

КОНСУЛЬТАЦИИ

УДК 355.233.22: 37.01: 371.322: 372.879.6

DOI: 10.17853/1994-5639-2019-6-171-190

ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫЕ СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОВУЗОВСКИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ МИНИСТЕРСТВА ОБОРОНЫ РОССИИ

Д. В. Виноград, А. В. Зыков

*Управление физической подготовки и спорта
Вооруженных Сил Российской Федерации, Москва, Россия.*

E-mail: svysport@mail.ru

Аннотация. *Введение.* Главное предназначение довузовских образовательных учреждений Министерства обороны Российской Федерации (ДОУ МО РФ): суворовских, нахимовских, президентских училищ и кадетских корпусов – заключается в воспитании выпускников, обладающих высокой мотивацией к военно-профессиональной деятельности и достаточно подготовленных к ней, в том числе в физическом отношении. Успешное выполнение поставленной задачи осложняется тем, что процесс физвоспитания в подобных организациях имеет общеобразовательную направленность, типичную для всей системы на школьной ступени обучения. Однако очевидно, что специфика миссии ДОУ МО РФ требует более интенсивных спортивных нагрузок, укрепляющих здоровье и повышающих выносливость воспитанников, с учетом их возрастных физиологических особенностей. В этой связи необходима разработка дополнительного к инвариантной части основной программы физической культуры вариативного методического блока, стимулирующего развитие двигательно-силовых умений, навыков и профессионально значимых качеств будущих военнослужащих.

Цель представленного в статье исследования состояла в формировании и научном обосновании внедрения в учебный процесс ДОУ МО РФ комплекса специализированных, соответствующих профилю образовательного учреждения средств физподготовки учащихся старших классов.

Методология и методики. Методологической базой поиска оптимальных способов решения проблемы профильного физического воспитания потенциальных офицеров на этапе их предпрофессионального становления послужили теория физической культуры и спорта, индивидуально-модульный подход к построению системы профессионально-прикладной физической подготовки, ее принципы и закономерности, концептуальные положения здоровьесбережения в подростковом и юношеском возрасте. В ходе работы изучались научно-

методические источники, нормативная и правовая база организации учебного процесса, вопросы его планирования и контроля всех форм и мероприятий физподготовки суворовцев, нахимовцев и кадет. Применялись методы опроса, педагогического наблюдения, анкетирования, методики входного и итогового тестирования выборки участников исследования, формирующий эксперимент, мониторинг, сравнительный анализ и систематизация показателей (зачетных оценок) спортивных достижений испытуемых. Экспериментальные данные обрабатывались методами математической статистики.

Результаты и научная новизна. С опорой на теоретический и статистический материал аналитического обзора, собранную в 17 ДОУ МО РФ ($n = 607$) эмпирическую фактологию и педагогический опыт произведена селекция средств физического воспитания контингента довузовских общевоинских и военно-морских учебных заведений. Составлен перечень наиболее продуктивных из этих средств. Установлено количественное соотношение методов военно-прикладного профиля, положительно влияющих на систему физподготовки в 10–11-х классах. Экспериментальная проверка показала, что системное использование специальных упражнений военно-прикладной направленности существенно улучшает показатели физической подготовки воспитанников. Анализ анкетных опросов обучающихся до и после эксперимента выявил у них усиление морально-нравственной устойчивости, повышение интереса к военному делу и мотивации к изучению прикладного учебного материала, а также достоверное увеличение количества желающих продолжить свое обучение в вузах Минобороны России и связать свою дальнейшую жизнь с военной службой. Сформулированы предложения и практические рекомендации по целенаправленному внедрению в учебно-воспитательный процесс комплексов специализированных физических упражнений, а также элементов дисциплин военно-прикладных видов спорта.

Практическая значимость. Результаты исследования могут быть использованы при планировании и организации физического воспитания учащихся старших классов ДОУ МО РФ в качестве дополнительного программно-методического обеспечения начального этапа военно-прикладной физической подготовки будущих военных специалистов.

Ключевые слова: воспитанник, довузовские учебные заведения Минобороны России, средства военно-прикладной направленности.

Для цитирования: Виноград Д. В., Зыков А. В. Военно-прикладные средства физического воспитания в довузовских образовательных учреждениях Министерства обороны России // Образование и наука. 2019. Т. 21, № 6. С. 171–190. DOI: 10.17853/1994-5639-2019-6-171-190

MILITARY-APPLIED MEANS OF PHYSICAL EDUCATION IN PRE-UNIVERSITY EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE RUSSIAN MINISTRY OF DEFENCE

D. V. Vinograd, A. V. Zykov

*Department of Physical Training and Sports of the Armed Forces
of the Russian Federation, Moscow, Russia.*

E-mail: svysport@mail.ru

Abstract. *Introduction.* The main purpose of pre-university educational institutions of the Ministry of Defence of Russia, e.g. Suvorov Military Schools, Nakhimov Naval Schools, presidential schools and cadet corps, is to educate graduates, who are highly motivated and sufficiently prepared for military vocational activities, including graduates' general physical fitness. Successful performance of the task is complicated by the fact that educational process in such organisations has a general educational orientation, which is common for the entire system of school education. However, it is obvious that the specifics of the mission of pre-university educational institutions of the Ministry of Defence of the Russian Federation requires more intensive physical activities, which improve health and increase physical endurance of students, taking into account their age-specific physiological characteristics. In this regard, it is necessary to develop a variable methodological block as a supplement to an invariant part of the main programme of physical culture, which will be aimed at stimulating the development of motor and power capabilities, skills and professionally significant qualities of future military personnel.

The *aim* of the research was to select and scientifically justify the introduction of appropriate and effective means for high-school students' physical education in pre-university educational institutions of the Ministry of Defence of Russia.

