

(ознакомительный фрагмент)

БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

БОРИСОВ

ВАЛЕРИЙ ЯКОВЛЕВИЧ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТОВ ПРИЗЫВНОГО ВОЗРАСТА

Автореферат

диссертации на соискание ученой степени

кандидата педагогических наук

по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Минск, 2009

Работа выполнена в Учреждении образования «Минский государственный лингвистический университет»

Научный руководитель— Масловский Евгений Александрович,
доктор педагогических наук, профессор,
УО «Полесский государственный университет»
, заведующий кафедрой физической культуры и
спорта.

Официальные оппоненты: Медведев Валерий Анатольевич,
доктор педагогических наук, профессор,
УО «Белорусский торгово-экономический
университет потребительской кооперации»,
заведующий кафедрой физического воспитания
и спорта;

Медников Роман Николаевич,
кандидат педагогических наук, доцент,
ЧУО «Институт предпринимательской
деятельности»,
заведующий кафедрой физического воспитания.

Оппонирующая организация УО «Белорусский государственный
— педагогический университет имени М. Танка».

Защита состоится 17 сентября 2009 года в 14 часов на заседании совета по защите диссертаций К 02.01.01 при Белорусском государственном университете по адресу: 220030, г. Минск, ул. Ленинградская, 8, корпус юридического факультета, аудитория 407.

Телефон ученого секретаря 209-55-58.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Белорусского государственного университета.

Ученый секретарь совета по защите диссертаций кандидат педагогических наук, доцент Э.И. Савко

КРАТКОЕ ВВЕДЕНИЕ

Успешное решение задач физической культуры (ФК) в каждом отдельном случае требует направленного подбора конкретных средств, физических упражнений, различных видов спорта и их отдельных элементов, прикладных видов спорта, естественных факторов природы. Образовательный и тренирующий эффект усиливается применением дополнительных нетрадиционных средств, которые в зависимости от профессии создают рациональную и качественную направленность занятиям.

Однако отсутствие достаточной доказательной базы методических основ организации содержания занятий по ФК и его главного педагогического инструментария – учебно-тренировочных комплексов (УТК), позволяющих учитывать условия и характер труда будущих специалистов, индивидуальные особенности и степень подготовленности студентов – сдерживают внедрение этой важной составляющей процесса ФК в большинстве вузов Республики Беларусь. Физическая подготовка (ФП) студентов вузов рассматривается как важная обязательная составная часть системы профессиональной подготовки, физкультурного образования и воспитания, направленная на обеспечение максимально высокой дееспособности, надежности и профессионального долголетия специалистов в условиях жесткой личной конкуренции, предельно интенсивного труда (В.И. Ильинич, 1979; Л.Н. Нифонтова, 1983, 1997; А.Г. Фурманов, 1997, 2003 и др.).

Объективная реальность показывает, что общество постоянно нуждается в подготовке квалифицированных, высоконравственных и верных государственным идеалам защитников Отечества. Особенно это касается студентов призывного возраста, ориентированных к послевузовской службе в войсках. От того, какие целевые критерии определит курс ФК в вузе в плане повышения уровня физической, спортивно-технической подготовленности и состояния сердечно-сосудистой и нервно-мышечной систем организма

студентов, зависит их физическая и психическая готовность к выполнению их гражданского долга – службе в рядах ВС Республики Беларусь. Вуз является промежуточным звеном в системе образовательных учреждений и армии (школа–вуз–армия), осуществляющих начальную военную подготовку. Поэтому процесс повышения эффективности занятий по ФК в плане преемственности и интеграции средств, методов, тренировочных программ и начальной военной подготовки приобретает особую государственную значимость (С.С. Коровин, 1997; Л. Мальцев, 2004).

