

ВОЕННО-ПРИКЛАДНАЯ ПОДГОТОВКА НА ЗАНЯТИЯХ ПЕШЕХОДНЫМ ТУРИЗМОМ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Снежицкий М. П.

*Гродненский государственный университет им. Я. Купалы, Гродно, Беларусь
Научный руководитель – Полякова Т. Д., д-р пед. наук, проф.*

Введение. В настоящее время все больше внимания уделяется государством военно-патриотическому воспитанию подрастающего поколения на основе культурно-исторических традиций белорусского народа. Однако по-прежнему остается проблемой обеспечение преемственности между учреждениями общего среднего и высшего образования в формировании военно-прикладных навыков и в подготовке молодежи к прохождению срочной службы в рядах Вооруженных Сил Республики Беларусь (ВС РБ). В этой связи в УО «ГГАУ» одно из направлений решения указанной проблемы в молодежной среде – организация и проведение занятий в группах начальной спортивной подготовки по пешеходному туризму, где молодые люди и девушки получают актуальные знания, умения и навыки для будущей профессиональной деятельности и прохождения срочной военной службы в ВС РБ [1-4].

Цель исследования. Выявление и разработка наиболее эффективных форм, методов и средств физической культуры для организации занятий в группах начальной спортивной подготовки по пешеходному туризму, направленных на формирование военно-прикладных навыков.

Материалы и методы. В основу исследования были положены методы теоретического анализа и синтеза, которые позволили разработать методическое и дидактическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине «физическая культура» на занятиях в группах начальной спортивной подготовки по пешеходному туризму, имеющих военно-прикладное направление.

Результаты исследования. Для повышения эффективности решения задач по интеграции образовательных средств военно-прикладной и профессионально-прикладной подготовки на занятиях в рамках одной спортивной секции преподавателями кафедры физического воспитания и спорта были разработаны учебные программы для групп начальной спортивной подготовки первого и второго года обучения по пешеходному туризму и спортивному ориентированию, содержащие актуальные для призывников и будущих специалистов-аграриев следующие учебные разделы.

Горно-полевая подготовка. Цель учебного материала данного раздела – обучение студентов приемам передвижения в условиях сильно пересеченной равнинной и горной местности. Организация учебно-тренировочного процесса предусматривает занятия групп преимущественно в естественной природной среде, а при неблагоприятных климато-метеорологических условиях – в специально оборудованных приспособленных спортивных помещениях и сооружениях.

Походная подготовка. Цель раздела – обучение студентов способам организации проживания в походных условиях и в учебно-полевых выходах, часто присутствующих в военной деятельности военнослужащих. Как правило, практические занятия продолжаются 4-6 часов и проводятся в ближайших лесопарковых зонах.

Топографическая подготовка призвана обучить студентов способам ориентирования в пространстве на основе правильного чтения топографической карты и ее сопоставления с соответствующей местностью. Для успешного достижения цели раздела предусмотрен учебный материал по теоретическим и практическим занятиям на местности с использованием топографических и спортивных карт.

Выживание и деятельность в экстремальных условиях и условиях автономного существования. Цель раздела – обучение студентов выживанию в естественно-средовых условиях автономного существования с помощью подручных средств и шансового инструмента, а также развитие способностей к самообладанию и контролю как над собственными паническими проявлениями, так и над таковыми у товарищей. Достижению вышеуказанной цели на практических занятиях способствует моделирование экстремальных ситуаций, а также последующий их анализ на теоретических занятиях с детальной «работой над ошибками».

Спасательно-прикладная подготовка. Цель учебного материала раздела – обучение студентов действиям, связанным со спасением людей в разных естественно-природных и техногенных чрезвычайных происшествиях и катастрофах, которые подвергают опасности их жизнь и здоровье. Цель достигается обучением и отработкой спасательных навыков посредством теоретических и практических занятий, приближенных к реальной обстановке в заранее смоделированных условиях чрезвычайной ситуации.