Methodology and research methods. To identify the appropriate ways of solution of the problems of profile physical education of potential officers at the stage pre-professional development, the methodological framework was based on the theory of physical culture and sport, individually-modular approach to the development of the system of professional and applied physical training, its principles and regularities, conceptual provisions of health preservation in adolescence and youth. In the course of the research, the authors thoroughly studied the scientific and methodological sources, regulatory and legal base of the organisation of educational process, questions of its planning and control of all forms and activities of students' physical training in military schools. The following methods were applied: interview, pedagogical observation, questionnaire survey, technique of entrance and final testing of selection of the research participants, formative experi-

ment, monitoring, comparative analysis and systematisation of indicators (resultant scores) of sports achievements of examinees. Experimental data were processed by the methods of mathematical statistics.

Results and scientific novelty. The selection of means of physical training in pre-university all-service military and naval educational institutions was made on the basis of theoretical and statistical material of analytical review and collected empirical data and pedagogical experience in 17 pre-university educational institutions of the Ministry of Defence of Russia ($n = 607$). The list of the most productive means is made. The quantitative ratio of military-applied methods, which positively influence the system of physical training in the 10th–11th grades, is established. The pilot testing showed that systematic use of special training exercises of military-applied orientation significantly improves the indicators of physical training of students. The analysis of students' questionnaires before and after the experiment revealed strengthening of students' moral stability, growing interest in military science and motivation to studying of an applied training material, as well as significant increase in the number of applicants seeking to continue their training in higher educational institutions of the Ministry of Defence of the Russian Federation and to dedicate their lives to military service. The proposals and practical recommendations on purposeful introduction of complexes of specialised physical exercises and elements of disciplines of military-applied sports to educational process are formulated.

Practical significance. The results of the research can be employed to plan and organise physical training of high-school students of pre-university educational institutions of the Ministry of Defence of Russia as additional programme and methodological support at the initial stage of military-applied physical training of future military specialists.

Keywords: student, pre-university educational institutions of the Ministry of Defence of Russia, means of military-applied orientation.

For citation: Vinograd D. V., Zykov A. V. Military-applied means of physical education in pre-university educational institutions of the Russian Ministry of Defence. *The Education and Science Journal*. 2019; 6 (21). 171–190. DOI: 10.17853/1994-5639-2019-6-171-190

Введение

Происходящие в России социально-экономические и политические изменения оказывают позитивное влияние на развитие системы образования в целом и на подготовку граждан к защите Отечества в частности. Трансформация современной образовательной среды создает благоприятные условия как для выполнения общепринятых требований к преподава-

нию физической культуры (в том числе в старших классах), так и для осуществления новаторского поиска и экспериментов в этой области¹.

Одним из значимых аспектов обучения подрастающего поколения является физическое воспитание военно-прикладного профиля, которое можно разделить на два направления.

Первое направление – досрочная подготовка граждан допризывного возраста к службе в Вооруженных Силах РФ. Потребность в его реализации обусловлена сокращением срока этой службы, которое повлекло за собой усиление требований к наличию у новичков необходимых прикладных умений и навыков. Вместе с тем граждане, пополняющие соединения и воинские части по призыву и по контракту, имеют крайне низкий уровень специальной подготовки. Как показывает анализ входного контроля на основании «Ежегодной проверки физической подготовленности военнослужащих, призванных на военную службу в Вооруженные Силы Российской Федерации»², фиксируемые в последнее время результаты общего физического состояния юношей вызывают обеспокоенность. Так, из обследованных за период с 2013 по 2018 г. более 500 000 призывников оценку «неудовлетворительно» получили около 53%.

Таким образом, противоречие между имеющимся уровнем физической подготовленности граждан допризывного возраста и требованиями к этому уровню со стороны Вооруженных Сил обуславливает проблему его повышения, актуальность которой весьма велика в настоящее время и сохранится в ближайшем будущем [3].

Второе направление – формирование готовности воспитанников довузовских образовательных учреждений Минобороны России (далее – ДОУ МО РФ) к поступлению в высшие учебные заведения указанного ведомства.

В последние годы в связи с увеличением престижа военной службы конкурсные требования указанных вузов существенно возросли. При этом в старших классах общеобразовательных организаций субъектов Российской Федерации, и ДОУ МО РФ не исключение, вопросы воспитания физических качеств и формирования военно-прикладных умений и навыков решаются отдельно друг от друга. Преподаватели физической культуры по причине низкой информированности, а также отсутствия

¹ О совершенствовании системы физического воспитания населения. Доклад Министерства спорта Российской Федерации в Совет при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта. Москва, 2016. 123 с.

² Миронов В. В., Пашута В. А. Физическая подготовка граждан допризывного возраста. Санкт-Петербург: ВИФК, 2016. 206 с.

необходимой учебно-материальной базы в большинстве случаев не занимаются планированием и проведением мероприятий военно-прикладной направленности [4]. Соответствующие упражнения изучаются воспитанниками главным образом во время прохождения учебной практики продолжительностью всего около 2–2,5 недели при пребывании на летних учебных базах училищ (лагерях) по окончании учебного года.

Воспитанники ДОУ МО РФ не имеют каких-либо льгот или преференций для продолжения обучения по военной специальности, а также получения первого офицерского воинского звания. Согласно итогам 2018 года, лишь около 68% окончивших суворовские, нахимовские военно-морские училища и кадетские корпуса приняли решение поступать в вузы силовых ведомств, что значительно ниже, чем в советский период.