В высших и специальных учебных заведениях Министерства обороны Вооруженных Сил Республики Беларусь (МОВС РБ), Министерства внутренних дел (МВД), Комитета государственной безопасности (КГБ), Министерства чрезвычайных ситуаций (МЧС) теория и практика ФП давно построена по этому принципу. В них учатся молодые люди, ФП которых на несколько уровней выше, чем у представителей гражданских вузов. Их выпускники также успешно владеют приемами боевого раздела рукопашного боя (БРРБ), так как на его овладение на занятиях по ФП отведено свыше 400 часов. Складывается положение, когда преемственность ФП, осуществляемой в школе на базе начальной военной подготовки, на следующем этапе – в вузе – может быть серьезно нарушена из-за отсутствия целевых критериев военно-прикладной направленности. Используемые на занятиях по ФК традиционные средства с общефизической направленностью или в структуре специализации одного из видов спорта достаточно формализованы и не отвечают современным требованиям ФП, которая должна носить военно-прикладной характер. Такое положение противоречит действующей учебной программе для учреждения образования «Военная академия Республики Беларусь» и военных факультетов вузов Республики Беларусь (А.В. Перов, Я.Д. Сабадаш, А.П. Логунов, Н.Н. Филиппов, 2007) и инструкции о порядке организации физической подготовки и спорта в вооруженных силах (ВС) Республики Беларусь и транспортных войсках Республики Беларусь. Отсутствие на занятиях по ФК лично

ориентированного подхода, позволяющего дифференцированно подходить к студентам, существенно отличающихся не только более низким уровнем физической подготовленности от военнослужащих-курсантов МОВС Республики Беларусь, МВД и МЧС, но и между собой, не позволяет успешно решать задачи личной физической готовности студентов призывного возраста. В конечном счете, неполноценно готовятся будущие призывники к службе в Вооруженных силах, обучающиеся в гражданских вузах, а поэтому страдает и безопасность нашей страны. Цель данной работы как раз и заключается в том, чтобы обновить традиционные УТК новым содержанием военно-прикладной направленности и по мере возможностей осуществить лично ориентированный подход со студентами, тем самым устранив имеющиеся противоречия целевых критериев ФК и начальной военной подготовки на уровне промежуточного звена – вуза. Для этого имеется достаточно большой временной интервал – 5 лет обучения, из них 4 года отведено курсу ФК.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Связь работы с крупными научными программами (проектами) и темами.

Работа выполнялась в соответствии с планом научно-исследовательских работ МГЛУ на 1999–2003 гг. по теме: «Формирование эффективной системы физического воспитания для будущих военных переводчиков и определение педагогических условий ее функционирования» (гос. регистрация №19992615) и 2004–2005 гг. по теме: «Разработка модели многолетнего процесса физического воспитания студентов и технологии ее развития».

Цель и задачи исследования.

Цель работы – определить специфику и обосновать содержание учебно-тренировочного комплекса военно-прикладной направленности по

физической культуре студентов на основе лично ориентированного подхода для успешного выполнения их гражданского долга – службе в рядах ВС Республики Беларусь.

Объектом исследования выступает учебно-тренировочный процесс по физической культуре студентов призывного возраста.

Предметом исследования выступает технология проектирования и реализации учебно-тренировочного комплекса военно-прикладной направленности на занятиях по физической культуре студентов. Реализация цели исследования позволит средствами прикладной направленности заложить прочный фундамент физической готовности для начальной военной подготовки.

Задачи исследования:

1. Определить специфику и форму содержания занятий по физической культуре студентов призывного возраста, ориентированных на послевузовское выполнение их гражданского долга – службе в рядах ВС Республики Беларусь.

2. Выявить особенности факторной структуры спортивно-технической, физической подготовленности и функционального состояния нервно-мышечной и сердечно-сосудистой систем организма студентов, прошедших начальный (один семестр) курс военной подготовки.

3. Обосновать в педагогическом эксперименте содержание учебно-тренировочного комплекса военно-прикладной направленности на основе лично ориентированного подхода к студентам призывного возраста в процессе полного (восемь семестров) курса начальной военной подготовки.

