

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ «ВИТЕБСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ П. М. МАШЕРОВА»

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методика физической культуры и спортивной
медицины

Допущена к защите

«28» сентября 2020 г.

Заведующий кафедрой ТМФКиСМ


Новицкий П.И.

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ВОЕННОСЛУЖАЩИХ
С НИЗКИМ УРОВНЕМ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Специальность 1-08 80 04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры»

Петров Денис Иванович,
Научный руководитель:
Новицкий Павел Иванович,,
доцент, к.п.н.

Витебск, 2020

Реферат

Магистерская диссертация 43 с., 6 таблиц, 5 рисунков, 40 источников

ВОЕННОСЛУЖАЩИЕ, ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА, НИЗКИЙ УРОВЕНЬ РАЗВИТИЯ КАЧЕСТВ, СИЛА, БЫСТРОТА, ВЫНОСЛИВОСТЬ

Объект исследования - физическая подготовка.

Предмет исследования - содержание и планирование физической подготовки военнослужащих с низким уровнем развития физических качеств (НУРФК).

Цель исследования - разработать и экспериментально обосновать содержание подготовительного периода в физической подготовке военнослужащих с низким уровнем развития физических качеств.

Методы исследования:

1. Анализ литературных источников.
2. Педагогическое тестирование.
3. Методы врачебного контроля.
4. Педагогический эксперимент.
5. Методы врачебного контроля.
6. Методы математической статистики.

Задачами исследования являются:

1. Актуализировать проблему физической подготовленности современной допризывной молодежи и молодого пополнения в вооруженных силах.
2. Разработать планирование и содержание подготовительного этапа физической подготовки для военнослужащих с низким уровнем развития физических качеств.
3. Экспериментально обосновать эффективность планирования подготовительного этапа физической подготовки для военнослужащих с низким уровнем развития физических качеств.

Гипотеза: предполагалось, что организация физической подготовки молодого пополнения военнослужащих с учетом физической подготовленности лиц, имеющих низкий уровень развития физических качеств, позволит планомерно повысить физические возможности данной категории военнослужащих и вывести на требуемый уровень физической подготовленности в последующие периоды службы в армии.

Научная новизна работы заключается:

- в обосновании необходимости организации физической подготовки военнослужащих нового пополнения с НУРФК по отдельной программе
- разработке содержания подготовительного периода в физической подготовке военнослужащих нового пополнения с НУРФК
- в экспериментальном подтверждении эффективности планирования подготовительного периода в физической подготовке военнослужащих нового пополнения с НУРФК.

Практическая значимость состоит в повышении качества физической подготовки военнослужащих нового пополнения с НУРФК; в возможности использования разработки в условиях массовой практики физической подготовки военнослужащих нового пополнения с НУРФК других воинских частей.

Личный вклад магистранта состоит:

в проведении анализа состояния проблемы исследования;

в изучении уровня физической подготовленности военнослужащих нового пополнения с НУРФК;

в разработке содержания подготовительного периода в физической подготовке военнослужащих нового пополнения с НУРФК;

в организации экспериментальной апробации разработки и оформлении результатов исследования в магистерскую диссертацию.

во внедрении разработки в практику физической подготовки военнослужащих нового пополнения с НУРФК.

Апробация результатов диссертации:

- материалы исследования представлялись и докладывались на 2 научных конференциях: XIII Машеровских чтениях (международная научно-практическая конференции студентов, аспирантов и молодых учёных и VI International Conference for Students, Postgraduates and Young Scientists, Vitebsk, December 12, 2019.

Опубликованность результатов диссертации

1-А. Petrov, D. Physical training of lowlevel military personnel physical fitness / D.Petrov //The Youth of the 21st Century: Education, Science, Innovations : Proceedings of VI International Conference for Students, Postgraduates and Young Scientists, Vitebsk, December 12, 2019 / Vitebsk State University ; Editorial Board: I.M. Prishchepa (Editor in Chief) [and others]. – Vitebsk : Vitebsk State University named after P.M. Masherov, 2019.-С.210 -212.

2-А. Петров Д.И. Социально-психологическая адаптация военнослужащих с различным опытом и отношением к занятиям спортом.// Материалы XIII Машеровские чтения. Международная научно-практическая конференции студентов, аспирантов и молодых учёных. Витебск: ВГУ имени П.М.Машерова. - С. 467-469.