Таким образом, существует противоречие между имеющимися формами и содержанием учебного процесса ДОУ МО РФ и потребностью в его военно-прикладном профилировании. Чтобы устранить указанное противоречие, необходима более основательная теоретико-методологическая проработка профессионально-прикладного направления физвоспитания обучающихся старших классов ДОУ МО РФ для заблаговременного становления и укрепления у них на начальном этапе военно-профессионального пути способностей к освоению специальных теоретических знаний и практических действий. С целью решения этой задачи нами были разработаны организационно-методические условия в виде приложения к основной и дополнительной программам

- 1) общевоинской системы подготовки суворовцев и кадет;
- 2) военно-морской системы подготовки нахимовцев и кадет.

В статье обоснована необходимость введения средств военно-прикладного профиля в процесс физического воспитания обучающихся ДОУ МО РФ и представлены результаты соответствующей экспериментальной работы.

Обзор литературы

Проблемы готовности граждан допризывного возраста, в том числе воспитанников ДОУ МО РФ, к службе в армии и на флоте отражены в работах многих авторов.

В. П. Полянский структурировал методический материал по теории профессионально-прикладной физической подготовки и производственной физической культуры; сформулировал и уточнил их основные понятия; рассмотрел проблематику профессиографирования на предпрофессиональном этапе; апробировал педагогическую технологию преподава-

ния теоретико-методических основ профессионально-прикладной физической культуры [5].

С. А. Полиевский спрогнозировал отношения и предрасположенность обучающихся к будущей профессиональной или спортивной деятельности на основе использования методик (тестов), позволяющих выявить их личностные способности и функциональные возможности организма [6].

Ю. А. Янсон полагает, что устранить недостатки в физической подготовке учащихся можно посредством игровых и прикладных занятий соревновательного характера [7].

Значимость решения проблем профессиональной направленности физического воспитания учащихся оборонно-спортивных классов отмечает Ю. Ф. Николенко, разработавшая программу профессионально направленного физического воспитания на основе военного пятиборья как прикладного вида спорта для профильных классов общеобразовательных учреждений¹.

По мнению И. А. Кузнецова, оптимизацию и формирование необходимых личностных качеств и способностей, а также двигательных компонентов и характеристик молодых людей позволит осуществить реализация общеприкладной функции. Автор выражает обеспокоенность по поводу негативной динамики физической и специальной подготовки граждан допризывного возраста: в последние годы менее 47% юношей соответствуют ее нормативному уровню [8].

И. Ю. Михута научно обосновал необходимость повышения координационных способностей учащихся суворовских училищ на этапе начального профессионально-прикладного физического воспитания².

Несмотря на общность военно-прикладной и профильной физической подготовки, в рамках этих направлений решаются неравнозначные задачи и используются разные средства. Первое связано, прежде всего, с военно-профессиональной деятельностью, тогда как второе включает отдельные военно-прикладные аспекты на основе взаимосвязей общей и специальной физической культуры [9].

¹ Николенко Ю. Ф. Профессиональная направленность физического воспитания учащихся оборонно-спортивных классов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04. Улан-Удэ, 2012. С. 16–18.

² Михута И. Ю. Повышение координационных способностей учащихся суворовских училищ на этапе начальной профессионально-прикладной физической подготовки: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Минск, 2013. 22 с.

Проблемы военно-прикладной подготовки граждан допризывного возраста, включая воспитанников ДОУ МО РФ, исследовались в Военном институте физической культуры по результатам мониторинга, проведенного специалистами физической подготовки и спорта соединений и воинских частей [10].

Н. И. Калаковым и С. Д. Неверковичем, систематизировавшими принципы преподавания в области физической культуры и фундаментальные правила управления ими, акцентирована необходимость наличия у граждан допризывного и призывного возрастов соответствующего уровня физической подготовленности и владения ими основами специальной подготовки [11].

Мотивация к военной службе у обучающихся старших классов общеобразовательных организаций в целом невелика. Для ее повышения наряду с воспитательным воздействием гуманитарных дисциплин большое значение имеет целенаправленная физическая и спортивная подготовка.

Анализ научно-методической литературы по рассматриваемой тематике¹ [12–23] показал, что, несмотря на интерес к ней современных исследователей, проблемы военно-прикладной подготовки суворовцев, нахимовцев и кадет по профилям будущей служебной деятельности системно не изучались и организационно-методические условия профилирования основного и дополнительного образования для ДОУ МО РФ не разрабатывались.

Материалы и методы

Объектом нашего исследования являлся процесс физического воспитания в ДОУ МО РФ. Изучение научных работ и материалов военно-прикладной направленности (в целом более 140 источников) позволило установить, что в настоящее время особую актуальность имеют вопросы

- определения структуры и содержания учебно-воспитательного процесса в части подготовки воспитанников ДОУ МО РФ к дальнейшему жизненному циклу;
- введения средств профильного физического воспитания в программы основного и дополнительного образования старших классов ДОУ МО РФ;
- уточнения (дополнения), доработки и систематизации указанных средств.

Проведенный нами эксперимент был ориентирован на решение перечисленных задач. В ходе его подготовки были проанализированы нормативные правовые документы, регламентирующие сферу организации учебного

¹ Жильцов В. А. Психологическая диагностика профессиональной пригодности граждан, поступающих на военную службу по контракту: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Москва, 2000. 29 с.

процесса, планирования, организации, контроля, учета мероприятий всех форм физической культуры (подготовки) воспитанников ДОУ МО РФ.

Мероприятия эксперимента осуществлялись на основании решения первого заместителя Министра обороны Российской Федерации в течение 2014 / 2015 учебного года на базе 17 ДОУ МО РФ. В каждом училище были сформированы контрольная и экспериментальная группы (далее – КГ и ЭГ). Общая численность участников эксперимента составила 607 чел. (КГ – 296 чел., ЭГ – 311 чел.). Занятия для воспитанников, входивших в состав КГ, проводились в соответствии с Наставлением по физической подготовке для общеобразовательных организаций Минобороны России (НФП-2004 г.)¹. В вариативную часть основной программы обучения представителей ЭГ были внедрены упражнения (комплексы) военно-прикладной направленности, в дополнительные программы – военно-прикладные виды спорта (дисциплины).