Положения, выносимые на защиту:

1. Содержание занятий по физической культуре студентов в формате учебно-тренировочных комплексов должны отвечать специфике военной специальности с учетом профессиограммы, спортограммы, уровня и типологии мотивационной сферы, дифференциации тренировочных нагрузок спортивно-технической, физической и функциональной направленности:

- владение навыками рукопашной схватки (БРРБ);
- преодоление больших расстояний по пересеченной местности в зоне предполагаемого поиска – спортивное ориентирование с элементами туризма (СОЭТ);
- владение навыками плавания и преодоление водных преград – обучающе-оздоровительное плавание (ООП) и прикладное плавание (ПП);
- выполнение заданий с силовой направленностью и перенос подручных отягощений – атлетическая гимнастика (АГ);
- совершенствование вестибулярного аппарата и двигательной координации – спортивные игры (СИ).

Специфика содержания занятий по физической культуре с военно-прикладной направленностью отличается от традиционного варианта с общефизической направленностью или специализации в одном виде спорта новым содержанием УТК, в котором приоритетная роль отводится БРРБ (до 50–70% от общего объема времени) и АГ (до 15–25%). В недельном цикле это выражено в пропорциональном отношении: четыре занятия по БРРБ и одно занятие по АГ.

По ранжированию объемов (в процентах) средств общефизической и военно-прикладной направленности в годичных циклах тренировки (8 семестров) предложены следующие варианты проектирования тренировочных нагрузок:

- в 1–3 семестрах – приоритет средствам общей физической подготовки (ОФП) и СИ;
- в 4, 5, 6, 7 и 8 семестрах приоритет и рациональное соотношение БРРБ и АГ с пиком объема средств АГ – в 4 и 5 семестрах, а БРРБ – в 6 и 8 семестрах;
- в 6 и 7 семестрах проводится интенсивный курс обучения ООП и ПП, а в 8 семестре – СОЭТ;
- в 4 и 8 семестрах в равных пропорциях выделяется время на освоение трех блоков БРРБ (по 33%); в 5 семестре – акцент на освоение

блока с холодным оружием и пистолетом; в 6 семестре – акцент на освоение блока с задержаниями и болевыми приемами и в 7 семестре – акцент на освоение блока нападающих и защитных действий руками и ногами.

2. Факторизация показателей сформированности двигательных навыков, развития физических качеств, функционального состояния основных систем организма определила ведущие факторы, характеризующие специфику спортивно-технической и физической подготовленности, высокую степень актуализации силовой и функциональной составляющей УТК для обеспечения готовности студентов, прошедших начальный (один семестр) курс военной подготовки, к выполнению поставленных задач в физической подготовке и ведении рукопашной схватки. Определены ценности мотивационной сферы студентов с учетом дифференциации различных видов спортивной и оздоровительной деятельности на инвариантные и вариативные, основные (БРРБ и АГ) и вспомогательные (ООП, ПП, СОЭТ и СИ), начальный (один семестр) и основной (восемь семестров) курсы обучения.

3. Реализация на занятиях по физической культуре трехэтапной схемы формирующего педагогического эксперимента обеспечила эффективность начального (один семестр) и полного (восемь семестров) курсов обучения для студентов призывного возраста, ориентированных к послевузовской службе в войсках; раскрыты особенности проектирования учебно-воспитательного процесса и эффективные пути по их реализации, приведшие к существенному повышению уровня спортивно-технической, физической подготовленности и функционального состояния нервно-мышечной и сердечно-сосудистой систем организма.

Введение в структуру полного (восемь семестров) курса занятий по физической культуре студентов призывного возраста УТК прикладной направленности и индивидуализированных программ в контексте личностно ориентированного подхода с периодичной (по семестрам) целенаправленной коррекцией индивидуальных физических возможностей для лиц с

ослабленным и нормальным уровнями физической подготовленности обеспечило переход этих лиц на более высокую ступень физической кондиции и, в целом, повышения эффективности учебно-тренировочного процесса как предмета образовательно-развивающей среды.

