

Интернет-журнал «Мир науки» ISSN 2309-4265 <http://mir-nauki.com/>

2016, Том 4, номер 2 (март - апрель) <http://mir-nauki.com/vol4-2.html>

URL статьи: <http://mir-nauki.com/PDF/42PDMN216.pdf>

Статья опубликована 12.05.2016

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Макеева В.С., Баркалов С.Н., Алдошин А.В. Организация деятельности вуза и самоорганизация здорового поведения курсантов МВД в процессе физической подготовки // Интернет-журнал «Мир науки» 2016, Том 4, номер 2 <http://mir-nauki.com/PDF/42PDMN216.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

**УДК 796.011.3**

**Макеева Вера Степановна**

ФГКОУ ВО «Орловский юридический институт МВД Российской Федерации им В.В. Лукьянова», Россия, Орёл  
Профессор кафедры «Физической подготовки и спорта»  
Доктор педагогических наук  
E-mail: vera\_191@mail.ru

**Баркалов Сергей Николаевич**

ФГКОУ ВО «Орловский юридический институт МВД Российской Федерации им В.В. Лукьянова», Россия, Орёл  
Начальник кафедры «Физической подготовки и спорта»  
Кандидат педагогических наук, доцент  
E-mail: barkalov2009@mail.ru

**Алдошин Андрей Витальевич**

ФГКОУ ВО «Орловский юридический институт МВД Российской Федерации им В.В. Лукьянова», Россия, Орёл  
Доцент кафедры «Физической подготовки и спорта»  
Кандидат педагогических наук  
E-mail: FPiS-orurinst@yandex.ru

## **Организация деятельности вуза и самоорганизация здорового поведения курсантов МВД в процессе физической подготовки**

**Аннотация.** В статье рассматриваются проблемы образовательного учреждения министерства внутренних дел и курсантов по организации здорового поведения. Дается характеристика сущности здорового поведения, способствующего повышению жизнестойкости и успешности будущего сотрудника. В этом процессе ведущее место занимает физическая подготовка как процесс, направленный на одновременное чувствование и действие, как функциональная база организма, способствующая реализации и согласованности нормы и вариативности, индивидуальности и заданности. Представлены педагогические условия, способствующие самоорганизации здорового поведения курсанта: актуализация теоретического курса, поэтапное формирование компонентов личностного развития; уровневая дифференциация как учреждения образования, так и личностного развития, основанного на личностном выборе курсантом дополнительных форм и методов подготовки в освоении программного материала дисциплины.

Учет индивидуальных особенностей личности на основе самооценки состояний обеспечивает выбор такого курса двигательной активности, который позволяет в максимальной степени соотносить возможности курсанта со степенью трудности поставленных задач. Результатом эффективной самоорганизации здорового поведения курсанта является накопление социально-биологического и жизнедеятельностного потенциала, гармоничного развития, не противоречащего требованиям будущей служебной

деятельности. Выявлены по данным анкетирования мотивационной структуры личности по методике Мильмана положительные изменения в шкалах «жизнеобеспечение», «комфорт», «социальная полезность», характер общения», «творческой активности».

**Ключевые слова:** курсанты; самоорганизация; здоровое поведение; компоненты личности; самооценка состояний; мотивы

Физическая подготовка курсантов с целевой ориентацией на решение преимущественно двигательных задач, на современном этапе своего развития исчерпала себя. Сегодня важна такая организация учебно-тренировочного процесса, которая будет способствовать решению не только двигательных задач, но в первую очередь – развития личностных и профессиональных качеств и свойств.

