



УДК 378:796



Владимир Михайлович ДВОРКИН,

доцент кафедры оперативно-боевой и физической подготовки Сибирского юридического института ФСКН России (г. Красноярск),
кандидат педагогических наук, доцент
dvorkin528@mail.ru

ОПТИМИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО И ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ КАК ФАКТОР ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ

OPTIMIZATION OF THE EDUCATIONAL AND TRAINING PROCESS IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION. HEALTHY LIFESTYLE AS A FACTOR OF PREVENTION OF DRUG ABUSE

Статья подготовлена по итогам VII всероссийской научно-практической конференции "Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных заведениях высшего образования. Здоровый образ жизни как фактор профилактики наркомании", прошедшей 14 марта 2015 г. в Сибирском юридическом институте ФСКН России. Показана значимость здорового образа жизни как фактора профилактики наркомании. Особое внимание уделено значению здорового образа жизни в студенческой среде. Раскрыто основное содержание рекомендаций научного форума.

The article is based on the results of VII All-Russian scientific-practical conference "Optimization of the educational and training process in educational institutions of higher education. Healthy lifestyle as a factor of prevention of drug abuse", held on March 14, 2015 in the Siberian Law Institute of the Federal Drug Control Service of Russia.

The author shows the importance of healthy lifestyle as a factor of prevention of drug addiction. Special attention is paid to the importance of a healthy lifestyle in the student's environment. The main contents of recommendations of the scientific forum are revealed.

Ключевые слова: физическая подготовка, физическая культура и спорт, профессиональная деятельность, физкультурно-оздоровительная работа.

Keywords: physical training, physical culture and sports, professional activity, sports and health-improving work.

14 марта 2015 г. в Сибирском юридическом институте ФСКН России была проведена VII Всероссийская научно-практическая конференция "Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных заведениях высшего профессионального образования. Здоровый образ жизни как фактор профилактики наркомании".

Работа конференции проходила по следующим направлениям:

– проблемы преподавания физической, огневой и тактико-специальной подготовки

в подразделениях правоохранительных органов и учебных заведениях, осуществляющих обучение сотрудников для силовых структур;

– актуальные проблемы учебно-тренировочного процесса и пути оптимизации;
– формирование здорового образа жизни, профилактика наркомании средствами физической культуры и спорта.

В организационный комитет конференции поступили 87 тезисов докладов из 6 образовательных учреждений МВД России



от Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России до Восточно-Сибирского института МВД России, Республики Беларусь, 7 вузов города Красноярск, в том числе СибЮИ ФСКН России. Среди авторов, приславших работы, – 3 доктора наук, 5 заслуженных тренеров России и заслуженных работников физической культуры и спорта, 31 кандидат наук. В работе конференции приняли участие ученые, преподаватели, студенты, тренеры, а также сотрудники правоохранительных органов, интересующиеся актуальными проблемами организации образовательного процесса.

С приветственным словом к участникам конференции обратился Е.В. Панов – заслуженный педагог Красноярского края, отличник физической культуры и спорта, начальник кафедры оперативно-боевой и физической подготовки СибЮИ ФСКН России, кандидат педагогических наук, доцент.

Право выступить с первым докладом было предоставлено заведующему кафедрой валеологии Торгово-экономического института Сибирского федерального университета доктору педагогических наук, доценту М.Д. Кудрявцеву, который затронул проблему формирования привлекательности спорта в общественном сознании студентов.

По мнению докладчика, благодаря большим проектам в сфере спорта и физической культуры реализуются сразу несколько целей, установленных государством. Возрастает общественный интерес к спорту, улучшается инфраструктура, строятся новые стадионы и трассы и т.д. Одним из главных проектов сегодня является Универсиада-2019, и для ее проведения только в Красноярском крае будут построены 12 спортивных сооружений. Отмечено, что по результатам уже проделанной работы мы можем наблюдать возросший интерес к спортивным секциям. Многие из них становятся бюджетными, в институтах и школах уделяют особое значение физической культуре и спорту, восстанавливаются катки и стадионы.

Высокую заинтересованность у участников конференции вызвал доклад доцента кафедры физической культуры Института физической культуры, спорта и туризма Сибирского федерального университета кандидата педагогических наук, доцента А.Ю. Осипова. Им были затронуты актуальные проблемы физического воспитания студентов, к которым автор относит недостаточный уровень физической и функциональной готовности студентов к различным видам физической нагрузки, которые могут встретиться молодым людям в повседневной социальной и трудовой деятельности. Другая насущная проблема – резкое ухудшение уровня физического здоровья современной молодежи. Для решения данных проблем необходимо, по мнению автора, изменить существующую сегодня в высшей школе систему проведения занятий по физической культуре. Сегодня занятия физической культурой в вузах подчинены лишь сдаче контрольных нормативов, единообразной форме проведения занятий, отсутствию системы объективного контроля и качественной оценки уровня здоровья и физической подготовки занимающихся. Оптимизировать данный процесс можно следующим образом:

– организация учебного процесса по физической культуре с учетом пожеланий студентов. Для этой цели могут проводиться ежегодные опросы и анкетирования занимающихся. Проведение учебных занятий, полностью или частично, по популярным у молодых людей видам спорта (специализациям). Это поднимет интерес к занятиям и сформирует необходимую мотивацию;

– применение в учебном процессе по физической культуре современных спортивных методик по контролю над уровнем физического и функционального состояния занимающихся. Это позволит объективно и качественно оценить уровень физической нагрузки на занятиях, избежать переутомления и нарушения здоровья студентов.