4. Научная новизна диссертационного исследования состоит в том, что в работе с принципиально новых позиций разработаны и экспериментально обоснованы:

- проектирование содержания рациональных средств учебно-тренировочного комплекса военно-прикладной направленности, базирующегося на особенностях факторной структуры физической подготовленности, функционального состояния нервно-мышечной и сердечно-сосудистой систем организма студентов и на особенностях формирования мотивационной сферы в процессе прохождения начального и полного курсов обучения;

- эффективно реализованное в полугодичных и 2,5-годичном педагогических экспериментах содержание учебно-тренировочного комплекса военно-прикладной направленности на основе личностно ориентированного подхода к призывной молодежи обеспечивает специфическую адаптацию двигательного аппарата к проявлению силы, силовой и общей выносливости, успешное освоение прикладных навыков ведения рукопашной схватки, военно-прикладного плавания и спортивного ориентирования в зоне поиска с учетом типологических различий в физической и двигательной подготовленности студентов.

Личный вклад соискателя. Состоит в самостоятельной разработке общего экспериментального замысла исследования, проведении целеполагающих экспериментов, обработке и обсуждении большого массива полученных результатов, публикации основных материалов исследования, подготовке и внедрении в процесс физического воспитания инновационного содержания учебно-тренировочного комплекса и практических рекомендаций.

Апробация результатов диссертации. Материалы диссертационного исследования докладывались и обсуждались на международных научно-практических конференциях: «Проблемы профессионально-прикладной физической подготовки» (Минск, 1990) «Здоровье студенческой молодежи: достижения науки и практики на современном этапе» (Минск, 1997); «Человек, здоровье, физическая культура на пороге XXI столетия» (Минск, 1999); «Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды» (Гомель, 2000); республиканских научно-практических конференциях: «Проблемы гуманизации при подготовке экономических кадров», «Физическое воспитание студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья», «Программно-методическое обеспечение спортивного движения студенческой молодежи в современных условиях»; юбилейных (БГУ, МГЛУ, БГЭУ) научно-практических конференциях (Минск, 1998–2007 гг.) Предлагаемая типовая программа и методические рекомендации внедрены в учебный процесс по физическому воспитанию МГЛУ и БГУ и подтверждены 4 актами внедрения.

Опубликованность результатов. Основные результаты диссертационного исследования представлены в 19 печатных работах: 10 статьях, из них 9 – в изданиях, рекомендованных ВАК Республики Беларусь (2,5 авторских листа), 9 материалах конференций (1,1 авторских листа и 1 программе (2,4 авторских листа).

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из перечня условных обозначений, введения, общей характеристики работы, трех глав, заключения, библиографического списка, пяти приложений. Полный объем диссертации составляет 174 страницы, из них 21 страница библиографического списка (221 наименование); 29 таблиц и 5 рисунков (37 страниц), 5 приложений (14 страниц).

СПИСОК ПУБЛИКАЦИЙ СОИСКАТЕЛЯ

Статьи в научных рецензируемых журналах

- 1-А. Борисов, В.Я. Разработка и научное обоснование профессионально ориентированной физической подготовки курсантов военных кафедр гражданских вузов / В.Я. Борисов // Мир спорта. – 2003. – № 1–2. – С. 45–50.
- 2-А. Борисов, В.Я. Технология профессионально ориентированной физической подготовки офицеров запаса гражданского вуза / В.Я. Борисов // Мир спорта. – 2004. – № 1. – С. 45–49.
- 3-А. Учебные занятия по боевому разделу, рукопашному бою и атлетической гимнастике для студентов-курсантов военной кафедры гражданского вуза / В.Я. Борисов [и др.] // Мир спорта. – 2004. – № 1. – С. 49–53.
- 4-А. Дифференцирование физических нагрузок студентов-курсантов, прикрепленных к военной кафедре в условиях гражданского вуза / О.В. Хижевский, В.Я. Борисов // Мир спорта. – 2004. – № 4. – С. 52–54.
- 5-А. Психолого-педагогические основы применения индивидуально-дифференцированного подхода в системе организации физической подготовки студентов военных кафедр гражданского вуза / В.Я. Борисов [и др.] // Мир спорта. – 2005. – № 4. – С. 48–52.
- 6-А. Борисов, В.Я. Теоретико-методологические основы профессионально-прикладной физической подготовки студентов военных кафедр гражданских вузов / В.Я. Борисов // Мир спорта. – 2006. – № 3. – С. 38–42.
- 7-А. Борисов, В.Я. Опытнo-экспериментальное обоснование содержания профессионально-прикладной физической подготовки студентов военных кафедр гражданских вузов / В.Я. Борисов, Е.А. Масловский, О.Е. Масловский // Мир спорта. – 2006. – № 3. – С. 43–48.
- 8-А. Борисов, В.Я. Личностно ориентированный подход при решении задач физической подготовки студентов к прохождению послевузовской службы в войсках / В.Я. Борисов // Вестник МГЛУ. – Сер. 2, Психология. Педагогика. Методика преподавания иностранных языков. – 2007. – №2(12). – С. 7–13.