Согласно гипотезе исследования, целенаправленное введение указанных упражнений и видов спорта (дисциплин) в программы предмета «Физическая культура» и дополнительного физкультурного образования в ДОУ МО РФ будет способствовать формированию у воспитанников профессионально значимых знаний, физических и психических качеств, двигательных умений и навыков в соответствии с требованиями со стороны Вооруженных Сил, а также повышению интереса к военным профессиям.

Выбор использовавшихся в экспериментальной работе методов и средств осуществлялся с учетом результатов опроса преподавателей отдельных дисциплин предмета «Физическая культура» ДОУ МО РФ.

Помимо анализа источников и опроса в ходе проведенной работы применялись следующие методы:

- педагогическое наблюдение, включавшее методическое руководство и оказание помощи преподавательскому составу;
- педагогическое тестирование, которое предусматривало участие преподавателей в контрольных занятиях, в определении функциональных проб и оценке физического развития обучающихся;
- анкетирование в КГ и ЭГ до и после эксперимента с целью выявления отношения к военно-прикладному профилированию учебного процесса;
- метод контрольных испытаний, использовавшийся для определения эффективности проходящего учебно-тренировочного процесса;
- методы математической статистики, применявшиеся для вычисления среднего арифметического значения показателей выполнения военно-прикладных упражнений до и после эксперимента.

¹ Миронов В. В., Пашута В. А. Физическая подготовка граждан допризывного возраста. Санкт-Петербург: ВИФК, 2016. 168 с.

Анализ экспериментальных данных, полученных в ходе исследования, предполагал определение динамики изучаемых результатов, степени достоверности изменений показателей под влиянием предложенной программы, а также выявление взаимосвязи между изучаемыми признаками [24].

Результаты исследования

Объем учебного времени на реализацию экспериментальной методики в 10–11 классах составил от 60 до 66% от общего объема образовательной программы по физической культуре (в первом случае – 85 из 140 часов в год при учебной нагрузке 4 часа в неделю, во втором – 70 из 105 часов в год при нагрузке 3 часа в неделю).

В зависимости от подготовки обучающихся, наличия спортивных объектов в ДООУ МО РФ и квалификации преподавательского состава ЭГ в вариативную часть основной программы обучения были включены:

- преодоление искусственных и естественных препятствий разными способами с метанием гранаты на точность;
- ускоренное передвижение в составе групп бегом и на лыжах с метанием гранат на дальность (точность);
- использование приемов армейского рукопашного боя с макетами оружия и без них, включая комплексы на 8 счетов; приемов обезоруживания с макетами ножей, лопаток, а также других предметов нападения и защиты;
- военно-прикладное плавание, в том числе плавание в обмундировании с макетами оружия стилем брасс и нырянием разными способами;
- гребля на концептах (гребных тренажерах);
- стрельба из пневматического и мелкокалиберного оружия.

Секционная работа в рамках дополнительного образования осуществлялась исходя из специфики подготовки воспитанников к будущей профессиональной деятельности и составляла до 4 часов в неделю. Занятия проводились по видам военно-спортивного многоборья и военно-прикладного спорта (дисциплинам) и предусматривали, например:

- тренировку в беге на различные дистанции, включая бег с отягощениями, переноски раненого, специальные беговые (прыжковые) упражнения и ускорения на короткие отрезки; контрольный бег выполнялся на дистанции 1 и 3 км;
- военизированный кросс с учебным оружием и снаряжением на разные дистанции;
- преодоление отдельных элементов искусственных и естественных препятствий, выполнение различных прыжков (горизонтальных и вертикальных), метание ножей, с проведением промежуточного контроля прохождения общеконтрольного упражнения на единой полосе препятствий;

- лыжную гонку на 3–5 км, лыжный марш-бросок 5–8 км с метанием гранат и стрельбой из пневматического оружия;

- военно-прикладное плавание, гребно-парусное двоеборье, греблю на ялах, шлюпках, парусные гонки, перетягивание каната, греблю на концептах.

Для повышения умений и навыков военной подготовки использовались строевые приемы и действия. Всем воспитанникам предоставлялась возможность самостоятельно провести часть занятия по пройденным темам, показать упражнение, прием, сопровождая их соответствующими командами согласно положениям строевого устава Вооруженных Сил Российской Федерации [25].

Результаты контроля за физическим состоянием обучающихся ЭГ, который осуществлялся специалистами медицинской службы ДОУ МО РФ с помощью функциональных проб [26], представлены в табл. 1.

Таблица 1

Прирост показателей функциональной подготовленности участников эксперимента

Table 1

Growth in the indicators of functional readiness of participants of the experiment

Показатель	Сентябрь 2014 г.				Июнь 2015 г.				Прирост показателя, %		Достоверность различий	
	КГ		ЭГ		КГ		ЭГ		КГ	ЭГ	t	p
	(\bar{x})	(m)	(\bar{x})	(m)	(\bar{x})	(m)	(\bar{x})	(m)				
Проба Штанге, с	53,63	2,38	54,39	2,47	55,12	2,55	56,34	2,36	8,22	16,46	0,40	$< 0,05$
Проба Генче, с	26,81	1,96	26,47	2,18	27,93	2,34	28,84	1,78	7,91	24,06	0,19	$> 0,05$
Индекс Руффье, усл. ед.	7,42	0,45	7,98	0,51	6,62	0,56	6,93	0,48	10,78	13,16	2,66	$< 0,05$

Примечания: (\bar{x}) – среднее значение; (m) – прирост в ходе эксперимента; t – значение критерия Стьюдента; p – уровень значимости различий.

