

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Саратовский национальный исследовательский  
государственный университет имени Н.Г.Чернышевского»

Балашовский институт (филиал)

Кафедра безопасности жизнедеятельности

**ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ  
КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ АВИАЦИОННЫХ ВУЗОВ**

**АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

Студента 5 курса 51 группы  
направления подготовки 44.03.01 « Педагогическое образование»,  
профиля «Безопасность жизнедеятельности»  
факультета физической культуры и безопасности жизнедеятельности  
Оразмедова Дмитрия Атаевича

Научный руководитель  
доцент кафедры БЖД,  
кандидат биологических наук,  
доцент  
дата, подпись

\_\_\_\_\_

Е.М. Сулига

Заведующий кафедрой  
безопасности жизнедеятельности,  
кандидат медицинских наук, доцент  
дата, подпись

\_\_\_\_\_

Н.В. Тимушкина

Балашов 2016 год

## ВВЕДЕНИЕ

На современном этапе развития Военно-воздушных сил организация, обеспечение и эксплуатация авиационной техники относится к одному из наиболее напряженных и экстремальных видов профессиональной деятельности. Выполнение должностных обязанностей авиационными специалистами осуществляется в сложной обстановке на фоне нервно-эмоционального умственного и физического перенапряжения. Совокупность рассмотренных факторов военно-профессиональной деятельности авиационных специалистов негативно отражается на состоянии их здоровья и, как следствие, в дальнейшем ведет к снижению качества выполнения боевых задач. В данном контексте здоровый образ жизни (ЗОЖ) рассматривается как обязательное условие успешной военно-профессиональной деятельности.

Как свидетельствует практика, в допризывной молодежной среде прогрессирует табакокурение, пьянство, наркомания, токсикомания, ксенофобия, и др. Снижается качество призывного ресурса на 30-40% в год, более 40% из них имеют низкие показатели физического развития, около 60% являются неадаптированными к жизнедеятельности в воинском коллективе. Несмотря на многочисленные психолого-педагогические исследования данной проблемы, в настоящее время в организации образовательного процесса в высшей военной школе новое научное осмысление педагогического обеспечения ЗОЖ представлено недостаточно, отсутствуют практико-ориентированные подходы, учитывающие специфику военного вуза и особенности формирования ЗОЖ курсантов военных авиационных вузов.

Поэтому **цель исследования** — теоретическое и опытно-экспериментальное обоснование сущности, содержания, структуры педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военного авиационного вуза и путей повышения его эффективности.

### **Задачи исследования:**

1. Обосновать теоретические основы педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военных авиационных вузов.
2. Проанализировать подходы к формированию ЗОЖ курсантов военных вузов.
3. Разработать диагностический инструментарий и выявить отношение курсантов к ЗОЖ.
4. Разработать модель педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военных авиационных вузов и проверить ее эффективность в опытно-экспериментальной работе.

**Объект исследования**— образовательный процесс в военном авиационном вузе.

**Предмет исследования**—сущность, содержание и структура педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военных авиационных вузов.

При написании бакалаврской работы использовались следующие **методы**:

- анализ отечественных и зарубежных источников литературы;
- сравнительно-сопоставительный анализ исследуемой проблемы;
- наблюдение за процессами личностного и профессионального развития курсантов в образовательном процессе военного авиационного вуза;
- мониторинг здоровьесозидающей деятельности курсантов;
- беседы-интервью, опросы, анкетирование, тестирование.

Структурно бакалаврская работа состоит из введения, двух глав «Теоретические основы педагогического обеспечения здорового образа жизни курсантов военных авиационных вузов» и «Опытно-экспериментальное исследование эффективности педагогического обеспечения здорового образа жизни курсантов военных авиационных вузов», заключения, списка используемой литературы и двух приложений. В работе использованы 4 таблицы и 5 рисунков.

### **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

**Первая глава** посвящена теоретическим основам обеспечения здорового образа жизни курсантов военных авиационных вузов. Рассмотрена проблема

формирования личности будущего офицера в военном вузе. Выделены три этапа формирования ЗОЖ курсантов.