Необходимо выделить (как специфичность методики) то, что одним из основных способов совершенствования двигательных навыков в рамках практических учебно-тренировочных занятий предусмотрено частое систематическое использование соревновательного и игрового методов, позволяющих привнести в образовательный процесс фактор высокого психоэмоционального подъема и напряжения, что приводит к их более качественному и устойчивому овладению на психосоматическом уровне.

Выводы. В связи с вышесказанным мы предлагаем использовать пешеходный туризм как средство обеспечения преемственности между учреждениями общего среднего и высшего образования по военно-прикладной и профессионально-прикладной подготовке молодежи призывного возраста к срочной военной службе и по освоению будущей профессии, а также как одну из основных форм воспитания гражданственности и патриотизма. Это послужило бы основой для улучшения физических кондиций современных молодых людей и способствовало бы сохранению (или повышению) уровня их подготовленности к прохождению срочной военной службы в Вооруженных Силах Республики Беларусь и защите Отечества от внешних и внутренних угроз.

Литература:

1. Вяткин, Л. А. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Л. А. Вяткин, Е. В. Сидорчук. – Москва: Издательский центр «Академия», 2001. – 165 с.
2. Snezhitsky, Pavel. Complex pedagogical diagnostics of personal motor activity / P. Snezhitsky, E. Romanova, M. Kolokoltsev, A. Vorozheikin, S. Smirnov, A. Bolotin, A. Tarasov, S. Aganov, P. Suldin // Journal of Physical Education and Sport ® (JPES) Vol. 22 (issue 11), Art 341, pp. 2681- 2687, November 2022 online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES.
3. Снежицкий, П. В. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов средствами туризма и спортивного ориентирования / П. В. Снежицкий, М. П. Снежицкий, Г. К. Томашев / Актуальные вопросы в науке и практике / Сборник статей по материалам VI Международной научно-практической конференции (5 марта 2018 г., г. Самара). В 4 ч. Ч. 4 / редкол.: А. Р. Халиков [и др.]. – Уфа: Изд. Дендра, 2018. – С. 102-113.
4. Снежицкий, М. П. Система военно-патриотического воспитания в УО «Гродненский государственный аграрный университет» / М. П. Снежицкий, П. В. Снежицкий // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта, 2023. – Т. 30, – № 2. – С. 26-42 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://hpcas.ru/article/view/13049> . – Дата доступа : 23.02.2024.
5. Снежицкий, М. П. Новое содержание и формы организации внеаудиторной работы по физическому и военно-патриотическому воспитанию студентов аграрного вуза / М. П. Снежицкий, П. В. Снежицкий // Физическая культура и спорт в образовательном пространстве вуза: сборн. науч. трудов уч. III Междунар. науч.-практ. конф. (заочная форма) / под общ. ред. С. А. Архиповой. Тула: Изд-воТулГУ, 2019. 143 с.

ЭФФЕКТЫ УПРАЖНЕНИЙ ЦИГУН НА ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ СТАТУС ПОДРОСТКОВ: СИСТЕМАТИЧЕСКИЙ ОБЗОР

Соколов Д. В., Долмат С. А., Шулейко О. Б.

*Гродненский государственный медицинский университет, Гродно, Беларусь
Научный руководитель – Пирогова Л. А., д-р. мед. наук, проф.*

Введение. Акция «Психическое здоровье», объявленная Всемирной организацией здравоохранения, показала, что депрессия – это одна из основных причин инвалидности, от которой страдают около 264 млн человек во всем мире [19]. Примерно каждый пятый подросток страдает от проблем с психическим здоровьем [19]. Установлено, что наличие у них психологических проблем со здоровьем способствуют разным типам дезадаптивного поведения, включая плохую успеваемость, низкую производительность, агрессивное поведение, подростковую беременность, злоупотребление наркотиками, членовредительство и самоубийство [8, 9]. Подростковый возраст – решающий