

го уровня. Если молодой человек не ставит перед собой задачу самосовершенствоваться, если его свободное время ничем не заполнено, то происходит деградация досуга, обеднение его структуры

Библиографический список

1. Андреева, Г. М. Социальная психология / Г. М. Андреева. – М.: Аспект Пресс, 2004, 132с.
2. Зимняя, И. А. Педагогическая психология / И. А. Зимняя. – М.: Логос, 2004, 95с.
3. Золотарева, А. В. Дополнительное образование детей: теория и методика социально-педагогической деятельности / А. В. Золотарева. – Ярославль: Академия развития, 2004, 57с.
4. Мослаев, Б. Г. Досуг. Методология и методика социологических исследований / Б. Г. Мослаев. – М.: издательство Московского государственного университета культуры, 1995, 45с.
5. Талызина, Н. Ф. Педагогическая психология / Н. Ф. Талызина. – М.: Издательский центр «Академия», 2003, 65с.

Платонова Н.О.

Сибирский государственный университет
физической культуры и спорта, г. Керчь, Россия

ДИНАМИКА ПСИХОМОТОРНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КУРСАНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ В МОРСКОМ ВУЗЕ

Аннотация. Психомоторную подготовленность курсантов необходимо рассматривать в динамике показателей, оценивающихся на протяжении периода обучения в морском вузе. Проведенное тестирование психомоторных способностей курсантов морского вуза выявило неоднозначную тенденцию в развитии профессионально важных качеств. Анализ результатов дает возможность осуществления коррекции процесса подготовки курсантов.

Ключевые слова. Психомоторная подготовленность, морские курсанты, физические качества.

Platonova N. O.

Siberian state University
physical culture and sport, Kerch', Russia

DYNAMICS OF PSYCHOMOTOR FITNESS OF STUDENTS IN THE LEARNING PROCESS AT MARITIME COLLEGE

Abstract. Psychomotor readiness of cadets need to be considered in the dynamics of the indicators estimated over the period of study at the Maritime University. Testing the psychomotor skills of cadets of the Maritime Universi-

ty has revealed a mixed trend in the development of professionally important qualities. Analysis of the results gives the possibility of correction of process of training of cadets.

Keywords. Psychomotor readiness, the marine Kur-Santa's physical qualities.

Взросшие требования к подготовке морских специалистов неизменно связаны с необходимостью повышения уровня их психомоторной подготовленности. Для успешного выполнения производственных функций морской специалист должен обладать не только суммой знаний, умений и навыков, но и комплексом профессионально важных качеств, которые должны быть развиты до необходимого уровня за время обучения. Вопрос о специальной направленности психомоторной подготовленности курсантов морских вузов исследовался в работах С.А. Данченко (2005) и А.В. Чумичева (2011)[1, 2], которые отмечают значительное снижение эффективности подготовки специалистов в морских вузах. Традиционно к профессионально важным физическим качествам моряков специалисты относят быстроту, ловкость, гибкость, статическую выносливость, силу, способность дозировать силовые напряжения, сохранять устойчивость к гиподинамии, быстроту сенсомоторной реакции; а также статокинетическую устойчивость и устойчивость к гипоксии.

Целью нашего исследования явилось изучение динамики психомоторной подготовленности курсантов морского вуза в процессе физической подготовки. Нами было проведено психомоторное тестирование морских курсантов ФГБОУ ВО «КГМТУ» 1-3 курсов (всего 186 человек). В процессе тестирования получены неоднородные результаты (табл. 1).

Таблица 1. – Динамика показателей психомоторной подготовленности курсантов ($M \pm m$)

Показатели (тесты)	$M \pm m$		
	1 курс	2 курс	3 курс
Точность воспроизведения силовых параметров движений (величина ошибки воспроизведения 50% от максимального усилия на динамометре), (ведущая рука), кг	3,31 ± 0,6	4,1 ± 0,5	3,6 ± 0,6
Время выполнения, тест «Лабиринт», (ведущая рука), с	7,2 ± 0,5	14,9 ± 2	12,5 ± 2,3
Общая оценка, тест «Лабиринт» (ведущая рука)	20,4 ± 1,6	26 ± 2,5	28 ± 6,2
Точность воспроизведения временного интервала запоминания светового стимула (%)	14,7 ± 7,6	8,7 ± 6	26,3 ± 14,7