На первом этапе на протяжении первых трех семестров идет осуществление педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военных авиационных вузов. Оно направлено, прежде всего, на организацию процесса адаптации к новым условиям военно-образовательной среды (строго регламентированный распорядок дня, рацион питания, режим отдыха и сна, физические нагрузки, требования новой социальной среды, социально-психологический статус курсанта военного вуза, педагогический процесс).

На втором этапе формирования ЗОЖ курсанты уже владеют знаниями, позволяющими им планировать свободное время, анализировать успехи и неудачи в учебной, служебной деятельности, умеют преодолевать значительные физические нагрузки, владеют культурой физического совершенствования. В поведении они опираются на личный опыт в преодолении трудностей, которые сформировались у них на предыдущем этапе. Стремления и установки теперь в большей степени согласуются с внешними условиями и зависят от результатов самореализации. Курсанты критически переосмысливают свой образ жизни.

Последний этап – это этап совершенствования здоровьесберегающих знаний и навыков в процессе самостоятельной профессиональной деятельности: становление субъектной позиции курсанта, проявление активности в самостоятельной профессиональной деятельности. Этот этап важен как промежуточный этап становления курсанта-выпускника военного вуза, обеспечивающий успешную адаптацию офицера к профессиональной деятельности.

В ходе исследования были определены следующие методы педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военных авиационных вузов: информирование, убеждение, беседа, диалог, демонстрация, мозговой штурм, презентация, экскурсия, учебно-тренировочные занятия, конкурсы, спортивные состязания и соревнования. Выявлены формы педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военных авиационных вузов:

- утренняя физическая зарядка в составе структурного подразделения под руководством командиров, начальников, старшин (личный пример);
- учебные занятия (теоретические, практические занятия в составе учебной группы);
- физическая тренировка в процессе учебно-боевой деятельности, организуемая с учетом решаемых учебных и боевых задач;
- спортивно-массовая работа под руководством специалистов по физической подготовке, организация спортивных массовых мероприятий, соревнований, вечера встреч с ветеранами спорта;
- самостоятельная физическая подготовка, индивидуальная здоровьесберегающая деятельность курсантов, направленная на совершенствование основных физических качеств и формирование военно-прикладных навыков.

**Вторая глава** содержит исследование, которое проводилось в Учебно-авиационной базе г. Балашов и на базе 4-го авиационного факультета Краснодарского военного авиационного института в г. Балашове. Составлена модель педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военного авиационного вуза, направленная на формирование здоровьесберегающих знаний, умений, навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, нравственного здоровья будущих офицеров. В качестве методического обеспечения диагностики сформированности ЗОЖ будущих офицеров в военном вузе использовался методический комплекс: наблюдение, беседа, экспертные оценки, анализ продуктов деятельности, тестирование, методы математической статистики. Это дает возможность рассмотреть качественные и количественные изменения, которые происходят с курсантом. Ведущее место в этом процессе принадлежит изучению личностных показателей ЗОЖ. Всего для участия в эксперименте было отобрано 4 учебные группы курсантов. В экспериментальных 2371-й, 2373-й учебных группах (количество курсантов – 63 чел.) формирование ЗОЖ курсантов осуществлялось по разработанной нами модели.

Опрос курсантов показал, что основная их часть (50,9%) занимает активную жизненную позицию и ориентирована на конечную цель формирования ЗОЖ как обязательное условие личностного и профессионального становления. Стремятся к достижению поставленной цели 18,1% опрошенных. Эта цель является определяющей смысл их жизнедеятельности (выполнение норматива мастера спорта, спортивных разрядов, завоевание звания чемпиона ВВС). 31% курсантов убежден, что ЗОЖ является второстепенным условием профессионального развития, которое необходимо лишь для поддержания адаптивных способностей организма.

На втором этапе в исследуемых группах более 60% обучающихся уже адаптировались к образовательному процессу военного вуза и не испытывали трудностей при выполнении служебно-должностных обязанностей.

На третьем этапе исследования выявлено, что более 55% курсантов в профессиональной деятельности ориентированы на «карьерный рост» и «семейное счастье», для 44% курсантов основными ценностными ориентациями выступают устремления добиться высоких результатов в спорте.