Приведенные данные свидетельствуют об улучшении показателей и о превышении их прироста в ЭГ по сравнению с КГ. Проба Штанге (задержка дыхания на вдохе) в ЭГ увеличилась на 16,46% ($p < 0,05$), проба Генче (задержка дыхания на выдохе) – на 24,06% ($p > 0,05$), индекс Руффье (работа сердечно-сосудистой системы под нагрузкой) на 13,16% ($p < 0,05$), тогда как в КГ рост данных показателей был менее выраженным – на 8,22% ($p < 0,05$), 7,91% ($p > 0,05$), 10,78% ($p < 0,05$) соответ-

ственно. Анкетирование по итогам освоения воспитанниками упражнений военно-прикладной направленности позволило выявить их отношение к военно-прикладному профилированию и констатировать его очевидное улучшение в результате проведения эксперимента (табл. 2).

Таблица 2

Отношение воспитанников старших классов ДОУ МО РФ к военно-прикладному профилированию учебного процесса до и после эксперимента

Table 2

The attitude of high-school students of pre-university educational institutions of the Ministry of Defence of Russia to military-applied profiling of an educational process before and after the experiment

Вопросы анкеты	Группы	Ответ «да», %		Значение критерия Фишера (Ф _{эмп})
		до эксперимента	после эксперимента	
Необходимы ли военно-прикладные упражнения в программах физической культуры?	ЭГ	64,2	81,0	Ф _{эмп} = 0,734 p > 0,05
	КГ	65,4	72,5	
Нравится ли вам заниматься пулевой стрельбой?	ЭГ	69,7	84,8	Ф _{эмп} = 1,07 p < 0,05
	КГ	69,2	67,9	
Нравится ли вам заниматься плаванием с военно-прикладной направленностью?	ЭГ	79,1	87,7	Ф _{эмп} = 0,57 p > 0,05
	КГ	80,3	81,1	
Нужны ли занятия армейским рукопашным боем в старших классах?	ЭГ	84,4	93,0	Ф _{эмп} = 0,64 p > 0,05
	КГ	82,8	83,0	
Нравится ли вам преодолевать препятствия и метать гранату?	ЭГ	75,8	80,5	Ф _{эмп} = 0,35 p > 0,05
	КГ	75,4	77,4	
Нравятся ли вам групповые занятия по военно-прикладным видам спорта (дисциплинам) больше, чем самостоятельные?	ЭГ	53,1	59,2	Ф _{эмп} = 0,41 p > 0,05
	КГ	53,6	54,7	
Соответствует ли Ваш личный уровень физподготовки требованиям военной службы?	ЭГ	70,0	78,2	Ф _{эмп} = 0,45 p > 0,05
	КГ	69,8	73,0	
Планируете ли вы связать свою жизнь с военной деятельностью?	ЭГ	74,7	84,4	Ф _{эмп} = 0,59 p > 0,05
	КГ	74,0	76,1	

Примечание. $\varphi_{\text{эмп}} = 2 \cdot \arcsin(\sqrt{P})$, где P – процентная доля (разница процентных долей), выраженная в долях единицы. Критерий оценивает достоверность различий между процентными долями двух выборок, в которых зарегистрирован интересующий нас эффект.

В ходе эксперимента по апробации комплексной методики производилась поэтапная оценка (в сентябре 2014 г., феврале 2015 г., июне 2015 г.) физических качеств воспитанников: быстроты (бег на 100 м), силы (подтягивание на перекладине), выносливости (бег на 1 км). В обеих группах были получены сопоставимые результаты. Прирост быстроты в КГ составил 6,21%, в ЭГ – 7,34%, показатели силы и выносливости выросли на 8,82 и 3,40% в ЭГ и на 8,21 и 3,10% в КГ соответственно (рис. 1).

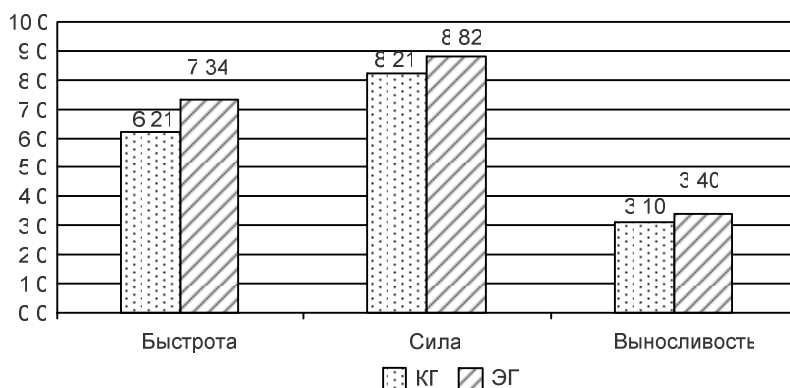


Рис. 1. Динамика показателей общей физической подготовленности участников эксперимента, %

Fig. 1. Dynamics of indicators of the general physical fitness of participants of the experiment, %

Подчеркнем, что целью эксперимента по включению в учебный процесс специальных упражнений общевойсковой (для суворовских военных училищ и кадетских корпусов) и морской (для нахимовских военно-морских училищ) направленности было не повышение общей физической подготовки воспитанников, занимавшихся по специальной методике, а выяснение влияния занятий военно-прикладными видами спорта (дисциплинами) на двигательную активность воспитанников.

Каждый преподаватель физической культуры и спорта был проинструктирован о порядке подготовки и проведения учебно-методических и учебно-тренировочных занятий с воспитанниками, а также получил рекомендации о распределении упражнений в рамках реализации программ основного и дополнительного обучения (секционной работы).