Содержание

Введение	5
1 Теоретические основы проблемы совершенствования физической подготовки военнослужащих	8
1.1 Проблемы физической подготовленности современной допризывной молодежи и молодого пополнения в Вооруженные силы	8
1.2 Характеристика основных форм физической подготовки военнослужащих.....	10
1.3 Особенности физической подготовки юношей допризывного возраста.....	12
2. Методы и организация исследования.....	15
2.1 Методы исследования	15
2.2 Организация исследования	17
3 Экспериментальное обоснование организации и содержания физической подготовки военнослужащих с низким уровнем развития физических качеств развития	19
3.1 Физическая подготовленность военнослужащих нового пополнения	19
3.2 Содержание подготовительного периода физической подготовки военнослужащих нового пополнения с низким уровнем развития физических качеств.....	21
3.3 Экспериментальное обоснование эффективности подготовительного периода в физической подготовке военнослужащих нового пополнения с низким уровнем развития силы, быстроты и выносливости	26
3.3.1 Сравнительные показатели физической подготовленности экспериментальной и контрольной групп военнослужащих нового пополнения с низким уровнем развития силы, быстроты и выносливости	33
Заключение	35
Список использованных источников	36
Список опубликованных научных работ магистранта факультета физической культуры и спорта Петрова Дениса Ивановича.....	39
ПРИЛОЖЕНИЕ А	40

В настоящее время состояние физической подготовки в Вооруженных силах не полностью соответствует требованиям к боеспособности и повышению боеготовности войск. Существующая система физического тренинга не учитывается измененный метод вербовки войска, требованиям военной реформы и опыт выполнения боевых задач [1, с. 78].

Анализ литературы о состоянии проблемы физической подготовки военнослужащих выделяет множество факторов негативно влияющих на физическую подготовку военнослужащего, в том числе и командного состава:

- недооценивать место и роль физической подготовки в системе военно-профессиональной деятельности;

- существует несоответствие между существующими нормативными документами, регламентирующие организацию, проведение и контроль физической подготовки военнослужащих, требованиям военно-профессиональной деятельности вооруженных сил правила [2, с. 27];

- физическая подготовка кандидатов на военную службу по контракту не соответствует требованиям уровня физической подготовки;

- прекращено снабжение подразделений и воинских частей, университетов спортивным оборудованием, инвентарем, оборудованием и специальным оборудованием;

- нет эффективных систем прививания военнослужащим чувства ответственности за индивидуальный уровень физической подготовки, систематически выполнять физические упражнения и постоянно быть готовым к выполнению служебных обязанностей;

- недостаточное количество специалистов по физической подготовке военного соединения для обеспечения эффективного функционирования процесса физической подготовки в различных условиях военно-профессиональной деятельности [3];

- низкая эффективность функционирования системы физической подготовки молодежи до военной службы.

Для преодоления и минимизации проблем, описанных выше, автор предлагает ряд мер, в том числе:

- увеличение количества часов для физической подготовки в подразделениях и формированиях вооруженных сил;

- совершенствование правового регулирования физической подготовки военнослужащего путем дифференциации системы по видам военной службы;

- совершенствование системы начальной военной подготовки будущего военного персонала, начиная со средних учебных заведений;

- обзор финансовой составляющей физической подготовки;

- обеспечение воинских частей современным оборудованием, отвечающим требованиям текущего периода развития средств вооруженной борьбы;

- поощрение здорового образа жизни и спорта среди офицеров и их семей через спортивные мероприятия [7];

- повышение качества и увеличение числа специалистов по военной подготовке в области физической подготовки и спорта в армии.

Эти обстоятельства определили выбор темы исследования, ее объект и предмет - содержание и планирование физической подготовки военнослужащих с низким уровнем развития физических качеств (НУРФК).

Цель исследования - разработать и экспериментально обосновать содержание подготовительного периода в физической подготовке военнослужащих с низким уровнем развития физических качеств.

Методы исследования:

1. Анализ литературных источников.
2. Педагогическое тестирование.
3. Методы врачебного контроля.
4. Педагогический эксперимент.
5. Методы врачебного контроля.
6. Методы математической статистики.