Комплексный тест по оценке профессиональных двигательных действий, (с)	13,5 ± 0,7	12,6 ± 0,8	15 ± 0,7
Точность воспроизведения временных параметров (величина ошибки, 15 с), с	1,74 ± 0,1	1,4 ± 0,2	1,6 ± 0,4
Точность воспроизведения временного интервала запоминания звукового стимула (%)	12,6 ± 4,4	10,7 ± 3,7	12,2 ± 9,4

В большинстве тестов получены результаты, свидетельствующие о снижении психомоторной подготовленности за время обучения в морском вузе, наиболее значимое снижение показателей наблюдается (табл. 2): в точности воспроизведения силовых параметров движений (воспроизведение 50% от максимального усилия на динамометре ведущей рукой) показатели тестирования снизились при сравнении среднегрупповых результатов 1 и 3 курсов на 8,3%; по результатам теста «Лабиринт» – в показателях времени выполнения задания данные ухудшились на 53,5% (при наблюдающейся стабильности показателей точности выполнения задания), а также в общей оценке теста – на 31,4%; в результатах теста на точность воспроизведения временного интервала запоминания светового стимула - на 56,6%; в результатах комплексного теста по оценке профессиональных двигательных действий – на 10,5%.

Таблица 2. – Прирост показателей психомоторной подготовленности курсантов (%)

Показатели (тесты)	1-2 курс	2-3 курс	1-3курс
Точность воспроизведения силовых параметров движений, (ведущая рука), кг	21,4	13	8,3
Время выполнения, тест «Лабиринт», (ведущая рука), с	69,7	17,5	53,5
Общая оценка, тест «Лабиринт» (ведущая рука)	24,1	7,4	31,4
Точность воспроизведения временного интервала запоминания светового стимула (%)	51,3	85,1	56,6
Комплексный тест по оценке профессиональных двигательных действий, (с)	6,9	17,4	10,5
Точность воспроизведения временных параметров (величина ошибки, 15 с), с	21,3	13,3	8,2
Точность воспроизведения временного интервала запоминания звукового стимула (%)	16,2	13	3,2

Нестабильность динамики показателей наблюдается (табл. 2) в сравнении результатов тестирования курсантов 1, 2 и 3 курсов по опре-

делению точности воспроизведения временных параметров (величина ошибки, 15 с) и точности воспроизведения временного интервала запоминания звукового стимула (%).

Таким образом, наблюдающаяся динамика психомоторной подготовленности курсантов ориентирует нас в дальнейшей научной работе целенаправленно развивать недостающие способности и корректировать процесс профессионально прикладной физической подготовки.

Библиографический список

1. Данченко, С.А. Профессиональная направленность моряков: учеб. пособие /С.А. Данченко// Морской гос. ун-т. – Владивосток, 2005. – 56 с.

2. Чумичев, А.В. Методика формирования профессионально-прикладной физической культуры учащихся техникума водного транспорта: автореф. дис. ... канд. пед.наук : 13.00.04 / Чумичев Александр Викторович//Дальневосточ. гос. акад. физ. культуры. – Хабаровск, 2011. – 24 с.

Полякова Л. И.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИИ ТЕХНОЛОГИИ В ШКОЛЕ

Аннотация. В статье затрагиваются вопросы здоровьесбережения, являющегося приоритетной задачей не только родителей, но и педагогического коллектива. Работа, направленная на сохранение и укрепление здоровья учащихся, может только тогда считаться полноценной и эффективной, когда в полной мере, профессионально и в единой системе реализуются здоровьесберегающие и здоровьеформирующие технологии.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, здоровьесбережение, здоровьесберегающие зоны, здоровьеразрушающие зоны, здоровьесбережение.

Polyakova L. I.

Russian state professional-pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

ZDOROVESBEREGAYUSCHIE TECHNOLOGY IN SCHOOL

Abstract. The article addresses the issues of health care, which is a priority task not only parents but also teaching staff. The work aimed at the preservation and strengthening of health of students, can only then be considered adequate and efficient, when fully, professionally and in a single system implemented health-preserving and health-forming technologies.