9-А. Борисов, В.Я. Нормирование тренировочных нагрузок силовой направленности в занятиях со студентами на этапе выбора спортивной специализации и их учет в проектировании годовых циклов тренировки / В.Я. Борисов, Е.А. Масловский, О.Е. Масловский // Вестник МГЛУ. – Сер. 2, Психология. Педагогика. Методика преподавания иностранных языков. – 2007. – №2(12). – С. 13–20.

Статьи в сборниках научных статей

10-А. Борисов, В.Я. Методологические основы ППФП будущих офицеров запаса военной кафедры гражданского вуза / В.Я. Борисов, Е.А. Масловский // Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды : сб. науч. ст. Междунар. науч.-практ. конф. / Гомел. гос. ун-т ; под ред. Г.И. Нарскина, К.К. Бондаренко. – Гомель, 2001. – С. 126–128.

Материалы конференций

11-А. Борисов, В.Я. Обоснование рациональной структуры и содержания тренировочных занятий по ППФП с учетом функционального состояния нервно-мышечного аппарата студентов / В.Я. Борисов // Физическое воспитание студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья : материалы 2-й респ. науч.-практ. конф. / Минск. гос. лингв. ун-т ; под ред. Е.А. Масловского. – Минск, 2002. – С. 65–66.

12-А. Борисов, В.Я. Экспериментальное обоснование адекватной физической подготовки будущих офицеров запаса / В.Я. Борисов // Физическое воспитание студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья : материалы 2-й респ. науч.-практ. конф. / Минск. гос. лингв. ун-т ; под ред. Е.А. Масловского. – Минск, 2002. – С. 66–67.

13-А. Борисов, В.Я. Методологические основы профессионально-прикладной физической подготовки студентов военных кафедр гражданских вузов / В.Я. Борисов, Е.А. Масловский, А.В. Шумилов // Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов

окружающей среды : материалы науч.-практ. конф. / Гомел. гос. ун-т. – Гомель, 2005. – С. 17–18.

14-А. Борисов, В.Я. Развитие и корригирование психических и физических профессионально значимых качеств у будущих офицеров запаса гражданского вуза / В.Я. Борисов, Е.А. Масловский, О.Е. Масловский // Материалы ежегод. науч. конф. преподавателей и аспирантов ун-та / Минск. гос. лингв. ун-т ; отв. ред. Н.П. Баранова. – Минск, 2005. – С. 222–223.

15-А. Борисов, В.Я. Прикладное плавание в системе физической подготовки офицеров запаса / В.Я. Борисов, Е.А. Масловский, В.А. Терещенко // Материалы ежегод. науч. конф. преподавателей и аспирантов ун-та / Минск. гос. лингв. ун-т ; отв. ред. Н.П. Баранова. – Минск, 2005. – С. 223–224.

16-А. Борисов, В.Я. Базовая основа в обучении прикладному плаванию / В.Я. Борисов, В.А. Терещенко, С.Г. Шумилов // Материалы ежегод. науч. конф. преподавателей и аспирантов ун-та / Минск. гос. лингв. ун-т ; отв. ред. Н.П. Баранова. – Минск, 2005. – С. 224–226.