Задачами исследования являются:

1. Актуализировать проблему физической подготовленности современной допризывной молодежи и молодого пополнения в вооруженных силах.

2. Разработать планирование и содержание подготовительного этапа физической подготовки для военнослужащих с низким уровнем развития физических качеств.

3. Экспериментально обосновать эффективность планирования подготовительного этапа физической подготовки для военнослужащих с низким уровнем развития физических качеств.

Гипотеза: предполагалось, что организация физической подготовки молодого пополнения военнослужащих с учетом физической подготовленности лиц, имеющих низкий уровень развития физических качеств, позволит планомерно повысить физические возможности данной категории военнослужащих и вывести на требуемый уровень физической подготовленности в последующие периоды службы в армии.

Научная новизна работы заключается:

- в обосновании необходимости организации физической подготовки военнослужащих нового пополнения с НУРФК по отдельной программе

- разработке содержания подготовительного периода в физической подготовке военнослужащих нового пополнения с НУРФК

- в экспериментальном подтверждении эффективности планирования подготовительного периода в физической подготовке военнослужащих нового пополнения с НУРФК.

Практическая значимость состоит в повышении качества физической подготовки военнослужащих нового пополнения с НУРФК; в возможности

использования разработки в условиях массовой практики физической подготовки военнослужащих нового пополнения с НУРФК других воинских частей.

Личный вклад магистранта состоит:

в проведении анализа состояния проблемы исследования;

в изучении уровня физической подготовленности военнослужащих нового пополнения с НУРФК;

в разработке содержания подготовительного периода в физической подготовке военнослужащих нового пополнения с НУРФК;

в организации экспериментальной апробации разработки и оформлении результатов исследования в магистерскую диссертацию.

во внедрении разработки в практику физической подготовки военнослужащих нового пополнения с НУРФК.

Апробация результатов диссертации:

- материалы исследования представлялись и докладывались на 2 научных конференциях: XIII Машеровских чтениях (международная научно-практическая конференции студентов, аспирантов и молодых учёных и VI International Conference for Students, Postgraduates and Young Scientists, Vitebsk, December 12, 2019.

Опубликованность результатов диссертации

1-A.Petrov, D. Physical training of lowlevel military personnel physical fitness / D.Petrov //The Youth of the 21st Century: Education, Science, Innovations : Proceedings of VI International Conference for Students, Postgraduates and Young Scientists, Vitebsk, December 12, 2019 / Vitebsk State University ; Editorial Board: I.M. Prishchepa (Editor in Chief) [and others]. – Vitebsk : Vitebsk State University named after P.M. Masherov, 2019.-С.210 -212.

2-А.Петров Д.И. Социально-психологическая адаптация военнослужащих с различным опытом и отношением к занятиям спортом.// Материалы XIII Машеровские чтения. Международная научно-практическая конференции студентов, аспирантов и молодых учёных. Витебск: ВГУ имени П.М.Машерова. - С. 467-469.

