

## **ВОСПИТАНИЕ ВОЕННЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ**

Шакур К.В., Титков Е.В.

*БГУИР, г. Минск, Республика Беларусь*

Физическое воспитание в Вооруженных силах проводится на протяжении всего периода службы военнослужащих и осуществляется в многообразных формах, которые взаимосвязаны, дополняют друг друга и представляют собой единый процесс физического воспитания военнослужащих.

Физическое развитие является необходимой предпосылкой для целостного воспитания будущих военных специалистов. Как известно, система физического воспитания имеет цель – обеспечить необходимый уровень физической подготовленности военнослужащих для эффективного выполнения поставленных задач по их боевому предназначению в любое время и в любых условиях.

Общими задачами физической подготовки являются:

Развитие и поддержание на надлежащем уровне выносливости, силы, быстроты и ловкости

Овладение навыками в передвижении по пересеченной местности в пешем порядке и на лыжах, преодолении естественных препятствий, рукопашного боя, военно-прикладного плавания

Воспитание психической устойчивости, уверенности в своих силах, целеустремленности и решительности, инициативы и находчивости, настойчивости и упорства, выдержанности и самообладания

Крепление здоровья, закаливание и повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов боевой деятельности

В связи с этим необходима оптимизация физического и психофизиологического состояния военнослужащих в процессе профессиональной подготовки. Это отражено во многих руководящих документах, используемых преподавателем физической подготовки. Прежде всего, необходимо формировать у военнослужащих осмысленное отношение и интерес к целям физического воспитания и конкретным задачам занятия. Вместе с тем, нужно научить их вырабатывать привычку к анализу, самоконтролю и корректировке своих действий при выполнении физических упражнений в ходе занятия.

Преподаватель по физической подготовке обязан прилагать особые усилия к воспитанию самостоятельности, инициативности, творческого начала у будущих военных специалистов, включая их в процесс разработки комплекса физических упражнений с направленностью на конкретную группу мышц, проектирования системы соревнований того или иного вида спорта.

Занятия по физической подготовке развивают у обучающихся волю, способствуют постоянной самооценке, проявлению самоконтроля и рождению благородных амбиций, повышающих уровень достижений. Формирование перечисленных качеств личности связано с системными занятиями физкультурой и спортом. Они особенно важны в трудных профессиональных ситуациях, когда от военнослужащих требуется выносливость, умение проявлять твердость в нахождении правильного решения.

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 войск. Учебные занятия по физической подготовке направлены 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.

Помимо учебных занятий можно выделить еще формы физической подготовки военнослужащих, которые способствуют воспитанию военных специалистов:

Утренняя физическая зарядка

Спортивно-массовая работа

Физическая тренировка в процессе учебно-боевой деятельности

Самостоятельная физическая тренировка

Утренняя физическая зарядка

Утренняя физическая зарядка проводится в целях систематической физической тренировки военнослужащих. Она направлена на быстрое приведение организма после сна в активное состояние, повышение разносторонней физической подготовленности, воспитание привычки к ежедневному выполнению физических упражнений, укреплению здоровья и закаливанию организма

Спортивно-массовая работа направлена на повышение уровня физической подготовленности и спортивного мастерства военнослужащих, организацию содержательного досуга личного состава. Это эффективное средство воспитания у военнослужащих воли и стойкости в действиях при максимальных физических нагрузках и психических напряжениях.

Спортивно-массовая работа проводится в следующих формах:

- учебно-тренировочные занятия и сборы по видам спорта;
- подготовка спортсменов высшей спортивной квалификации;
- спортивные и военно-спортивные соревнования;
- смотры военно-массовой работы;
- спортивные праздники;

Физическая тренировка в процессе учебно-боевой деятельности включает в себя выполнение физических упражнений в условиях несения боевого дежурства, попутную физическую тренировку, физическое упражнение при передвижении войск на транспортных средствах, физическую тренировку в полевых условиях.