Потребности профессиональной (служебной) деятельности будущих сотрудников МВД и, в частности сотрудников ГИБДД, лежат в плоскостях развития таких качеств и свойств, которые необходимы ему, но не могут быть сформированы в процессе естественного физического развития и труда, либо формируются этими путями явно недостаточно. Физическая подготовка, построенная на совокупности организующей деятельности учреждения образования (вуза) и самоорганизующей деятельности курсанта, выступают фундаментальной ценностью личности, поскольку обеспечивают социально-биологический и жизнедеятельностный потенциал, создают предпосылки гармоничного развития, содействуют проявлению высокого уровня социальной активности будущих сотрудников ГИБДД [2, с. 16-21; 3, с. 96-98; 6, с. 48-50; 7, с. 264-272].

Успешность образовательного процесса в физической подготовке курсанта определяется степенью его участия не только в физкультурно-спортивной деятельности, но и в организации целесообразного и здорового поведения в быту и в период отдыха. При этом его деятельность должна быть свободной, осуществляться не по внешнему убеждению, а продиктована внутренней потребностью. Однако, конкретные пути и формы организации образовательного процесса, решающего единую задачу, зачастую сводятся к унифицированным мероприятиям, ориентированным на «усредненного курсанта», рассматриваемого как объект педагогического воздействия [4, с. 252-254; 5, с. 41-43; 10, с. 51-57].

Полагаем, что есть необходимость формирования здорового поведения курсанта, которое позволит строить образовательно-воспитательную деятельность учебного заведения с учетом потребностей, интересов и мотивов, целевой направленности, способности к саморазвитию, повышению уровня теоретической, методико-практической и физической подготовленности курсанта с одной стороны. С другой стороны сам курсант должен приложить определенные усилия по организации целесообразного и здорового поведения в быту и в период отдыха.

Задачи исследования:

- Дать характеристику сущности и структуры понятия «здоровое поведение» субъекта образовательного процесса.
- Разработать программу организации здорового поведения курсантов экспериментальной группы.
- Создать педагогические условия для формирования процесса самоорганизации здорового поведения курсантов экспериментальной группы.

- Определить динамику мотивации курсантов в процессе эксперимента по методике Мильмана.

В педагогическом эксперименте принимали участие курсанты 1 курса Орловского юридического института МВД России им. В.В. Лукьянова в 2014-2015 учебном году из одной учебной группы в количестве 24 человек.

В исследовании применялись следующие методы исследования: анализ теоретических источников, моделирование программы образовательного учреждения и создание педагогических условий для самоорганизации здорового поведения курсантов, педагогическое наблюдение, тестирование двигательных качеств, измерение морфофункциональных показателей, анкетирование мотивационной структуры личности по методике Мильмана и типа темперамента по методике Айзенка. Анкетирование осуществлялось в начале первого и второго года обучения. Проводился математический анализ полученных результатов.

Определение понятия «здоровое поведение» в теоретических источниках зачастую употребляется в бездоказательной форме и имеет расплывчатые определения, общие рекомендации и обычно не носит субъективной направленности в практическом решении поставленных задач. Готовность к самоорганизации здорового поведения со стороны курсанта понимается нами как «интегральное качество, проявляющееся в потребности, способности и решимости личности осуществлять упорядоченную сознательную деятельность по организации и управлению самой собой». Формируясь на основе естественного стремления к интеграции с окружающими людьми и миром в целом, к взрослению, развитию, к поиску смысла, к проявлению своего внутреннего потенциала, здоровое поведение способствует повышению жизнестойкости и успешности будущего сотрудника в служебной деятельности. В этом процессе ведущее место занимает физическая подготовка как процесс, направленный на одновременное чувство и действие, как функциональная база организма, способствующая реализации и согласованности нормы и вариативности, индивидуальности и заданности.

Педагогическими условиями построения процесса физической подготовки, способствующей самоорганизации здорового поведения курсанта выступают:

- актуализации теоретического курса содержания программы, приближенная к современной практике физической подготовки в соответствии с запросами будущей служебной деятельности;
- поэтапное формирование компонентов личностного развития;
- уровневая дифференциация, отражающая объективную оценку со стороны учреждения образования (вуза);
- личностного развития, основанного на личностном выборе курсантом дополнительных форм и методов подготовки в освоении программного материала дисциплины.