17-А. Борисов, В.Я. Личностно ориентированный подход при решении задач физической подготовки студентов-курсантов военных кафедр гражданских вузов // В.Я. Борисов, Е.А. Масловский / Материалы ежегод. науч. конф. преподавателей и аспирантов ун-та : в 5 ч. ; отв. ред. Н.П. Баранова. – Минск : МГЛУ, 2007.– Ч.5. – С. 172–174.

Тезисы докладов

18-А. Борисов, В.Я. Оздоровительная направленность профессионально ориентированного физического воспитания будущих офицеров запаса гражданского вуза / В.Я. Борисов // Актуальные проблемы здорового образа жизни в современном обществе: тез. докл. Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 15–17 апр. 2003 г. / Белорус. гос. акад. физ. культуры. – Минск, 2003. – С. 11–12.

Программа

19-А. Типовая программа и методические рекомендации по физическому воспитанию для 1–3 курсов МГЛУ – будущих военных переводчиков / сост.

В.Я. Борисов, Е.А. Масловский, В.И. Костомаров ; под ред. В.Я. Борисова. –
Минск : МГЛУ, 2001. – 47 с.

РЕЗЮМЕ

Борисов Валерий Яковлевич

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТОВ ПРИЗЫВНОГО ВОЗРАСТА

Ключевые слова: студенты призывного возраста, учебно-тренировочный комплекс, физическая подготовка, спортивно-техническая подготовка, рукопашный бой, атлетическая гимнастика, лично ориентированный подход, военно-прикладная направленность.

Объект исследования – учебно-тренировочный процесс по физической культуре студентов призывного возраста.

Предмет исследования – технология проектирования и реализации учебно-тренировочного комплекса военно-прикладной направленности на занятиях по физической культуре студентов.

Цель исследования – определить специфику и обосновать содержание учебно-тренировочного комплекса военно-прикладной направленности по физической культуре студентов на основе лично ориентированного подхода для успешного выполнения их дальнейшей профессиональной деятельности.

Методы исследования: анализ литературы; констатирующий и формирующий педагогические эксперименты; педагогическое тестирование; беседа, анкетирование; методы диагностики сформированности двигательных навыков (рукопашный бой) и топографии мышечных единиц (атлетическая гимнастика); тестирование функционального состояния ССС (проба Руфье) и НМС (миотонометрия); методы математической статистики.

Полученные результаты и их новизна. Впервые даны содержательная и процессуальная характеристики учебно-тренировочного комплекса военно-прикладной направленности, определяющие специфику занятий по физической культуре со студентами, ориентированными к послевузовской службе в войсках, в плане обеспечения преемственности и интеграции

средств, методов и тренировочных программ по физической и начальной военной подготовке в системе образования и армейской службы: школа–вуз–армия. Проведенное экспериментальное обоснование новой методики организации и проведения занятий в структуре микро-, мезо- и макроциклов тренировки с использованием физических нагрузок, соответствующих содержанию видов прикладной направленности и индивидуальной физической подготовленности в формате лично ориентированного подхода к студентам призывного возраста, доказало свою состоятельность.

Рекомендации по использованию: результаты могут быть использованы в учебно-тренировочном процессе курса физической культуры студентов-курсантов военных кафедр, военных факультетов и студентов призывного возраста гражданских вузов.

Область применения: учебно-тренировочный процесс по физической культуре студентов непрофильных специальностей.

РЭЗІЮМЭ

Барысаў Валерый Якаўлевіч

ФІЗІЧНАЯ КУЛЬТУРА СТУДЭНТАЎ ПРЫЗЫЎНОГА ЁЗРОСТУ

Ключавыя словы: студэнты прызыўнога ўзросту, вучэбна-трэніровачны комплекс, фізічная падрыхтоўка, спартыўна-тэхнічная падрыхтоўка, рукапашны бой, атлетычная гімнастыка, асобасна арыентаваны падыход, ваенна-прыкладная накіраванасць.

