

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра спортивных игр

«АНАЛИЗ И МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПРИ
ПРОХОЖДЕНИИ СРОЧНОЙ СЛУЖБЫ В ВООРУЖЁННЫХ СИЛАХ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 5 курса 512 группы

направление подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»
профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Сапошко Сергея Фёдоровича

Научный руководитель

Доцент

_____ Е.Н. Шпитальная
подпись, дата

Зав. кафедрой

кан. фил. наук, доцент

_____ Р.С. Данилов
подпись, дата

Саратов 2018

ВВЕДЕНИЕ

Одним из важных направлений в развитии системы физического воспитания в Вооружённых Силах Российской Федерации является физическая подготовленность военнослужащих.

Физическая подготовка формирует определенные прикладные знания, качества, умения и навыки, которые помогают человеку в успешной профессиональной деятельности. В настоящее время, в связи с высоким развитием компьютерной техники, современная молодёжь большую часть времени проводит сидя за компьютерами. Резко ограничилась двигательная активность подростков. В 90-е годы были сокращены спортивные кружки, спортивные клубы, отменили сдачу норм ГТО. Многие физкультурные секции перестроились на коммерческую основу. Это не позволяет многим молодым людям посещать спортивные секции.

Актуальность исследования. В последнее время физические показатели военнослужащих разных стран мира стали высокими. В связи с этим в Вооружённых Силах Российской Федерации уделяется большое внимание на физическую подготовленность военнослужащих. В связи с этим ввелась программа по физической подготовке в армии, которая с каждым годом прогрессирует.

Опыт свидетельствует о том, что физическая подготовка должна быть многогранной, что военнослужащие должны применять разные качества человека.

Объект исследования: Физическая подготовка военнослужащих срочной службы.

Предмет исследования: средства и методы физической подготовки во время прохождения военной службы по призыву.

Цель: Исследование в прохождении физической подготовки военнослужащих срочной службы по нормативам и его анализ.

Задачи: 1. Дать общую характеристику физической подготовки военнослужащих по призыву; 2. Изучить структуру подготовки; 3. Раскрыть

особенности физической подготовки военнослужащих; 4. Охарактеризовать основные методы и средства ФП.

Многие вопросы обеспечения обороны и безопасности, включая вопросы военной службы, урегулированы указами президента РФ «Об утверждении Концепции национальной безопасности»; «Об утверждении военной доктрины»; «Об утверждении Положения о порядке прохождения военной службы и другие».

Гипотеза исследования — предполагается, что уровень физической подготовки военнослужащих по призыву оказывает непосредственное влияние как в гражданской сфере, так и в обороноспособности Российской Федерации.

Теоретическая и методическая основа исследования: Наставление по физической подготовке Вооружённых Сил Российской Федерации.

База исследования: Рота охраны и рота авиационно-технического обеспечения войсковой части 85927 г. Энгельса Саратовской области.

Научное исследование осуществлялось в три этапа:

- На I этапе, изучение и обобщение соответствующей научной, учебной методической, психолого-педагогической литературы по проблеме развития навыков, способствующим положительным результатам в повышении физической подготовке в Вооружённых Силах Российской Федерации. В результате был оформлен научный аппарат исследования, осуществлялось выдвижение и осмысление гипотезы.
- На II этапе, проведение педагогического эксперимента, представленного констатирующим, формирующим и контрольным этапами работы.
- На III этапе, обобщение и интерпретация теоретических и практических результатов исследования, формулировка выводов, выявление научной и практической ценности.

Структура данной работы: работа включает введение, две главы, заключение, список литературы, приложение.

Во введении раскрыта актуальность проблемы, сформированы цель,

задачи исследования, научная гипотеза, определены предмет и объект, озвучена научная и практическая ценность работы.

Первая часть «Теоретическая» содержит две главы.

Первая глава посвящена изучению физической подготовке призывников в обеспечении их безопасности при прохождении военной службы.

Вторая глава посвящена физической подготовке военнослужащих срочной службы.

Вторая часть «Педагогический эксперимент»

Основное содержание работы

Учебные занятия по физической подготовке занимают важное место в общей системе боевой подготовки военнослужащих. Официально это выражается в признании за физической подготовкой статуса одного из основных предметов боевой подготовки военнослужащих.

