

И.А. Дрягин, Е.Н. Щеголев, Л.В. Филоненко

СОЗДАНИЕ ЗДОРОВОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АТМОСФЕРЫ СРЕДИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПОСРЕДСТВОМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Результативность выполнения поставленных задач в значительной степени зависит от уровня специальной подготовки военнослужащих, ориентированной на профессиональное развитие, а также физическое и коммуникативное совершенствование. Это обусловлено спецификой военной службы, коллективным характером взаимодействия, а также слаженными действиями воинских подразделений, частей и соединений [1]. В связи с этим ценным средством формирования коллективизма, товарищества и взаимопомощи является физическое воспитание воинов в процессе боевой подготовки и военной службы.

Анализ руководящих документов и литературы [1; 2; 3] позволил выявить, что становление военного специалиста осуществляется в процессе профессиональной подготовки в военно-профессиональной среде. Именно в воинском подразделении наряду с коллективными духовными, моральными и нравственными качествами (патриотизм, честь, долг, коллективизм, дружба, сплоченность, организованность, взаимовыручка и др.) формируются воинские традиции, социальные чувства, настроения и личностные характеристики (ответственность, самосознание, дисциплинированность, инициатива, сила воли и др.). Также усваиваются социокультурные нормы и правила поведения, вырабатываются военно-прикладные умения и навыки (психофизическая выносливость, физическая сила, координация и др.).

При этом, во-первых, следует отметить роль самого коллектива во влиянии на личность при условии ее высокого уровня развития, благоприятной и здоровой психологической атмосферы как показателя комфорта каждого члена коллектива, готовности и способности личного состава к активной деятельности и выполнению поставленных задач. Во-вторых, на протяжении всех этапов становления и развития воинского коллектива огромное значение имеет физическое воспитание. В воинском подразделении совместно проходят службу молодые люди с разными взглядами на жизнь и службу. Одной из особенностей физического воспитания является повышение качества совместной деятельности, степени взаимной поддержки, основанной на доверии, уважении и внимательности друг к другу его членов. Это достигается путем приобретения опыта коллективного взаимодействия и самостоятельной регуляции внутригрупповых отношений посредством физической подготовки.

На первом – начальном этапе развития воинского коллектива правильно организованное физическое воспитание военнослужащих высту-

пает важным условием их развития и социальной адаптации в военной (военно-профессиональной) среде. Наиболее эффективным средством сплочения воинского коллектива следует считать спортивно-массовую работу, направленную на вовлечение военнослужащих в занятия физической культурой и вовлечение в занятия военно-прикладными видами спорта. Основными формами физического воспитания на данном этапе выступают спортивные игры, различные командные эстафеты, групповые спортивные состязания, а также различные подвижные психологические тренинги, направленные на сплочение подразделения. При этом спортивно-массовая деятельность и спортивные игры являются конструктивным фактором формирования опыта коллективных взаимоотношений и коллективных действий военнослужащих. Это позволяет осознать военнослужащими свою причастность к военно-социальным процессам, показать индивидуальные результаты, влияющие на групповые достижения [2-4].

На протяжении всей службы командирами, преподавателями и спортивными инструкторами большое внимание уделяется формированию здоровой психологической атмосферы в воинском подразделении. Для этого организуется и проводится спортивно-массовая и военно-спортивная работа с военнослужащими, совершенствуются внутриколлективные отношения. На основе интереса, мотивированности к службе и самостоятельного выбора военнослужащие осознанно и активно тренируются в различных спортивных кружках и секциях, участвуют в спортивных и военно-спортивных соревнованиях по индивидуальным и командным видам спорта, проводимых как воинскими частями и подразделениями, так и общественными, городскими (областными) спортивными (военно-спортивными) организациями.

В наставлении по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации определяются формы физического воспитания военнослужащих, которые эффективно себя зарекомендовали в сплочении воинского подразделения, такие как: спортивные и подвижные игры, утренняя физическая зарядка, физические тренировки и физические упражнения [2].

Основными видами спортивных и подвижных игр, в которых активно участвуют военнослужащие, являются футбол, волейбол, баскетбол, гандбол и др. [2; 3; 4]. Указанные игры очень распространены среди военнослужащих. Они пользуются заслуженной популярностью и способствуют овладению военнослужащими навыками коллективного взаимодействия, выработке слаженности подразделения и воспитанию личностно-профессиональных качеств (волевых, выносливости, инициативы, настойчивости и др.). При этом подвижные игры особенно актуальны на первых порах становления воинского коллектива, когда формируются

традиции и совместные чувства принадлежности к группе, сопереживания и направленности на достижение цели.

