межличностной коммуникации	ЭГ	7,2±0,03	8,7±0,02	0,01
	КГ	7,3±0,04	7,6±0,03	0,05
Активность социального взаимодействия	ЭГ	7,2±0,04	8,4±0,02	0,01
	КГ	7,4±0,03	7,6±0,03	0,05
Готовность к действиям в сложных ситуациях	ЭГ	6,2±0,06	7,8±0,04	0,01
	КГ	6,3±0,08	6,7±0,06	0,05
Настойчивость и упорство в достижении поставленной цели	ЭГ	7,4±0,04	8,6±0,02	0,01
	КГ	7,5±0,06	7,8±0,04	0,05
Выдержка и самообладание в конфликтных ситуациях	ЭГ	6,7±0,04	8,4±0,03	0,01
	КГ	6,5±0,03	6,9±0,02	0,05
Способность к оперативному решению служебных задач	ЭГ	7,2±0,04	8,6±0,03	0,01
	КГ	7,3±0,03	7,7±0,02	0,05
Личный статус	ЭГ	7,5±0,02	8,6±0,02	0,01
	КГ	7,7±0,04	8,4±0,03	0,01
Умение оценивать социальное взаимодействие в сложных ситуациях	ЭГ	7,4±0,02	8,6±0,04	0,01
	КГ	7,3±0,03	7,7±0,01	0,05
Дружелюбие	ЭГ	7,5±0,05	8,6±0,02	0,01
	КГ	7,4±0,04	8,4±0,03	0,01
Дисциплинированность	ЭГ	7,8±0,04	8,0±0,03	0,05
	КГ	7,7±0,02	7,9±0,05	0,05
Честность	ЭГ	7,7±0,04	8,5±0,03	0,01
	КГ	7,4±0,05	7,8±0,04	0,05

Как видно из табл. 3, в ЭГ курсантов произошли достоверные положительные сдвиги по всем изучаемым качествам по сравнению с КГ. Очевидно, что целенаправленное использование предлагаемой методики в большей степени повлияло на уровень развития именно таких качеств, как способность к межличностной коммуникации, уверенность в своих силах, настойчивость и упорство в достижении поставленной цели, смелость и решительность, которые необходимы специалистам ГПС МЧС России при выполнении служебных задач.

Таким образом, исследование показало высокую эффективность применения предложенной методики выполнения групповых упражнений командно-соревновательным методом с использованием балльной системы оценок учебных нормативов по ускоренному передвижению. Наряду с этим, предлагаемая методика оказывает положительное влияние на социальное взаимодействие курсантов, способствует формированию социальной устойчивости при достижении общезначимых целей. Данные проведенного исследования являются основанием для внедрения в практику работы вузов ГПС МЧС России.

Выводы

Обучение курсантов на старших курсах сопровождается высокими интеллектуальными и физическими нагрузками, в этот период необходимо создать условия, повышающие мотивацию к совершенствованию физической подготовленности.

В процессе учебных занятий по прикладной гимнастике произвести подбор групповых упражнений с применением командно-соревновательного метода и использовать его в заочных соревнованиях между учебными подразделениями.

При использовании командно-соревновательного метода перед группами обязательно ставить задачи в повышении результатов, а балльную систему использовать для мотивации к росту своих показателей.

Необходимо анализировать педагогическое руководство социальным взаимодействием по показателям социальной устойчивости.

Использование методики выполнения групповых упражнений командно-соревновательным методом эффективно формирует социальную устойчивость у курсантов, необходимую для дальнейшего обучения на старших курсах и подготовке к дальнейшей службе в ГПС МЧС России.

Литература

1. Бортнев Д.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка курсантов пожарно-технического училища: дис. ... канд. пед. наук. Малаховка, 2005. 163 с.
2. Гавриленко Е.С. Дифференцированная методика физической подготовки спасателей МЧС России в условиях Дальневосточного региона России: дис. ... канд. пед. наук. Хабаровск, 2007. 159 с.
3. Динаев Б.М. Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки в вузах пожарно-технического профиля: дис. ... канд. пед. наук. Шуя, 2009. 159 с.
4. Муравицкий А.И. Инновационная методика воспитания физических качеств у спасателей и пожарных в процессе профессионально-прикладной подготовки: дис. ... канд. пед. наук. Смоленск, 2004. 127 с.
5. Тыщенко Е.Г. Методика повышения уровня социальной устойчивости курсантов Государственной противопожарной службы МЧС России в начальный период обучения средствами прикладной гимнастики // Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. 2014. № 3 (109). С. 169.
6. Платонов Ю.П. Основы социальной психологии. СПб.: Изд-во «Речь», 2004. С. 564.
7. Матис В.И. Социальное образование и формирование личности. Барнаул, 1995. С. 38.
8. Сироткин Л.Ю. Формирование личности: проблема устойчивости. Казань: Казанский ун-т, 1992. С. 3.