Доклад заведующего кафедрой физического воспитания Сибирского государственного аэрокосмического университета



им. академика М.Ф. Решетнева кандидата педагогических наук, доцента Т.Г. Арутюняна был посвящен проблемам, связанным с разработкой подпрограммы "Физическое воспитание в муниципальной системе образования Красноярска". В частности, докладчик довел информацию о том, что сегодня образовательные организации в основном ориентированы на результативность в соревновательной деятельности в масштабах района и города. Учителя в таких условиях вынуждены работать только с сильными по физическим кондициям учениками. За пределами их внимания остаются учащиеся с ограниченными возможностями, спецмедгрупп, одаренные по другим предметам и те, которые не прошли отбор в спортивные команды. В соревнованиях участвуют ограниченное количество учащихся, большинство не задействованы в данных мероприятиях. В связи с обозначенными проблемами постоянной комиссией по вопросам охраны здоровья, развитию физической культуры, спорта и туризма Красноярского городского Совета депутатов были приняты следующие решения:

– приоритетной задачей должно являться не достижение спортивного результата, а эффективная организация процесса физического воспитания в школе, не подготовка спортсменов, а решение вопросов двигательной активности школьников;

– исключить зависимость оплаты труда учителей физической культуры только от спортивного результата школьников;

– в настоящее время уровень развития массового спорта оценивается по количеству участников спортивно-массовых мероприятий, что не отражает реальную ситуацию;

– необходимо разработать критерии оценки деятельности учителей физической культуры, которые будут связаны с состоянием физического здоровья занимающихся;

– массовость занятий физической культурой необходимо оценивать по внутришкольным мероприятиям.

Интересным и содержательным было выступление доцента кафедры оперативно-боевой и физической подготовки кандидата

педагогических наук, доцента В.А. Глубокого, который сделал вывод о том, что в физической подготовке сотрудников силовых ведомств присутствует большое количество гимнастических упражнений. Гимнастика по своей сути является прикладной для сотрудников силовых ведомств, потому что позволяет формировать общеприкладные двигательные навыки – способность за счет мышечных усилий перемещать свое тело в пространстве, успешно преодолевать различные препятствия. Не освоив различные виды акробатических упражнений, невозможно в полной мере изучить приемы рукопашного боя, так как это чревато травматизмом. Таким образом, занятия гимнастикой формируют базовую основу для других видов физкультурно-спортивной деятельности. Кроме того, посредством выполнения гимнастических упражнений военнослужащие и сотрудники правоохранительных органов могут развивать двигательные качества: силовые способности, гибкость, ловкость и быстроту движений.

Выступления профессорско-преподавательского состава кафедры оперативно-боевой и физической подготовки СибЮИ ФСКН России носили характер обмена опытом. Так, методическими наработками в области проблем преподавания физической, огневой и тактико-специальной подготовки в подразделениях правоохранительных органов и учебных заведениях поделились доцент кафедры кандидат педагогических наук А.В. Афанасьев, доцент кафедры кандидат педагогических наук В.А. Филиппович. Проблемам учебно-тренировочного процесса и путям их решения были посвящены доклады доцента кафедры кандидата педагогических наук, доцента О.А. Юсуповой, доцента кафедры кандидата педагогических наук, доцента Е.И. Коковой. По вопросам формирования здорового образа жизни, профилактики наркомании средствами физической культуры и спорта с докладами выступили начальник кафедры кандидат педагогических наук, доцент Е.В. Панов, доцент кафедры доцент А.И. Кравчук.



По результатам обсуждения поставленных на конференции вопросов сформированы ряд рекомендаций.