Физические упражнения в условиях несения боевого дежурства организуются и проводятся исходя из особенностей военной специальности военнослужащих с целью сохранения ими высокой умственной и физической работоспособности, восполнения дефицита двигательной активности и поддержания физической и психической готовности к экстренным действиям.

Применяются в виде специально разработанных комплексов, включающих в себя упражнения для отдельных групп мышц, на внимание и координацию, для предупреждения или снятия неблагоприятных воздействий на организм монотонной работы, однообразной позы, ограничения двигательной активности, некоторых факторов внешней среды.

Самостоятельная физическая тренировка является одним из резервов повышения эффективности военно-профессиональной деятельности военнослужащих.

Оптимально организованная регулярная физическая тренировка является средством повышения устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов, укрепляет нервную систему, способствует согласованности двигательных и вегетативных функций.

Содержание самостоятельной физической тренировки составляют: оздоровительные бег и ходьба, лыжные прогулки, плавание, упражнения на гимнастических снарядах, тренажерах, упражнения с тяжестями, спортивные игры и единоборства.

Таким образом, постоянная и систематическая тренировка военнослужащих в процессе служебно-боевой деятельности является важным средством обеспечения их физической готовности к успешным действиям в повседневной учебно-боевой деятельности и боевой обстановке. Благодаря тренировкам у военнослужащих формируется необходимый уровень физической подготовленности для выполнения боевых задач.

## Литература

1. Демьяненко Ю. К., «Физическая подготовка». Учебное пособие, Москва военное издательство, 1987.
2. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Республики Беларусь. – Мн.: МО РБ, 1993
3. Инструкция о порядке организации физической подготовки и спорта в Вооруженных Силах Республики Беларусь и транспортных войсках Республики Беларусь. - Мн.: МО РБ, 2001

## ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДОВ ИННОВАЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ В СФЕРЕ ВОЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Шундрик А.С., Позняк С.Ф.

*УО БГУИР г. Минск, Беларусь*

Реализация той или иной задачи, поставленной на занятии, во многом определяет использование инновационных технологий, в особенности информационных.

Важнейшим компонентом современного образовательного процесса в ВУЗе является индивидуальная деятельность обучающихся, которая осуществляется посредством использования ЭУМКД - электронный ресурс со систематизированной информацией по изучаемой дисциплине. Он находится в открытом доступе и является простым в использовании.

Как итог, для обучающихся открываются все возможности для более тщательного, а самое главное быстрого, изучения и закрепления необходимого материала.

Продолжая тему вышесказанного, хотелось бы перейти к следующему, близкому с первым, методу использования тестовых программ.

Изучение только теоретического материала - это только 40% процентов в успешном усвоении поставленного вопроса. Оставшиеся 60% во многом зависят от того, как обучающийся сможет применить полученные сведения на практике. И именно тестовые программы предоставляют данную возможность.

Тестовые программы - это, в-первую очередь, тренажеры, контрольные тесты, программы с интерактивным аспектом, которые направлены на взаимодействие с пользователем.

Они предоставляют следующие возможности:

Закреплять полученные на практике знания, решив контрольный тест по необходимой теме. Программа анализирует результат выполнения и, как итог, подберет вопросы, схожие с теми, в которых были допущены ошибки, а также предоставит ссылку на тот материал из ЭУМКД, который необходимо повторить. Таким образом, осуществляется принцип «изучил – закрепил», который позволит обучающимся полностью овладеть необходимым материалом, потратив на это минимум времени. 1

Выступать в качестве инструмента контроля успеваемости.

Оттачивать владение нормативом, используя программные тренажеры. Данная возможность поддерживается цифровым сопровождением, что позволяет обучающемуся не только улучшать время прохождения норматива, но и развивать зрительную память.

Таким образом, комбинируя ЭУМКД с тестовыми программами, можно получить полные сведения по необходимой теме, закрепив их практическим заданием и, как итог, иметь высокую успеваемость.

Однако, некоторые задачи не подразумевают единственного правильного решения, а также будущего командира необходимо обучить принимать наилучшее решение для любых боевых задач за минимальное количество времени, распространение получили, так называемые, Кейс-методы тестирования обучающихся.