

**В. А. Филиппович, Д. А. Завьялов**

Красноярск

## **ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** физическое воспитание; студенты юридических вузов; психофизическая готовность; профессиональная подготовка.

**АННОТАЦИЯ.** Раскрываются актуальность проблемы психофизической готовности студентов юридических вузов к профессиональной деятельности в правоохранительных органах и результаты опытно-экспериментальной работы. Разработана экспериментальная программа и доказана ее эффективность в педагогическом эксперименте.

**V. A. Filippovich, D. A. Zaviyalov**

Krasnoyarsk

## **PEDAGOGICAL ASPECTS OF STUDENTS' PSYCHO-PHYSICAL READINESS FORMATION FOR THE PROFESSIONAL ACTIVITY BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS**

**KEY WORDS:** physical education; law students; psycho-physical readiness; professional training.

**ABSTRACT.** The article considers the topicality of the problem of psychophysical readiness of law students for professional activity in the law enforcement bodies as well as the results of pilot experimental study. The experimental program was worked out and its effectiveness in pedagogical experiment was proved.

Основная социально-педагогическая задача профессиональной подготовки студентов — формирование у них должной готовности к профессиональной деятельности с учетом современных требований [2]. По нашему мнению, для студентов юридических вузов наиболее значимым результатом процесса профессиональной подготовки специалистов является психофизическая готовность, которая определяется как способность выпускника юридического вуза быстро и эффективно адаптироваться в процессе профессиональной деятельности к интенсивно изменяющимся требованиям к специалисту правоохранительных органов.

В современной педагогике профессионального образования для определения профессиональной готовности вводится понятие профессиональной компетенции, выражающее единство теоретической и практической готовности студента к осуществлению педагогической деятельности и характеризующее его профессионализм [4].

Профессиональное образование любого уровня должно обеспечивать получение обучающимися профессии и соответствующей квалификации. Важнейшим компонентом профессиональной подготовки специалистов является содержание образования, которое в конкретном образовательном учреждении определяется программой, разрабатываемой им самостоятельно.

Однако насколько бы разнообразными и эффективными ни были формы, методы и средства обучения, если неправильно определено содержание образования, то невозможно обеспечить хорошее качество подготовки выпускников вузов [3].

Исходя из изложенного, заключаем, что повышение эффективности и качества занятий физическим воспитанием студентов становится задачей государственной важности, поскольку недооценка их роли в социокультурных процессах приведет к ухудшению физической подготовленности и состояния здоровья молодежи. Особый статус и значение физическое воспитание студентов в юридических вузах, где данная дисциплина

является важным образовательным компонентом в формировании профессиональных умений и навыков.

Практика последних лет показывает низкий уровень физической и психологической подготовленности студентов юридических вузов, где в процессе физического воспитания уделяется недостаточное внимание психофизической подготовке.

По нашему мнению, совершенствование процесса физического воспитания студентов юридических вузов, в основу которого положена профессионально-прикладная физическая подготовка как базовая составляющая в формировании психофизической готовности будущих специалистов правоохранительных органов, в настоящее время приобретает важное значение.

Как показывает проведенный нами анализ программ физического воспитания студентов ряда юридических вузов, в настоящее время представляется недостаточно проработанной в методическом и организационном плане организация учебного процесса, направленная на интеграцию психологической и физической подготовки будущих специалистов, в профессиональной деятельности которых психофизическая готовность является важной составляющей успешности в поддержании правопорядка в обществе [1].

Цель нашего исследования заключалась в разработке организационно-педагогических условий, обеспечивающих эффективность формирования психофизической готовности студентов юридических вузов к профессиональной деятельности средствами физической культуры и спорта.

По нашему мнению, назрела необходимость существенного совершенствования системы профессионально-прикладной физической подготовки в юридических вузах, так как профессиональная подготовка выпускников отстает от предъявляемых требований современной практики.

Существующая в настоящее время модель профессионального обучения в учебных заведениях юридического профиля исчерпала себя и

возникла необходимость поиска современных систем подготовки молодых специалистов.

Для определения уровня физической готовности к профессиональной деятельности выпускников общеправовых факультетов нами был проведен анкетный опрос студентов Сибирского юридического института МВД России (г. Красноярск). К анкетированию привлекались обучаемые 4-го и 5-го курсов и действующие сотрудники правоохранительных органов из числа выпускников этого института. Также в анкетировании приняли участие студенты юридического факультета Красноярского государственного аграрного университета. Всего анкетированием было охвачено 354 респондента, из них 27 человек — работники правоохранительных органов.