Теоретический курс дисциплины актуализировался современными требованиями служебной подготовки к будущим сотрудникам ГИБДД к личностным и двигательным качествам и свойствам, необходимым для успешной служебной деятельности.

Курс практической реализации дисциплины обеспечивался созданием педагогических условий учебно-тренировочного процесса за счет приближения к характеру служебной деятельности; расширению функциональных возможностей (резервов) курсантов для выполнения служебной деятельности в экстремальных ситуациях.

Самоорганизация деятельности курсанта, направленная на усиление сопряженности учебной информации с практикой и повышение значимости ценности знаний о роли физической культуры в получении базовых основ здорового поведения, дополнялась элементами самостоятельных занятий во внеучебное время и включала оценку антропометрического профиля, расчет показателей типа телосложения и типа темперамента, а также типа вегетососудистой регуляции организма [1, с. 4-48; 8, с. 802; 9, с. 154-160].

Технологическое обеспечение формирования компонентов здорового поведения осуществлялось на диагностико-ориентировочном; программно-целевом; операционально-деятельностном и оценочно-корректировочном этапах.

Организация и самоорганизация курсантов обеспечивались следующими изменениями в:

- в гностическом компоненте в применении методов и приемов, направленных на наиболее полное осмысление задач учебно-тренировочного процесса (требования служебной деятельности к двигательным действиям, характере их выполнения, анализе эффективности, проявлении их взаимосвязи в показателях функционального состояния систем организма и работоспособности и др.);
- в мотивационно – ценностном компоненте преодолением отрицательных установок в отношении физической подготовки, воспитании широких социальных мотивов физкультурно-спортивной деятельности, ее необходимости и определении роли в служебной деятельности;
- в рефлексивном компоненте в формировании потребности в самопознании, самооценке своих действий и поступков, результатов деятельности при обязательном понимании целей деятельности и их значимости для саморазвития;
- в предметно-результативном компоненте в организации самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности в течение всей жизни, планировании, контроле процесса физического самовоспитания и др.

Дифференцирование оценки эффективности образовательного процесса осуществлялась:

- преподавателем, как представителем учебного учреждения в зависимости от результатов комплексного анализа развития курсанта и учета его индивидуальных особенностей, выбора адекватных средств и методов развития;
- курсантом, после приобретения опыта организации самостоятельных занятий, дополняющих уровень освоения программного материала дисциплины.

Самоорганизация здорового поведения курсанта, направленная на освоение умений и навыков самооценки состояний (антропометрического профиля, показателей типа телосложения, типа темперамента, типа вегетососудистой регуляции организма) способствует выбору такого курса двигательной активности, который позволяет в максимальной степени соответствовать индивидуальным особенностям курсантов, позволяет учитывать их интересы и потребности в самоорганизации, индивидуальных предпочтениях и субъективном опыте в физкультурно-спортивной деятельности, содействует развитию умения соотносить свои возможности со степенью трудности осваиваемого материала и не противоречат требованиям служебной деятельности.

Результаты педагогического эксперимента подтвердили эффективность организации и самоорганизации курсантов в физической подготовке, построенной на основных требованиях

современной служебной деятельности будущих сотрудников ГИБДД. Так, анализ результатов анкетирования мотивационной структуры личности курсантов по методике Мильмана на начало 2 курса, показал положительную динамику по шкалам: «жизнеобеспечение» на 14%, «комфорт» – на 18,6% и «социальная полезность» - на 16,8%. Наибольшие сдвиги по сравнению с исходными данными, проведенными в начале учебного года первого года обучения, произошли в показателях, отражающих характер общения – в целом на 43,2%, и «творческой активности» – на 32,4%.

В результате проведенного исследования выявлены существенно более высокие позитивные сдвиги в двигательных качествах, предъявляемых служебной деятельностью и интегративном показателе развития личностного потенциала курсанта.