1. Захаров, Е.Н. Энциклопедия физической подготовки / Е.Н.Захаров. - М., 1994. - 368 с.
2. Методические указания к лабораторным работам по определению и оценке физического развития спортсменов. - Алма-Ата, 1998. - 40 с.
3. Вейднер-Дубровин, Л.А. Требования к разработке комплексов для проверки физической подготовленности военнослужащих / Л.А. Вейднер-Дубровин // Тезисы докл. итоговой науч. конф. за 1982 год: Л.: ВДКИФК, 1983. С. 49-51.
4. Волкогонов, Д. Состояние морального фактора и боеспособность армии / Д. Волкогонов. – Киев:, 1971. – № 21. – С. 18-25.
5. Ашкинази, С.М. Военно - педагогические основы обучения военнослужащих рукопашному бою: Дис. ... док. пед. наук / С.М.Ашкинази – Л.: ВДКИФК, 1994. – 459с.
6. Барабанщиков, А.В. Военная педагогика / А.В.Барабанщиков М.: Воениздат, 1966. – 376с.
7. Барабанщиков, А.В., Муцинов С.С. Педагогическая культура офицера / А.В.Барабанщиков, С.С.Муцинов М.: Воениздат, 1985. - 56-64с.
8. Бирюков, А.А. Личностно-ориентированная физическая подготовка курсантов ВУЗов Министерства Обороны Российской Федерации: Дис. ... канд. пед. наук / А.А.Бирюков – СПб.: ВДКИФК, 2000. – С.126.
9. Блохин, Г.Н. Актуальные вопросы совершенствования физической подготовки военнослужащих сухопутных войск / Г.Н.Блохин, И.И.Варжеленко, В.П.Гилев, Ю.Я.Лобанов СПб.: ВДКИФК, 1996. - 24-27с.
10. Боген, М.М. Обучение двигательным действиям / М.М.Боген – М.: Ф и С, 1985. – 192с.
11. Болотин, А.Э. Роль активных методов обучения в формировании навыков руководства физической подготовкой: Тезисы итоговой научной конференции за 1993 год / А.Э.Болотин, И.В.Дмитриев – СПб.: ВИФК, 1994. – 55-56с.
12. Булатов, А.С. Система физической подготовки // Теория и организация физической подготовки / А.С.Булатов – Л.: ВКФФКиС, 1963. - 57-71с.
13. Вейднер-Дубровин, Л.А. Функции физической подготовки войск // Теория и организация физической подготовки войск / Л.А.Вейднер-Дубровин, В.А.Шейченко - СПб.: ВДКИФК, 1992. – 34-38с.
14. Гареев, М.А. Проблемы подготовки Вооруженных Сил в свете современной военной доктрины России // Военная мысль / М.А.Гареев – 1993. - №11. – С.2-12.
15. Золотов, Л.С. О подготовке офицерских кадров сухопутных войск к управленческой деятельности / Л.С.Золотов - М.: Военная мысль, 1998. – №2. – 8-11с.
16. Ибрагимов, А.Д. Использование игровых методов обучения в профессиональной подготовке студентов факультетов физической культуры // Проблемы физического воспитания учащейся молодежи / А.Д.Ибрагимов, С.А.Герейханов – Карачаевск, 1991. – С.126-127.

17. Инструкция о порядке организации физической подготовки и спорта в Вооруженных Силах Республики Беларусь и транспортных войсках Республики Беларусь: утв. постановлением МО РБ №40 от 3 октября 2006 г. – Минск 2006 г. - 120 с.
18. Касатонов, И. Особенности командирской подготовки // На страже Заполярья / И.Касатонов, 1990.-С.3.
19. Коротков, Э.Н. Современные концепции обучения и их применение в подготовке военных кадров / Э.Н.Коротков – М.: ВПА, 1976. – С.9.
20. Куликов, В.М. Резервы повышения практической выучки курсантов // Научно-методич. сборник / В.М.Куликов – М.: ГУВУЗ МО СССР, 1982. - №23. – С.23-28.
21. Любашевский, П.В. Инженеру - командирские навыки // Военный вестник / П.В.Любашевский – 1995. - №12. – С.52-53.
22. Миронов, В.В. Формирование основ педагогического мастерства на занятиях по гимнастике / В.В.Миронов, Б.П.Кашеваров, С.Н.Мартынов - Л.: ВИФК, 1981. – 72с.
23. Миронов, В.В. Система формирования методических навыков на занятиях по физической подготовке / В.В.Миронов – Л.: ВДКИФК, 1987. – 201с.
24. Миронов, В.В. ВДКИФК как составная часть непрерывного физкультурного образования в армии и на флоте // Тез. докл. итог. науч. конф. ин-та за 1992 год / В.В.Миронов – СПб.: ВДКИФК, 1993. – С.33-35.
25. Наставление по физической подготовке и спорту в ВС РФ (НФП – 2001). – М.: 2001. – С.19-21.
26. Организация физической подготовки в воинской части и подразделении - М.: Воениздат МО СССР, 1981. - С.239.
27. Пащенко, Р.В. Формирование навыков контроля качества проведения физической подготовки у курсантов военно-физкультурного вуза: Дисс. ... канд. пед. наук / Р.В.Пащенко – СПб.: ВИФК, 1998. - С.145.
28. Физическая подготовка Часть I. Руководство, организация и обеспечение физической подготовки в воинской части и подразделении. - М.: Воениздат, 1990. – 5-190с.
29. Физическая подготовка Часть II. Основы методики физической подготовки - М.: Воениздат, 1993.- 226-233с.
30. Гавердовский, О.К. Программированное обучение при физической подготовке по круговому методу тренировки // Теор. и практ. физической культуры / О.К.Гавердовский, В.Н.Лисицкий - 1981. - №8. – 18-20с.
31. Гальперин, П.Я. Типы ориентировки и типы формирования действий и понятий / П.Я.Гальперин - Докл. АПН РСФСР, 1958. - №2.
32. Гареев, М.А. Проблемы подготовки Вооруженных Сил в свете современной военной доктрины России // Военная мысль / М.А.Гареев – 1993. - №11. – С.2-12.
33. Годик, М.А. Спортивная метрология: Учебник для институтов физической культуры / М.А.Годик – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 192 с.
34. Грабарь, М.И. Применение математической статистики в педагогических исследованиях / М.И.Грабарь, К.А.Краснявская – М.: Педагогика, 1977. – 136 с.