Результаты анкетирования показали, что 41% опрошенных студентов имеют желание связать свою профессиональную деятельность с правоохранительными органами или другими силовыми структурами.

Большинство опрошенных (69%) считают, что существующая программа по физической культуре на юридических факультетах не в полной мере отражает психофизическую готовность выпускников к будущей профессиональной деятельности.

Подавляющее число респондентов (87%) считают необходимым владение боевыми приемами борьбы для своей профессиональной деятельности или для элементарной самообороны по мере необходимости.

Представляет интерес мотивация посещения студентами занятий по физической культуре. Так, 45% опрошенных основной их целью считают укрепление здоровья, 36% — поддержание общей работоспособности, 19% — формирование профессионально важных физических качеств.

Такое соотношение ответов позволяет утверждать, что большинство опрошенных не расценивают физическую культуру, регламентированную действующей рабочей учебной программой, как эффективное средство подготовки специалистов к будущей профессиональной деятельности, которая часто сопряжена с действиями в экстремальных ситуациях.

С целью выявления наиболее важных физических и психических качеств, необходимых для будущей профессиональной деятельности студентов, корректировки учебных программ по физической культуре с профессиональной направленностью в юридических вузах нами было проведено исследование.

Для достижения поставленной цели с помощью специально разработанной анкеты было опрошено 82 выпускника общеправового факультета Сибирского юридического института, представляющих правоохранительные органы и другие силовые структуры Красноярского края.

Результаты проведенного исследования подтверждают, что предлагаемая типовой программой по физической культуре методика не способствует формированию психофизической готовности выпускников общеправового факультета к действиям в сложных или экстремальных условиях, связанных с профессиональной деятельностью.

Игнорирование психологического аспекта либо его некомпетентный учет снижают эффек-

тивность действий сотрудника. Так, 78% опрошенных сотрудников правоохранительных органов из числа выпускников общеправового факультета Сибирского юридического института, действовавших в экстремальных условиях, указали на неадекватное самочувствие и поведение в этих ситуациях. Профессиональная деятельность, связанная с конфликтными ситуациями, требует большого психического напряжения, что отметили 83% респондентов.

Наибольшие трудности в ситуациях, когда приходилось по долгу службы вступать с правонарушителями в единоборство с применением физической силы, испытывали 94% опрошенных. При этом 69% из них подвергались нападению правонарушителей с применением ими физической силы в различных ситуациях, связанных с выполнением служебных задач и в ситуациях, не связанных с профессиональной деятельностью.

В ходе анкетирования выявлено, что только 12% опрошенных сотрудников из числа выпускников общеправового факультета имеют спортивные разряды по служебно-прикладным видам спорта, 10% регулярно продолжают активно заниматься физической культурой и спортом. Это свидетельствует об отсутствии у большинства респондентов мотивации к занятиям в спортивных секциях, которая должна формироваться при обучении их в средней общеобразовательной школе и впоследствии в высших учебных заведениях. Одной из причин такого положения дел, на наш взгляд, служит недостаточная работа по пропаганде и вовлечению максимального количества студентов к занятиям физической культурой и спортом, в том числе с прикладной направленностью.

Эти очевидные и в общем давно признанные положения до настоящего времени недостаточно учитывались при организации и реализации учебного процесса на общеправовых факультетах.

Применительно к учебным заведениям юридического профиля целесообразно модернизировать программно-методическое обеспечение, включив раздел профессионально-прикладной физической подготовки, направленный на формирование психофизических качеств студентов, требующихся им в будущей профессиональной деятельности.

Проведенная нами работа позволила определить наиболее важные психофизические качества юристов, необходимые им в профессиональной деятельности, и разработать педагогические условия интегративной психофизической подготовки студентов юридических вузов. Кроме того, мы подготовили предложения по корректировке программно-методического обеспечения дисциплины «Физическая культура» в образовательных учреждениях юридического профиля.

По материалам бесед, анкетирования, наблюдений, изучения программно-методического обеспечения мы пришли к заключению о том, что при проведении занятий по физической культуре не учитываются особенности профессиональной деятельности большой группы юристов из числа студентов, которые после окончания юридического вуза связывают свою профессиональную деятельность с правоохранительными органами.