«Учебные занятия по физической подготовке ориентированы на развитие и постоянное совершенствование физических качеств, формирование и совершенствование военно-прикладных двигательных навыков, улучшение физического развития, укрепление здоровья и повышение устойчивости организма военнослужащих к воздействию неблагоприятных факторов военно-профессиональной деятельности.»¹

Особенности учебных занятий:

1. Приоритетность в решении задач физического совершенствования военнослужащих. Учебные занятия по физической подготовке располагают наибольшими возможностями по воздействию на личный состав.
2. Обязательность учебных занятий для всех военнослужащих. Все военнослужащие независимо от служебного положения, звания и состояния здоровья привлекаются к регулярным занятиям по физической подготовке.

Они проводятся:

Для Сухопутных войск, мобильных бригад, бригады специального назначения - 3-4 часа в неделю, из них два раза - единый час в составе воинской части, а остальные занимаются - согласно плану воинской подготовки воинской части на учебный год.

Для Военно-космических сил и войск противовоздушной обороны - 3 часа в неделю из них два раза - единый час в составе воинской части и один раз - согласно плану подготовки войск.

С военнослужащими срочной службы - не менее 4 часов в неделю;

¹Агеев Б.А. Мотивационная готовность молодых офицеров к военно-профессиональной деятельности: дис. к.пс.н. М.: ГА ВС, 2004.

3. Регламентирование продолжительности и времени проведения учебных занятий.

Проводятся в часы, предусмотренные распорядком дня, расписание занятий и другими документами, разрабатываемыми в воинской части и подразделениях. Продолжительность учебных занятий в воинских частях 50 или 100 минут, в военно-учебных заведениях - 45-90 минут.

4. Определение содержания учебных занятий специальными программами. Перечень разделов, их содержание, объем учебного времени, рациональная последовательность проведения занятий, организационно-методические указания по обучению военнослужащих определяются специальными программами боевой подготовки для различных родов войск, физически подготовленных офицеров и военнослужащих- женщин.

5. Прохождение на учебных занятиях всех этапов обучения физическим упражнениям.

На учебных занятиях отражаются все этапы процесса обучения: ознакомление, разучивание, закрепление, совершенствование.

Это обеспечивает эффективное овладение новыми физическими упражнениями, формирует прочные военно-прикладные, двигательные навыки. Учебные занятия дают теоретические знания, развитие общих физических и специальных качеств.

Учебные занятия по физической подготовке подразделяются на теоретические и практические.

Теоретические занятия по физической подготовке проводятся в виде лекций и семинаров.

Практические занятия имеют учебно-тренировочную и методическую направленность. Они делятся на учебно-тренировочные и методические.

Предметные учебно-тренировочные занятия проводятся по разделам физической подготовки: преодолению препятствий и метанию гранат, рукопашному бою, ускоренному передвижению, лыжной подготовке, атлетической подготовке.

Комплексные учебно-тренировочные занятия ориентированы на повышение общей физической подготовленности военнослужащих. В их

Методические занятия по физической подготовке подразделяются на учебно-методические, инструкторско-методические и показательные.

Учебно-методические занятия проводятся с курсантами учебных частей, готовящих командиров отделений, и обеспечивают формирование у них умений, которые необходимы для качественной организации личного состава.

Инструкторско-методические занятия проводятся в целях повышения знаний, совершенствования умений командиров подразделений в организации и проведению занятий по физической подготовке личного состава.

Показательные занятия проводятся в целях показа образцовой организации и методики проведения занятий. Таким образом, учебные занятия, вносят решающий вклад в обеспечение физической готовности военнослужащих к боевой деятельности. Они считаются основной формой физического совершенствования личного состава армии.

Нормативы по физической подготовке для военнослужащих утверждены на законодательном уровне.

В обязанности каждого военнослужащего входят систематические занятия физическими упражнениями. Военнослужащие срочной службы должны заниматься физической подготовкой как минимум 5 часов в неделю, а курсанты и слушатели военных вузов – 4 учебных часа в неделю.