Сведения о приросте показателей выполнения суворовцами и кадетами ($n = 466$) упражнений общевойсковой направленности представлены на рис. 2. Зафиксированные результаты указывают на статистически значимые различия между достижениями в ЭГ и КГ: по преодолению общевойсковой

полосы препятствий, метанию гранат, армейскому рукопашному бою и стрельбе из пневматической винтовки в ЭГ рост составил 6; 19,44; 40,63 и 40,05%, в КГ – 4,43; 6,11; 12,5 и 19,06% соответственно.

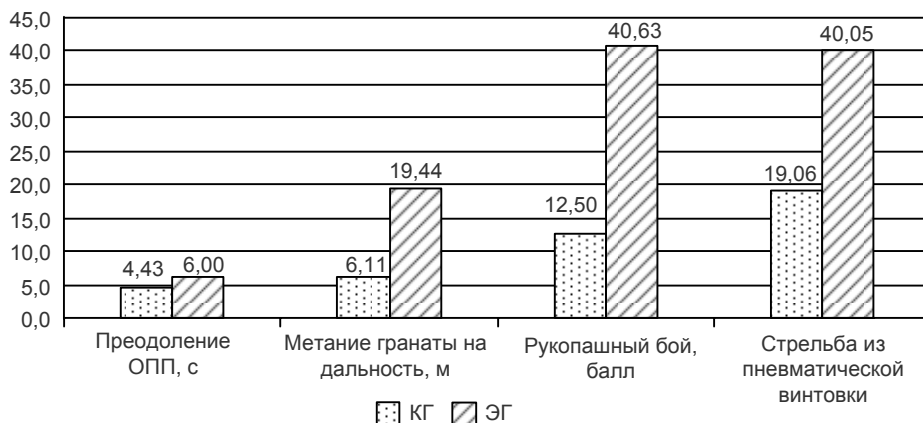


Рис. 2. Прирост показателей выполнения профилирующих упражнений общевойсковой направленности, %

Fig. 2. Growth in the indicators of performance of basic exercises of all-service military-oriented education, %

Результаты выполнения упражнений военно-морской направленности воспитанниками нахимовских училищ (n = 141), занимавшимися в составе ЭГ и КГ, продемонстрированы на рис. 3.



Рис. 3. Динамика показателей выполнения профилирующих упражнений военно-морской направленности

Fig. 3. Dynamics of indicators of performance of basic exercises of naval-oriented education

Наиболее существенные позитивные изменения показателей в ЭГ отмечены в выполнении таких техник, как

- гребля на тренажере (500, 1000 м) – на 11,26 и 18,81% соответственно (в КГ – на 2,63 и 3,35%);
- военно-прикладное плавание – на 6,07% (в КГ увеличение составило лишь 1,85%).

Анализ итогов эксперимента свидетельствует о положительном эффекте проведенной работы по внедрению элементов военно-прикладных видов спорта (дисциплин) в учебный процесс ДОУ МО РФ, в том числе о повышении конкурентоспособности выпускников этих учреждений при поступлении в вузы Минобороны России.

Обсуждение и заключение

Требования государства, армии и флота к уровню допризывной и предпрофессиональной подготовки, компетентности и физическим характеристикам будущих военнослужащих обуславливают необходимость повышения качества преподавания предмета «Физическая культура» в ДОУ МО РФ, прежде всего в профильной военно-прикладной его составляющей.

В рамках проведенного нами исследования было осуществлено экспериментальное внедрение в образовательно-воспитательный процесс ДОУ МО РФ комплекса специальных упражнений военно-прикладной направленности, существенно улучшивших показатели физической подготовки воспитанников.

Анкетирование обучающихся до и после эксперимента выявило у них усиление морально-нравственной устойчивости, повышение интереса к военному делу и мотивации к изучению прикладного учебного материала. Достоверно увеличилось количество желающих продолжить свое обучение в вузах Минобороны России и связать свою дальнейшую жизнь с военной службой (в ЭГ данный прирост составил 10%, тогда как в КГ – всего 4%).

Мы убеждены, что целенаправленное введение комплексов специализированных физических упражнений, а также элементов дисциплин военно-прикладных видов спорта в программы предмета «Физическая культура» и дополнительного физкультурного образования в ДОУ МО РФ будет способствовать формированию у воспитанников профессионально значимых знаний, физических и психофизических качеств, умений и навыков, требующихся для службы в Вооруженных Силах РФ.

Материалы проведенного исследования могут быть востребованы

- при планировании и организации учебного процесса по физическому воспитанию в старших классах ДОУ МО РФ;

- в целях усиления профилирования обучения и формирования у обучающихся умений и навыков, способствующих профессиональному самоопределению;
- для обоснования содержания программно-методического обеспечения этапа начальной военно-прикладной физической подготовки будущих военных специалистов.