I. В области проблем преподавания физической, огневой и тактико-специальной подготовки в подразделениях правоохранительных органов и учебных заведениях, осуществляющих обучение сотрудников для силовых структур:

– констатировать, что одним из главных факторов успешной профессиональной деятельности сотрудников правоохранительных органов является физическая и психологическая готовность к действиям в экстремальных условиях;

– считать актуальным проведение дальнейших исследований в области совершенствования организации и методики проведения занятий по оперативно-боевой и физической подготовке с сотрудниками правоохранительных органов;

– констатировать, что к особенностям профессиональной деятельности сотрудников правоохранительных органов относятся большие физические и психические нагрузки, возникающие в результате воздействия факторов служебной деятельности (опасность, новизна обстановки, угроза жизни и т.д.). Рукопашный бой и спортивные единоборства позволяют в учебных условиях моделировать вариативно-конфликтную боевую ситуацию, непосредственно связанную с риском;

– рекомендовать активнее применять методы проблемно-ситуационных упражнений при проведении комплексных практических занятий с сотрудниками правоохранительных органов. Необходимо готовить учебные задания с учетом требований, предъявляемых к служебной деятельности;

– констатировать, что изучение, обобщение и распространение передового педагогического опыта сотрудников правоохранительных органов является актуальной потребностью педагогической науки в вузах силовых ведомств России. Условия служебной деятельности требуют от профессорско-преподавательского состава образовательных организаций России создания простых, научно обоснованных и

эффективных методик подготовки курсантов и слушателей, которые можно легко воспроизводить и получать при этом высокие результаты;

– считать целесообразным дальнейшее развитие и совершенствование нормативно-правовой базы организации физической подготовки и спорта в правоохранительных органах в целях улучшения качества профессиональной подготовки сотрудников.

II. В области актуальных проблем учебно-тренировочного процесса и путей его оптимизации:

– активнее внедрять в практику физического воспитания и спорта информационные технологии, в частности направление по разработке обучающих систем, позволяющих значительно улучшить психофизиологическую подготовку спортсменов путем проведения аутотренинга, также необходимо стимулировать ликвидацию компьютерной неграмотности и создавать условия для применения на практике новых информационных технологий;

– использовать выявленные особенности воздействия упражнений на соревновательную деятельность при оптимизации тренировочного процесса. При этом необходимо учитывать избирательность влияния и особенности выполнения (способы, методы, величины нагрузки и др.) отдельных упражнений. Учитывая влияние упражнений на различные стороны подготовленности, более объективно подбирать тренировочные средства и повышать эффективность тренировочного процесса;

– отметить, что в действующих программах спортивных школ имеется резерв для включения специализированных подвижных игр без ущерба для общего освоения программного материала. Более того, введение игровой методики положительно сказывается на эмоциональном настрое занимающихся, что, в свою очередь, будет способствовать стабилизации контингента и эффективности освоения учебных программ;

– констатировать, что в вузах недостаточное внимание уделяется аспектам психологической и волевой подготовки студен-



тов, занимающихся спортом. Для развития психолого-волевой сферы личности у спортсменов необходимо целенаправленно систематически включать в содержание учебно-тренировочного процесса специальные упражнения, выполнение которых требует от занимающихся проявления таких качеств, как смелость, решительность, настойчивость, упорство, инициативность;

– отметить актуальность научного обоснования и разработки новых специфических средств и методов эффективной специальной стрелковой подготовки биатлонистов на этапе первоначального обучения;

– констатировать, что рациональное применение ряда лекарственных средств (не относящихся к группе допингов и не наносящих ущерба здоровью спортсмена) расширяет функциональные возможности организма здорового человека, открывает новые рубежи спортивных достижений в различных видах спорта и позволяет совершенствовать методику тренировочного процесса.

III. В области формирования здорового образа жизни, профилактики наркомании средствами физической культуры и спорта:

– отметить, что проблема укрепления здоровья детей, молодежи и населения в целом, повышения уровня их физической подготовленности и приобщения к здоровому образу жизни остается одной из наиболее острых проблем социальной политики Российской Федерации;

– признать, что одной из составляющих в системе формирования здорового образа жизни, профилактики наркомании среди детей и молодежи является физическая культура и спорт;

– констатировать, что для качественного формирования и развития здоровьесберегающих компетенций необходим целый

комплекс мер, направленных на улучшение качества преподавания физической культуры в образовательных организациях, улучшение материально-технической базы, медицинской и научной поддержки учебного процесса;

– отметить важность роли преподавателей физической подготовки в формировании физической культуры личности. Преподаватели по роду своей профессиональной деятельности должны являться личным примером для обучаемой молодежи, а также способствовать у них формированию потребности в здоровом образе жизни и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;

– необходимо разработать новые и совершенствовать состоявшиеся эффективные физкультурно-оздоровительные и спортивные технологии, направленные на максимальное вовлечение всех слоев населения в активные занятия физической культурой и спортом;

– признать, что одним из важных направлений по формированию здорового образа жизни является развитие деятельности волонтерского движения в России. Необходимо активнее использовать в данном направлении уже созданное волонтерское движение по подготовке к Всемирной зимней Универсиаде-2019.

– разработать методические рекомендации по подготовке к выполнению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Проведенная конференция позволила не только обменяться опытом работы, но и выявить имеющиеся проблемы, наметить подходы в решении вопросов оптимизации учебно-воспитательного и тренировочного процесса и формировании здорового образа жизни.