Таким образом, положительная динамика сформированности позитивных социальных стереотипов, направленных на развитие здорового поведения личности в процессе физической подготовки не по принуждению, а по необходимости и собственным ценностным ориентациям, способствует смене равнодушно-пассивного отношения на позитивно-деятельностное. Самооценка самоорганизации курсанта с организационными действиями учреждения образования проявляется не только в учебно-тренировочном процессе, но и в поведении и отношениях, образуя устойчивое единство жизнедеятельности, самовыражение индивидуальности в соответствии со своими возможностями.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Болдов А.С. Мониторинг физического состояния студентов социального вуза / А.С. Болдов, А.С. Махов, Л.Ю. Климова // Ученые записки им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – №5 (123). – С. 44–48.
2. Болотин А.Э. Типологические признаки образовательной среды, необходимые для эффективного профессионального развития курсантов в вузах внутренних войск МВД России / А.Э. Болотин, А.Н. Сивак // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. - 2013. - №5 (99). - С. 16-21.
3. Волобуев А.Л., Бакулина Е.Д. Специфика учебно-профессиональной деятельности студента в контексте личностно-ориентированного обучения // Психология и педагогика: методология, теория и практика. Сборник статей Международной научно-практической конференции. (10 ноября 2015 г., г. Челябинск). В 2 ч. Ч.1 - Уфа: Аэтерна. 2015. – С. 96-98.
4. Волобуев А.Л. О целях образовательного процесса по дисциплине «Физическая культура» // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2007. Т. 14. №37. С. 252-254.
5. Макеева В.С. Дифференцированный подход в формировании физической культуры обучающихся // Педагогическое образование и наука. 2013. №4.-С. 41-43.
6. Макеева В.С. Физическая подготовка в обеспечении личной безопасности курсантов обучающихся по профилю ГИБДД / Макеева В.С., Баркалов С.Н., И.В. Герасимов // Культура физическая и здоровье. – 2015. - №3. – С. 48-50.
7. Оплетин А.А., З.М. Кузнецова Потенциальные возможности физической культуры в процессе саморазвития личности студентов вуза // Мир психологии. 2014. №4 (80). - С. 264-272.
8. Пушкина В.Н. Функциональные возможности кардиореспираторной системы и двигательный потенциал у лиц с разным типом гемодинамики / В.Н. Пушкина, И.А. Варенцова, Н.В. Оляшев // Современные проблемы науки и образования. - 2014. - №6. - С. 802.
9. Чеснокова В.Н. Развитие профессионально важных качеств студентов средствами физической культуры / В.Н. Чеснокова, А.Н. Зелянина, И.В. Мищенко // Вестник Северного (Арктического) федерального университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. - 2012. - №6. - С. 154-160.
10. Ямалетдинова Г.А. Условия, обеспечивающие эффективность самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов по физической культуре в вузе // Педагогическое образование и наука. 2013. №4. – С. 51-57.

**Makeeva Vera Stepanovna**

Orel Law Institute of the Ministry of the Interior of the Russian Federation named after V.V. Lukyanov, Russia, Orel  
E-mail: vera\_191@mail.ru

**Barkalov Sergey Nikolaevich**

Orel Law Institute of the Ministry of the Interior of the Russian Federation named after V.V. Lukyanov, Russia, Orel  
E-mail: barkalov2009@mail.ru

**Barkalov Sergey Nikolaevich**

Orel Law Institute of the Ministry of the Interior of the Russian Federation named after V.V. Lukyanov, Russia, Orel  
E-mail: FPiS-orurinst@yandex.ru

**Organization of the activity of the educational institutions  
and the self-organization of students healthy behaviors  
during physical training**

**Abstract.** The article deals with the problem of the Ministry of Interior of educational institutions in the health care organization povedeniya Students. Characteristics essence of a healthy lifestyle that increase the viability and success of the future employee. In this process, the leading place is occupied by the physical culture as a process aimed at the simultaneous feeling and act as a functional body of the base, facilitating the implementation and harmonization of standards and variability, personality and work. Presents the pedagogical conditions promoting healthy behavior cadet: actualization of the theoretical course, the gradual formation of personal development components; level of differentiation as an educational institution (university), as well as personal development, based on the student's personal choice of additional forms and methods of training to learn the discipline of the program material.