В ходе экспериментальной работы была поставлена задача определить причины, негативно влияющие на формирование ЗОЖ курсантов военных авиационных вузов. На этапе усвоения первоначальных здоровьесберегающих знаний в процессе адаптации курсанта к образовательной среде военного вуза были выделены следующие причины:

- ограничивается социальное пространство;
- недостаточно времени уделяется соблюдению мер личной гигиены, занятий в спортивных секциях, кружках;
- проявляется недостаточное уважение и понимание со стороны командиров и сослуживцев.

В ходе эксперимента выявлены некоторые закономерности. Так, в экспериментальной группе 79% , а в контрольной 71% курсантов имеют высокий и средний уровни профессиональной направленности. Существенно повысилась самооценка: в экспериментальной группе 92%, а в контрольной – 80% курсантов

имеют оптимальный и допустимый уровень самооценки; критический уровень самооценки выявлен в экспериментальной группе у 8% курсантов, в контрольной группе – у 20%. Также курсанты в исследуемых группах имеют существенные отличия в сформированности ЗОЖ по динамическому критерию. Это подтверждает, что разработанная нами модель имеет правильный вектор направленности в педагогическом обеспечении ЗОЖ курсантов.

Анализ динамики и результатов опытно-экспериментальной работы по повышению эффективности педагогического обеспечения показал, что формирование ЗОЖ будущих офицеров будет происходить наиболее интенсивно, если:

- обоснована и внедрена в образовательный процесс модель педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военных авиационных вузов, раскрывающая механизм ее реализации;

- в процессе личностного и профессионального развития курсантов военного вуза осуществляется целенаправленное психолого-педагогическое взаимодействие преподавателей, командиров и обучающихся на всех этапах формирования ЗОЖ.

- разработана и реализуется в образовательном процессе Целевая комплексная программа формирования ЗОЖ курсантов военного вуза и на основе результатов опытно-экспериментальных исследований определены пути повышения эффективности формирования ЗОЖ будущих офицеров и условия их реализации.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

### **Теоретические положения:**

1. Установлено, что ЗОЖ курсантов военного авиационного вуза представляет собой индивидуальный способ жизнедеятельности, обеспечивающий сохранение и укрепление физического, психического и нравственного здоровья, способности к поддержанию высокого уровня

профессиональной пригодности в течение установленного срока службы.

2. Сформулирована сущность процесса педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военных авиационных вузов, которая заключается в формировании здоровьесберегающей образовательной среды на основе воспитания субъектной позиции обучающихся в ходе их нравственного и физического развития.

3. Для проведения опытно-экспериментального исследования разработана модель педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военного вуза и критерии оценки его эффективности.

4. По результатам опытно-экспериментальных исследований были определены пути повышения эффективности педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военных авиационных вузов:

- создание здоровьесберегающей образовательной среды;
- воспитание ценностного отношения к духовному и физическому развитию;
- актуализация субъектной позиции курсантов в ходе физического и нравственного развития.

#### **Практические рекомендации:**

1. Руководству военных авиационных вузов при организации образовательного процесса:

учитывать особенности формирования ЗОЖ курсантов и специфику среды военного вуза (требования распорядка дня, строго определенный порядок взаимоотношений между курсантами и преподавателями).

2. Помощникам командиров частей по физической подготовке, председателям спортивных комитетов военных авиационных вузов:

использовать разработанную практическую модель педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военного вуза;

организовывать мероприятия по совершенствованию физического и нравственного здоровья;

для оптимизации практической деятельности преподавателей, специалистов физической подготовки, командиров структурных подразделений



необходимо выполнять диагностику результатов педагогического обеспечения ЗОЖ будущих офицеров, осуществлять последовательность процесса формирования ЗОЖ курсантов.

3. Преподавателям, командирам структурных подразделений для организации результативного и динамичного процесса профессионального и личностного развития курсантов в ходе педагогического обеспечения ЗОЖ:

выявлять сущностные противоречия, определять пути повышения эффективности педагогического обеспечения ЗОЖ курсантов военного вуза.