Список использованных источников

1. Холзаков А. В. О роли физической подготовки и спорта при создании профессиональной армии // Сборник материалов к парламентским слушаниям. Москва: Аналитический вестник, 2015. С. 8–12.
2. Полянский В. П. Прикладные эффекты и возможности физической культуры в оптимизации учебной деятельности школьников для обеспечения подготовки их к труду и будущей профессиональной деятельности // Научно-информационный материал. Москва, 2011. 31 с.
3. Михута И. Ю., Васюк В. Е. Теоретико-методические предпосылки построения и планирования тренировочного процесса на начальном этапе профессионально-прикладной физической подготовки будущих специалистов военного профиля. Харків: Весці БДПУ, 2011. № 4. С. 14–18.
4. Виноград Д. В. Профилирование физического воспитания суворовцев и кадетов старших классов общеобразовательных организаций Министерства обороны Российской Федерации // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. Санкт-Петербург: ВИФК, 2015. № 4 (31). С. 235–241.
5. Полянский В. П. Формирование теории и совершенствование практики ППФК как особого социокультурного образования // Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры». Москва, 2008. С. 12–17.
6. Полиевский С. А. Общая и специальная гигиена. Москва: Академия, 2009. 120 с.
7. Янсон Ю. А. Физическая культура в школе: учебное пособие / Москва: Феникс, 2011. 640 с.
8. Кузнецов И. А., Миронов В. В. Физическая подготовка допризывника: учеб. пособие. Санкт-Петербург: ВИФК, 2013. 371 с.
9. Шевцов В. В. Профильная оборонно-спортивная подготовка: модельно-целевое проектирование. Уфа: БРО АВН, 2014. 55 с.
10. Дмитриев Г. Г., Ендальцев Б. В. Ежегодный мониторинг физической подготовленности военнослужащих: отчет НИР, шифр «Молодое пополнение». Санкт-Петербург: ВИФК, 2016. 92 с.
11. Калаков Н. И., Неверкович С. Д. Стратегия прогностического развития общества в целях обеспечения безопасности страны. Москва, 2018. 720 с.
12. Вейднер-Дубровин А. А., Джамгаров Т. Т. Физическая подготовка – составная часть воинского обучения. Ленинград: ВДКИФК, 1980. С. 13–63.
13. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физической культуры. Москва: Физкультура и спорт, 1991. 543 с.

14. Бальсевич В. К. Перспективы развития общей теории и технологии спортивной подготовки и физического воспитания // Теория и практика физической культуры. 2004. № 3. С. 21–40.
15. Лукьяненко В. П. Физическая культура: основа знаний. Москва: Советский спорт, 2005. 224 с.
16. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. Москва: АРКТИ, 2006. 320 с.
17. Рябчиков И. В. и др. Качество жизни как фактор готовности к военно-профессиональному обучению // Материалы научно-практической конференции молодых ученых: тезисы докладов. Казань: MeDDok, 2007. С. 142–144.
18. Salvy S. J., Roemmich J. N., Bowker J. C., Romero N. D., Stadler P. J., Epstein L. H. Effect of peers and friends on youth physical activity and motivation to be physically active // Journal of Pediatric Psychology. 2009. № 34 (2). С. 217–225.
19. Лях В. И. Физическая культура: учебник. Москва: Просвещение, 2011.
20. Янсон Ю. А. Физическая культура в школе: учебное пособие. Москва: Феникс, 2011. 640 с.
21. Perna F. M., Oh A., Chriqui J. F., Mâsse L. C., Atienza A. A., Nebeling L., Agurs-Collins T., Moser R. P., Dodd K. W. The association of state law to physical education time allocation in US public schools // American Journal of Public Health. 2012. № 8. С. 102–104.
22. Yusof Z. M., Abdullah S., Yahaya S. S. S., Othman A. R. A Robust Alternative to the t-Test // Modern Applied Science. 2012. № 5 (6). P. 27–33.
23. Миронов В. В., Пашута В. Л. Физическая подготовка граждан допризывного возраста. Санкт-Петербург: ВИФК, 2016. 371 с.
24. Орлов О. В. Военно-профессиональная ориентация школьников // Основы безопасности жизнедеятельности. 2005. № 2. С. 15–20.
25. Hubackova S., Semradova I. Research Study on Motivation in Adult Education // Procedia – Social and Behavioral Sciences. 2014. Vol. 159. P. 396–400.
26. Weathington B. L., Alexander A. C., Rodebaugh L. L. Coaching Influences on Student-Athlete Motivation, Stress and Skill // Athletic Insight: The Online Journal of Sport Psychology. 2010. № 12 (2). P. 1–18.

References

1. Kholzakov A. V. The role of physical training and sports in the development of professional army. In: *Sbornik materialov k parlamentskim slushanijam. Analiticheskij vestnik = Collection of Materials for Parliamentary Hearings. Analytical Bulletin*. Moscow. 2015; 14 (567): 8–12. (In Russ.)
2. Polyansky V. P. Prikladnye jeffekty i vozmozhnosti fizicheskoj kul'tury v optimizacii uchebnoj dejatel'nosti shkol'nikov dlja obespechenija podgotovki ih k trudu i budushhej professional'noj dejatel'nosti = Applied effects and opportunities of physical culture in optimisation of educational activity of school students for ensuring their preparation for work and future professional activity. Nauchno-informacionnyj material = Scientific and information material. Moscow; 2011. 31 p. (In Russ.)

3. Mihuta I. Yu., Vasyuk V. E. Theoretical and methodological prerequisites for the construction and planning of the training process at the initial stage of professional and applied physical training of future military specialists. *Vesci BDPU = BSPU Bulletin*. 2011; 4: 14–18. (In Russ.)

4. Vinograd D. V. Profiling of physical education of cadets and cadets of senior classes of educational organisations of the Ministry of Defence of the Russian Federation. *Aktual'nye problemy fizicheskoj i special'noj podgotovki silovyh struktur = Actual Problems of Physical and Special Training of Power Structures*. 2015; 4 (31): 235–241. (In Russ.)

5. Polyansky V. P. Formation of the theory and improvement of the practice of professional and applied physical culture as a special socio-cultural education. *Nauchno-teoreticheskij zhurnal "Teorija i praktika fizicheskoj kul'tury" = Scientific-Theoretical Journal "Theory and Practice of Physical Culture"*. 2008: 12–17. (In Russ.)

6. Polievsky S. A. *Obshhaja i special'naja gigiena = General and special hygiene*. Moscow: Publishing House Akademija; 2009. 120 p. (In Russ.)

7. Yanson Yu. A. *Fizicheskaja kul'tura v shkole = Physical culture in schools*. Moscow: Publishing House Feniks; 2011. 640 p. (In Russ.)