Taking into account the individual characteristics of a person on the basis of self-assessment status provides a choice of such a course of physical activity, allowing as much as possible correlated with the degree of cadet problems. The result of effective self-management of health behavior cadet is the accumulation of social and biological development.

**Keywords:** students; self-organization; healthy behavior; the individual components; state self-esteem; motivation

## REFERENCES

1. Boldov A.S. Monitoring fizicheskogo sostoyaniya studentov sotsial'nogo vuza / A.S. Boldov, A.S. Makhov, L.Yu. Klimova // Uchenye zapiski im. P.F. Lesgafta. – 2015. – №5 (123). – S. 44–48.
2. Bolotin A.E. Tipologicheskie priznaki obrazovatel'noy sredy, neobkhodimye dlya effektivnogo professional'nogo razvitiya kursantov v vuzakh vnutrennikh voysk MVD Rossii / A.E. Bolotin, A.N. Sivak // Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. - 2013. - №5 (99). - S. 16-21.
3. Volobuev A.L., Bakulina E.D. Spetsifika uchebno-professional'noy deyatel'nosti studenta v kontekste lichnostno-orientirovannogo obucheniya // Psikhologiya i pedagogika: metodologiya, teoriya i praktika. Sbornik statey Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii. (10 noyabrya 2015 g., g. Chelyabinsk). V 2 ch. Ch.1 - Ufa: Aeterna. 2015. –S. 96-98.
4. Volobuev A.L. O tselyakh obrazovatel'nogo protsessa po distsipline «Fizicheskaya kul'tura» // Izvestiya Rossiyskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A.I. Gertsena. 2007. T. 14. №37. S. 252-254.
5. Makeeva V.S. Differentsirovanny podkhod v formirovanii fizicheskoy kul'tury obuchayushchikhsya // Pedagogicheskoe obrazovanie i nauka. 2013. №4.-S. 41-43.
6. Makeeva V.S. Fizicheskaya podgotovka v obespechenii lichnoy bezopasnosti kursantov obuchayushchikhsya po profilyu GIBDD / Makeeva V.S., Barkalov S.N., I.V. Gerasimov // Kul'tura fizicheskaya i zdorov'e. – 2015. - №3. – S. 48-50.
7. Opletin A.A., Z.M. Kuznetsova Potentsial'nye vozmozhnosti fizicheskoy kul'tury v protsesse samorazvitiya lichnosti studentov vuza // Mir psikhologii. 2014. №4 (80). - S. 264-272.
8. Pushkina V.N. Funktsional'nye vozmozhnosti kardiorespiratornoy sistemy i dvigatel'nyy potentsial u lits s raznym tipom gemodinamiki / V.N. Pushkina, I.A. Varentsova, N.V. Olyashev // Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya. - 2014. - №6. - S. 802.
9. Chesnokova V.N. Razvitie professional'no vazhnykh kachestv studentov sredstvami fizicheskoy kul'tury / V.N. Chesnokova, A.N. Zelyanina, I.V. Mishchenko // Vestnik Severnogo (Arkticheskogo) federal'nogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye i sotsial'nye nauki. - 2012. - №6. - S. 154-160.
10. Yamaletdinova G.A. Usloviya, obespechivayushchie effektivnost' samoupravleniya uchebno-poznavatel'noy deyatel'nost'yu studentov po fizicheskoy kul'ture v vuze // Pedagogicheskoe obrazovanie i nauka. 2013. №4. – S. 51-57.