Аб'ект даследавання – вучэбна-трэніровачны працэс па фізічнай культуры студэнтаў прызыўнога ўзросту.

Прадмет даследавання – тэхналогія праектавання і рэалізацыі вучэбна-трэніровачнага комплексу ваенна-прыкладной накіраванасці на занятках па фізічнай культуры студэнтаў.

Мэта даследавання – вызначыць спецыфіку і абгрунтаваць змест вучэбна-трэніровачнага комплексу ваенна-прыкладной накіраванасці па фізічнай культуры студэнтаў на аснове асобасна арыентаванага падыходу для паспяховага выканання іх далейшай прафесійнай дзейнасці.

Метады даследавання: аналіз літаратуры; канстатууючы і фарміруючы педагагічныя эксперыменты; педагагічнае тэсціраванне; гутарка, анкетаванне; метады дыягностыкі сфарміраванасці рухальных навыкаў (рукапашны бой) і тапаграфіі мышачных адзінак (атлетычная гімнастыка); тэсціраванне функцыянальнага стану ССС (проба Руф'е) і НМС (міятонамэтрыя); метады матэматычнай статыстыкі.

Атрыманыя вынікі і іх навізна. Упершыню дадзены змястоўная і працэсуальная характарыстыкі вучэбна-трэніровачнага комплексу ваенна-прыкладной накіраванасці, якія вызначаюць спецыфіку заняткаў па фізічнай культуры са студэнтамі, арыентаванымі на службу ў войсках пасля заканчэння ВНУ, у плане забеспячэння пераемнасці і інтэграцыі сродкаў, метадаў і трэніровачных праграм па фізічнай і пачатковай ваеннай падрыхтоўцы ў сістэме адукацыі і армейскай службы: школа – ВНУ – армія.

Проведене експериментальне обґрунтування нової методики організації і проведення заняття у структури мікро-, мезо- і макроциклау тренування з використанням фізичних навантажень, які адаптують змісту відау прикладної націанасці і індивідуальної фізичної націанасці у фармаце асобна ариантавана на підходу да студентау призиуноа уросту, даказала сваю правмернасць.

Рекомендації да використання: винікі могуць використувацца у вучэбна-тренувачным працэсе курса фізичнай культуры студентау-курсантау ваенных кафедрау, ваенных факультэтау і студентау призиуноа уросту цивільных ВНУ.

Галіна прымянення: вучэбна-тренувачны працэс па фізичнай культуры студентау няпрофільных спецыяльнасцей.

SUMMARY

Valery Yakovlevich Borisov

Physical Culture of Call-up University Undergraduates

Key words: university call-up undergraduates, training complex, physical education and training, sports-technical training, close combat, athletic gymnastics, learner-centred approach, military-oriented training.

Object of research: P.E. training process for university call-up undergraduates.

Subject of research: designing and carrying out military-oriented training complex at P.E. classes for university undergraduates.

Aim of research: to identify the specifics and to ground the content of the military-oriented training complex on the basis of learner-centred approach at P.E. classes for university call-up undergraduates contributing in this way to their further successful professional activities.

Methods of research: literature study and analysis, pedagogical experiment and testing, interview, methods of diagnosing movement skills (close combat) and muscles units topography (athletic gymnastics), SSS functioning tests (Rufie probe) and NMS (miotometry), statistical methods.

Results and their novelty. For the first time the military-oriented P.E. training complex which shows the specifics of physical education for university undergraduates who will be serving in the Army upon graduation is presented and described. The complex provides continuity and integrity of basic military training and physical training in the system of education and army service: school-university-army. The effectiveness of new methods of student-centred P.E. classes with micro-, meso- and macrocycles of training loads according to the content of the military-oriented complex and the individual student's physical form has been experimentally proved.

Practical recommendations: the results of the research can be used in physical education of military departments and faculties students and of civil universities call-up undergraduates.

The sphere of the research application: physical training of students not majoring in P.E.