8. Kuznetsov I. A., Mironov V. V. *Fizicheskaja podgotovka doprizyvnikov = Physical training of preconscrip youth*. St.-Petersburg: Military Institute of Physical Culture; 2013. 371 p. (In Russ.)

9. Shevtsov V. V. *Profil'naja oboronno-sportivnaja podgotovka: model'no-celevoe proektirovanie = Profile military-sports training: Model-target design*. Ufa: Bashkir Regional Division of the Academy of Military Sciences; 2014. p. 53–55. (In Russ.)

10. Dmitriev G. G., Entaltsev B. V. *Ezhegodnyj monitoring fizicheskoj podgotovlennosti voennosluzhashhih: otchet NIR, shifr "Molodoe popolnenie" = Annual monitoring of physical readiness of military personnel: Research report, designation "Admission of young members"*. St.-Petersburg: Military Institute of Physical Culture; 2016. 92 p. (In Russ.)

11. Kalakov N. I., Neverkovich S. D. *Strategija prognosticheskogo razvitiya obshhestva v celjah obespechenija bezopasnosti strany = The strategy of predictive development of society in order to ensure the security of the country*. Moscow, 2018. 720 p. (In Russ.)

12. Weidner-Dubrovin L. A., Jamgarov T. T. *Fizicheskaja podgotovka – sostavnaja chast' voinskogo obuchenija = Physical training is an integral part of military training*. Leningrad: Military Institute of Physical Culture; 1980. P. 13–63. (In Russ.)

13. Matveev L. P. *Teorija i metodika fizicheskoj kul'tury = Theory and methodology of physical culture*. Moscow: Publishing House Fizkul'tura i sport; 1991. 543 p. (In Russ.)

14. Balsevich V. K. Prospects of development of the General theory and technology of sports training and physical education. *Teorija i praktika fizicheskoj kul'tury = Theory and Practice of Physical Culture*. 2004; 3: 21–40. (In Russ.)

15. Luk'yanenko V. P. Fizicheskaja kul'tura: osnova znanij = Physical culture: Foundation of knowledge. Moscow: Publishing House Sovetskij sport; 2005. 224 p. (In Russ.)

16. Smirnov N. K. Zdorov'esberegajushhie obrazovatel'nye tehnologii i psihologija zdorov'ja v shkole = Health preservation educational technologies and psychology of health at school. Moscow: Publishing House ARKTI; 2006. 320 p. (In Russ.)

17. Ryabchikov I. V., et al. Quality of life as a factor of readiness for military-professional training. In: *Materialy nauchno-prakticheskoi konferencii molodyh uchenyh: tezisy dokladov = Materials of Scientific-Practical Conference of Young Scientists: Scientific Conference Abstracts*. Kazan: Publishing House MeDDok; 2007. p. 142–144. (In Russ.)

18. Salvy S. J., Roemmich J. N., Bowker J. C., Romero N. D., Stadler P. J., Epstein L. H. Influence of peers and friends on the physical activity of young people and motivation for physical activity. *Journal of Child Psychology*. 2009; 34 (2): 217–225.

19. Lyakh V. I. Fizicheskaja kul'tura = Physical culture. Moscow: Publishing House Prosveshhenie; 2011. (In Russ.)

20. Yanson Yu. A. Fizicheskaja kul'tura v shkole = Physical culture in schools. Moscow: Publishing House Feniks; 2011. 640 p. (In Russ.)

21. Perna F. M., Oh A., Chriqui J. F., Mässe L. C., Atienza A. A., Nebeling I., et al. Association of public law with the allocation of time of physical education in public schools in the United States. *American Journal of Public Health*. 2012; (8): 102–104.

22. Yusof Z. M., Abdullah S., Yahaya S. S., Osman A. R. Reliable alternative to T-test. *Modern Applied Science*. 2012; 5 (6): 27–33.

23. Mironov V. V., Pashuta V. L. Fizicheskaja podgotovka grazhdan doprizyvnoho vozrasta = Physical training of citizens of pre-conscription age. St.-Petersburg: Military Institute of Physical Culture; 2016. 371 p. (In Russ.)

24. Orlov O. V. Military-professional orientation of schoolchildren. *Osnovy bezopasnosti zhiznedejatel'nosti = Fundamentals of Life Safety*. 2005; 2: 15–20. (In Russ.)

25. Hubackova S., Semradova I. Study of motivation in adult education. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 2014; 159: 396–400.

26. Weathington B. L., Alexander A. C., Rodebaugh L. L. Coaching influences student-athlete motivation, stress resistance and skill. *Athletic Insight: The Online Journal of Sport Psychology*. 2010; 12 (2): 1–18.

Информация об авторах:

Виноград Дмитрий Владимирович – старший инспектор Управления физической подготовки и спорта Вооруженных Сил Российской Федерации, Москва, Россия. E-mail: svysport@mail.ru

Зыков Андрей Викторович – кандидат педагогических наук, профессор, заместитель начальника Управления физической подготовки и спорта Вооруженных Сил Российской Федерации, Москва, Россия. E-mail: svysport@mail.ru

Статья поступила в редакцию 22.11.2018; принята в печать 17.04.2019.
Авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

Information about the authors:

Dmitriy V. Vinograd – Senior Inspector, Department of Physical Training and Sports of the Armed Forces of the Russian Federation, Moscow, Russia. E-mail: svysport@mail.ru

Andrey V. Zykov – Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Deputy Head of the Department of Physical Training and Sports of the Armed Forces of the Russian Federation, Moscow, Russia. E-mail: svysport@mail.ru

Received 22.11.2018; accepted for publication 17.04.2019.
The authors have read and approved the final manuscript.