К исследованию были привлечены: военнослужащие - 10 человек, в возрасте от 18 до 27 лет. Статистической обработке были подвергнуты показатели, характеризующие включенность юношей в систему военно-патриотического воспитания, их отношение и уровень готовности к службе в ВС РФ.

В ходе исследования мы проанализировали экспериментальные данные по физической подготовке военнослужащих с учётом сокращения срока

службы.

На удалось определить социально-психологические показатели физического состояния военнослужащих, и готовность к их взаимодействию при позитивных задач .

Был определён педагогический , направленный на готовности юношей к в Вооруженных Силах .

В связи с поставленными исследования был выбор методов исследования. Были описанные методики в пособий (« по организации и проведению исследований физической военнослужащих»; «Методики в спорте»;« физического воспитания»; « по физической подготовке и Вооруженных Сил России» « по проверке и состояния физической военнослужащих»)², которые в разные года .

В работе нены следующие теоретико-экспериментального исследования:

1. Анализ национальных и законодательных актов в образования, физической и спорта, социальной России;
2. анализ и синтез и учебной литературы по проблеме;
3. опрос;
4. наблюдение;
5. физического состояния;
6. социально-психологических и психологических;
7. Статистический метод результатов дня;

Были проанализированы источники, составляющие учебного материала по , социологии, культуры молодежи возраста и образования. методические источники, особенности подготовки и военнослужащих, разработанные в институте физической .

Практическая исследования состоит в : -социально-педагогических условий взаимодействия юношей возраста;

²Агаджанян Н.А. Социальная физиология: адаптация и здоровье человека. Тарту, 2004.

- и методов физического ;

-военно-патриотического воспитания поколения;

В итоге разработана действующая программа подготовки военнослужащих, позволяет в короткие сроки физически молодому бойцу к жизнедеятельности военнослужащих службы.

Представленный позволяет молодому человеку свое физическое и найти адекватный достижения для военно-профессиональной деятельности и способностей физических упражнений.

Из , проведенного видно, что исходный физической подготовленности пополнения, оценивается в «неудовлетворительно». выше оценивается «сила». Многие при получили неудовлетворительные . Так же оценивалась . Здесь наблюдается разброс результатов. военнослужащие получили «хорошо», но при некоторые - «неудовлетворительно». развития выносливости ается «неудовлетворительно». При все проверенные люди получили «неудовлетворительно».

В настоящее не все, призванные на службу в заканчивают школу. Занятия в проходят не на высоком . На призывных пунктах не занятия по подготовке. И уровень юношей, призванных на , оказывается ещё ниже чем был во обучения в и колледжах.

Таким, на основании проведенного можно сделать:

-интегральный физического состояния пополнения оценивается «»;

-призывается большое количество военнослужащих с недобором веса;

-по показателям функционального состояния организма только 33,9% молодого пополнения соответствует требованиям военной службы в полном объеме:

-исходный уровень общей физической подготовленности молодого пополнения оценивается «неудовлетворительно».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На современном этапе возникла кризисная ситуация в обучении и воспитании личного состава прежними средствами и методами физической подготовке. Под воздействием объективного фактора возникает потребность в переосмыслении обучения и воспитания физической подготовки.

Кроме того, некоторые командиры и начальники подразделений негативно относятся к физической подготовке. Военно-спортивное руководство не в полной мере осуществляет управленческие функции и слабо воздействуют на решения задач в подготовке физически крепких и выносливых военнослужащих.

Реальные условия военно-физкультурного образования требуют новых подходов к формированию у будущих военнослужащих физических качеств и двигательных навыков. Необходимо, чтобы возможности их организма обеспечивали реакцию на условия армейской. Нужно создавать условия для успешного прохождения службы. В настоящее время идеи пока не разработаны. А с апробирование их на практике, дело ещё хуже. Для решения исследования осуществлялось трудов учения о войне и , развития общества, физической подготовки в боеспособности .

В исследования фактический материал, положительные изменения развития, функционального и физической военнослужащих, который нами для совершенствования готовности военнослужащих. предложенных не исчерпывает возможностей эффективности физической на первом году. Это одна из теоретических и практических для дальнейших опытных .