Поэтому для данной категории, на наш

взгляд, в стенах юридического вуза на практических занятиях по физической культуре необходимо создавать педагогические условия, выявлять соответствующие организационные подходы, стимулирующие студентов к активным физическим упражнениям прикладного характера.

С учетом существующей проблемы нами был проведен формирующий эксперимент, направленный на совершенствование содержания физического воспитания студентов юридических вузов посредством создания педагогических условий формирования психофизической готовности выпускников.

Исследование проводилось на базе Сибирского юридического института (г. Красноярск) в течение 4-х лет (2005—2008 гг.). Испытуемыми были студенты, поступившие на первый курс в 2005 г. и окончившие четвертый курс в 2008 г.

Для участия в формирующем эксперименте были созданы 1 экспериментальная и 2 контрольные группы из числа студентов общеправового факультета. С целью получения качественной презентабельной выборки экспериментальная группа была сформирована без каких либо преимуществ перед 2-мя контрольными группами.

В процессе педагогического эксперимента студенты на учебно-практических занятиях занимались по разработанной нами методике, направленной на формирование наиболее значимых психофизических качеств. Цель осуществляемого педагогического эксперимента заключалась в совершенствовании методики повышения психофизической готовности студентов к профессиональной деятельности.

Контрольные группы занимались на занятиях по физической культуре согласно действующей типовой рабочей программе, рассчитанной на 474 часа в течение 4-х лет. Экспериментальная группа обучалась по разработанной нами рабочей программе, рассчитанной также на 474 часа плановых занятий в течение 4-х лет.

Мы предположили, что в рамках экспериментальной учебной программы по физической культуре, не изменяя количества учебных часов и создав организационно-педагогические условия формирования психофизической готовности, можно качественно повысить уровень профессионального мастерства будущих специалистов правоохранительных органов.

Разработанная нами экспериментальная программа по физической культуре предусматривает изучение студентами теоретического и практического курсов, направленных:

- на обеспечение в образовательных учреждениях юридического профиля разносторонней физической подготовленности студентов, способствующей более быстрому овладению двигательными умениями и навыками, необходимыми в профессиональной деятельности;
- повышение общей работоспособности, позволяющей лучше справляться с интенсивными, длительными физическими и психическими нагрузками;
- воспитание морально-волевых, психических качеств;
- укрепление и поддержание здоровья будущих юристов, подготовку к профессиональной дея-

тельности.

В практический раздел программы были включены разделы по видам спорта строго прикладной направленности и виды спорта, дополняющие профессионально-прикладную физическую подготовку (ППФП). В разделы, дополняющие ППФП, включены те виды спорта, которые отображены в учебном плане факультета и вузовских программах физического воспитания (спортивные игры, легкая атлетика, гимнастика, лыжная подготовка, плавание).

В основу годичного цикла занятий были положены упражнения раздела программы профессионально-прикладной физической подготовки. Особенностью экспериментальной методики обучения явилось совершенствование психофизической подготовки студентов путем использования нестандартных средств и методов выполнения различных физических упражнений.

Некоторые виды физических упражнений организовывались на практических занятиях в условиях, приближенных к экстремальным: учебно-тренировочные поединки (спарринги), прикладное плавание, специальная психологическая полоса препятствий со стрельбой на фоне утомления с различными заданиями и условиями и др.

Используемая нами методика была направлена на повышение уровня психофизической подготовленности студентов экспериментальной группы. Мы применяли отработку упражнений, содержащих элементы риска, новизны, повышенной опасности и сложности: подтягивание и подъем переворотом на специальном устройстве высотой до 6 метров, преодоление разновысокого «рукохода» высотой до 5 метров различными способами, прыжки через специально оборудованный ров длиной 3 метра, проведение спаррингов по правилам бокса и рукопашного боя в зависимости от места и условий проведения занятий.

Это требует от студентов не только физических усилий, но и мобилизации воли, выдержки, самообладания. Данный раздел видов спорта и специальных упражнений строго прикладной направленности предъявляет дополнительные требования ко всему уровню профессиональной подготовленности студентов.

Наряду с традиционными формами учебных занятий в качестве одной из эффективных форм организации ППФП мы практиковали соревновательный метод. Соревнования по прикладным видам спорта имели различный уровень, мы привлекали к ним по возможности наибольшее количество студентов экспериментальной группы.