35. Груздев, Б.П. Формирование творческого мышления офицеров в вузах // Военная мысль / Груздев Б.П. – 1993. - №11. – С.61-68.
36. Миронов, В.В., Кашеваров Б.П., Мартынов С.Н. Формирование основ педагогического мастерства на занятиях по гимнастике / В.В.Миронов, Б.П.Кашеваров, С.Н.Мартынов - Л.: ВИФК, 1981. – 72с.
37. Бочков, Б. Мастерски владеть боевой техникой. – КВС, 2009. – № 21. – С. 31.
38. Пащенко, Р.В. Формирование навыков контроля качества проведения физической подготовки у курсантов военно-физкультурного вуза: Дисс. ... канд. пед. наук / Р.В.Пащенко – СПб.: ВИФК, 1998. - С.145.
39. Романенко, Н.В., Проблемы гуманитаризации физкультурного образования и формирования высокой духовности курсантов и слушателей военного института физической культуры. Учебное пособие / Н.В.Романенко, А.В.Зюкин - СПб.: ВДКИФК, 1996. – 24с.
40. Вейднер-Дубровин, Л.А. Специальная направленность физической подготовки в Вооруженных Силах: / Л.А. Вейднер-Дубровин, Т.Т. Джамгаров, Пособие для слушателей факультета. – Л.: ВКФФКиС при ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта, 2018. – 56 с.

Список опубликованных научных работ магистранта факультета физической культуры и спорта Петрова Дениса Ивановича

1-А. Петров Д.И. Социально-психологическая адаптация военнослужащих с различным опытом и отношением к занятиям спортом.// Материалы XIII Машеровские чтения. Международная научно-практическая конференции студентов, аспирантов и молодых учёных. Витебск: «ВГУ имени П.М.Машерова.- С. 467-469.

2-А. Petrov D. The use of mobile games for the formation of communicative competence in children of primary school age /Lifanov V. // The Youth of the 21st Century: Education, Science, Innovations : Proceedings of VI International Conference for Students, Postgraduates and Young Scientists, Vitebsk, December 12, 2019 / Vitebsk State University ; Editorial Board: I.M. Prishchepa (Editor in Chief) [and others]. – Vitebsk : Vitebsk State University named after P.M. Masherov, 2019. - С.420-422.

Список опубликованных научных работ магистранта факультета физической культуры и спорта Петрова Дениса Ивановича

1-А. Петров Д.И. Социально-психологическая адаптация военнослужащих с различным опытом и отношением к занятиям спортом.// Материалы XIII Машеровские чтения. Международная научно-практическая конференции студентов, аспирантов и молодых учёных. Витебск: «ВГУ имени П.М.Машерова.- С. 467-469.

2-А. Petrov D. The use of mobile games for the formation of communicative competence in children of primary school age /Lifanov V. // The Youth of the 21st Century: Education, Science, Innovations : Proceedings of VI International Conference for Students, Postgraduates and Young Scientists, Vitebsk, December 12, 2019 / Vitebsk State University ; Editorial Board: I.M. Prishchepa (Editor in Chief) [and others]. – Vitebsk : Vitebsk State University named after P.M. Masherov, 2019. - С.420-422.