Физическая зарядка как один из видов коллективной деятельности на протяжении всей службы способствует улучшению психофизического здоровья военнослужащих. Физические тренировки и упражнения в процессе учебной и служебной деятельности, освоении предметов боевой подготовки играют важную роль в воспитании военнослужащих, выработке и совершенствовании у них военно-прикладных навыков и умений, а также сохранении высокой работоспособности и настроения военнослужащих на исполнение военно-профессиональных обязанностей.

Физические тренировки включают физические упражнения и марш-броски бегом или на лыжах. Они проводятся в разнообразных геолого-климатических условиях, эффективны в обеспечении и поддержании высокой боевой готовности воинских подразделений. Их результативность выступает показателем психологической обстановки в воинском коллективе, позволяющей раскрыть военнослужащим свои способности и на практике продемонстрировать результативность овладения военной теорией и профессиональными групповыми навыками, особенно на этапах войскового товарищества и боевой зрелости.

Таким образом, физическое воспитание выступает эффективным средством создания здоровой психологической атмосферы, социально-психологического и психофизического совершенствования военнослужащих. Реализованное в различных и многообразных формах на всех этапах развития воинского коллектива, физическое воспитание способствует формированию конструктивных коллективных отношений, выработке единства убеждений и ценностей как основы развития личностных, социально значимых качеств и профессионально важных качеств военнослужащих, необходимых для успешного выполнения поставленных задач.

Библиографический список

1. Кульчицкий, В.Е. Физическая культура в образовательном пространстве военного вуза / В.Е. Кульчицкий. – Ставрополь: СВВАИУ, 2007. – 160 с.

2. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации. – URL: http://voenservice.ru/katalog_dokumentov/nastavleniya/nastavlenie-po-fizicheskoy-podgotovke-v-voorujennyih-silah-rossiyskoy-federatsii/glava-3-sredstva-metodyi-i-formyi-fizicheskoy-podgotovki/fizicheskaya-trenirovka-v-protssesse-uchebno-boevoy-deyatelnosti (дата обращения: 18.02.2020).

3. Обвинцев, А.А. Оптимизация и пути совершенствования физической подготовки военнослужащих контрактной службы – URL: <http://sportfiction.ru/articles/optimizatsiya-i-puti-sovershenstvovaniya>

-fizicheskoy-podgotovki-voennosluzhashchikh-kontraktnoy-sluzhby (дата обращения: 07.03.2020).

4. Приказ Министра обороны РФ от 21.04.2009 № 200 «Об утверждении Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации».

Е.А. Замышевская, Е.Е. Щербакова

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СРЕДСТВА ПРОФИЛАКТИКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ

В России в настоящий момент одним из самых острых вопросов является употребление наркотических и психотропных средств среди подростков, что обуславливает актуальность проведения профилактических мер. С каждым годом статистика демонстрирует увеличение числа употребляющих наркотики, а вместе с тем неутешительную картину, отражающую состояние современного российского общества. По данным УНП ООН периодически употребляют ПАВ – 13 млн человек, а систематически – 5 млн человек. Самый большой сегмент (60%) от всех потребителей – это молодежь от 16 до 30 лет [3].

Употребление психоактивных веществ подростками набирает темпы и не только отражается на возникновении зависимости, но и имеет непосредственное отношение к увеличению преступности и подростковой смертности. В связи с этим возникает вопрос о мерах противодействия, которые должны быть применены, чтобы снизить риски употребления наркотических веществ или перехода из фазы употребления в фазу зависимости.

На мировой арене представлены несколько основных моделей организации профилактических мер, которые уже успели апробироваться и дать результаты [1].

Во-первых, медицинская модель, которая обеспечивает подростков информационными ресурсами о негативных последствиях приема запрещенных химических и синтетических веществ, которые способны изменить сознание человека и пагубно влиять на физическое и психическое здоровье.

Во-вторых, образовательная модель, которая также служит способом информирования и приобщения молодежи к проблеме наркомании и подразумевает собой предоставление выбора перед употреблением наркотиков в условиях максимальной информированности.

В-третьих, психосоциальная модель, которая ориентирована на развитие навыков у подростков и помощь в противостоянии соблазнам упо-