Также на занятиях для развития психических и физических качеств нами широко использовались методы строго регламентированного упражнения, метод круговой тренировки и повторный метод. Все упражнения выполнялись на фоне значительного физического утомления, в том числе с помощью партнера.

Анализ результатов проведенной опытно-экспериментальной работы показал высокую эффективность организационно-педагогических условий формирования психофизической готовности студентов. Показатели психофизической подготовленности в экспериментальной группе значительно улучшились по сравнению с контрольными группами (табл. 1).

Таблица 1

Изменение показателей физической подготовленности студентов до и после опытно-экспериментальной работы

Упражнение	Группа	До эксперимента	После эксперимента	Достоверность	Прирост, %
Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	ЭГ	10 ± 0,56	15 ± 0,55	p < 0,05	50
	КГ	9 ± 0,37	11 ± 0,35	p < 0,05	20,8
		p > 0,05	p < 0,05		
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях(кол-во раз)	ЭГ	14 ± 0,59	25 ± 1,01	p < 0,05	80,9
	КГ	14 ± 0,57	17 ± 0,59	p < 0,05	26,1
		p > 0,05	p < 0,05		
Бег 100 м (с)	ЭГ	14,22 ± 0,16	13,65 ± 0,09	p < 0,05	4
	КГ	14,05 ± 0,1	13,9 ± 0,08	p > 0,05	1,1
		p > 0,05	p < 0,05		
Челночный бег 10x10 м (с)	ЭГ	26,84 ± 0,15	26,07 ± 0,06	p < 0,05	3,1
	КГ	26,55 ± 0,12	26,1 ± 0,08	p < 0,05	1,3
		p > 0,05	p < 0,05		
Кросс 5 000 м (мин, с)	ЭГ	23,31 ± 0,21	22,18 ± 0,14	p < 0,05	4,8
	КГ	23,21 ± 0,15	22,57 ± 0,15	p < 0,05	2,8
		p > 0,05	p < 0,05		

Таблица 2

Показатели психофизической готовности студентов к выполнению упражнений повышенной опасности и сложности (по 5-балльной шкале) при преодолении специальной психологической полосы препятствий до и после опытно-экспериментальной работы

Упражнение	Группа	До эксперимента (баллы)	После эксперимента (баллы)	Прирост	Достоверность
Преодоление специальной психологической полосы препятствий	ЭГ	2,13	4,13	2 (94,1 %)	p < 0,05
	КГ	2,02	2,68	0,66 (32,6 %)	p < 0,05
Достоверность		p > 0,05	p < 0,05	p < 0,05	

Показатели психофизической подготовленности, которая определялась методом экспертной оценки, у студентов экспериментальной группы за период проведенного исследования повысились в среднем на 94,1% (p < 0,05), в контрольных группах также выявлено улучшение, но существенно ниже — 32,6% (p < 0,05).

Важно и то обстоятельство, что в процессе занятий по предложенной экспериментальной программе студенты убедились в позитивной роли занятиями физической культурой для успехов в будущей профессиональной деятельности. Посещаемость занятий по физической культуре в экспериментальной группе значительно

выросла по сравнению с начальным периодом эксперимента.

Также участники экспериментальной группы отметили необходимость овладения приемами рукопашного боя, поскольку в современной обстановке никто, в том числе и сотрудники правоохранительных органов, не застрахован от физических посягательств правонарушителей.

Полученные экспериментальные данные о динамике физической и психологической подготовленности студентов позволяют говорить об эффективности разработанной нами программы по формированию психофизической готовности будущих специалистов к профессиональной деятельности.

#### ЛИТЕРАТУРА

- БАИШЕВ И. И. Педагогическое сопровождение физической подготовки будущих сотрудников правоохранительных органов // Теория и практика физической культуры. 2009. № 2.
- КОВАЛЬ В. И. Профессионально-педагогические компетенции у студентов факультета физической культуры в области оздоровительной деятельности // Теория и практика физической культуры. 2011. № 3.
- САЗОНОВ Ю. И. Основные направления решения проблемы профессиональной подготовки преподавателя физической культуры // Теория и практика физической культуры. 2011. № 2.
- СЛАСТЕНИН В. А., Исаев И. Ф. Педагогика : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / под ред. В. А. Сластенина. М. : Академия, 2002.

Статью рекомендует д-р социол. наук, доц. В. Е. Шинкевич