DOI: 10.17117/na.2017.01.02.326

<http://ucom.ru/doc/na.2017.01.02.326.pdf>

Поступила (Received): 23.01.2017

Джим Е., Дейнес И.В., Громов В.А., Скутин А.В. Готовность студентов к экстремальным условиям

Dzhym K., Deynes I.V., Gromov V. A., Skutin A.V.
The willingness of students to extreme conditions

В статье рассматриваются вопросы планирования психологической подготовки и осуществление эффективного подготовки студентов к экстремальным условиям. Для получения качественного обучения необходимо учитывать тенденции развития экономики Севера. Раскрываются основные положения использования средств физической культуры для решения задач психологической подготовки, которые взаимосвязаны со смежными изучаемыми дисциплинами

Ключевые слова: студент, развитие Севера, направления психологической подготовки

Джим Екатерина

Студент

Харьковский национальный педагогический университет им. Г.С. Сковороды
Украина, г. Харьков, ул. Валентиновская, 2

Дейнес Игорь Викторович

Студент

Южно-Уральский государственный аграрный университет
г. Челябинск, пр. Ленина, 75

Громов Виктор Александрович

Кандидат педагогических наук, доцент
Южно-Уральский государственный аграрный университет
г. Челябинск, пр. Ленина, 75

Скутин Андрей Викторович

Кандидат медицинских наук, доцент
Уральский государственный университет физической культуры
г. Челябинск, ул. Труда, 168

The article deals with the planning of psychological preparation and implementation of effective training of students to extreme conditions. For quality education must take into account trends in the development of the North's economy. Reveals the basic provisions of the use of means of physical training to meet the challenges of mental preparation, which are interconnected with adjacent disciplines studied

Key words: student development of the North, the direction of the psychological preparation

Dzhym Kateryna

Student

Kharkiv national pedagogical university named G.S. Skovoroda
Ukraine, Kharkiv, Valentinovskaya st., 2

Deynes Igor Viktorovich

Student

Southern Ural state agricultural university
Chelyabinsk, Lenin ave., 75

Gromov Victor Aleksandrovich

Candidate of Pedagogic Sciences, Associate Professor
Southern Ural state agricultural university
Chelyabinsk, Lenin ave., 75

Skutin Andrey Viktorovich

Candidate of Medical Sciences, Associate Professor
Ural state university of physical culture
Chelyabinsk, Truda st., 168

Поколение молодых специалистов иногда не готовы к работе в экстремальных условиях. В программах обучения в университетах не рассматриваются

вопросы готовности работы на Севере [1-4]. И как следствие, часть молодежи необоснованно покидает «суровые места» и возвращаются на территорию постоянного жительства. Создавшееся противоречие необходимости и действительности создаёт проблему. Проводятся исследования в технической, физической, функциональной, психологической областях [5-8].

С помощью средств физической культуры успешно решается задача повышения психологической готовности к действиям в сложных условиях низких температур. Психологическая подготовка связана с другими видами подготовки студентов в университете [9-11]. При опасности у человека наступает состояние высокого психического напряжения, и в его действиях происходят заметные изменения по сравнению с тем, как он действует в обычных условиях. Специалист-автомобилист должен приобрести опыт поведения в ситуациях, связанных с высокими психическими напряжениями.

Физические упражнения могут применяться для общей и специальной психологической подготовки. Для общей психологической подготовки подбираются средства, которые должны обеспечивать формирование и совершенствование морально-волевых качеств, необходимых для действий любого автомобильного специалиста [12-17]. Специальная психологическая подготовка заключается в способности, умениях и навыках для успешного выполнения конкретной задачи, создания чувства уверенности в достижении поставленной цели, достаточного запаса физических сил. В интересах психологической подготовки может использоваться весь набор физических упражнений из программ обучения в университетах. Но для этого необходимо соблюдение определенных требований при проведении занятий:

- усложнение учебных задач, которые должен решить занимающийся при выполнении уже разученных упражнений;
- выполнение физических упражнений при воздействии факторов, характерных для практической профессиональной деятельности;
- овладение навыками действий в особых условиях противостоять сбивающим факторам.

Таблица 1. Психологическая подготовка студентов к экстриму (n=34)

№	Направления психологической подготовки	$M \pm m$ (%)	s	V(%)
1	Управление своим психическим состоянием	$24 \pm 1,1$	6.38	26
2	Совершенствование специальных умений	$19 \pm 0,8$	4.64	19
3	Совершенствование реагирования	$14 \pm 2,3$	13.3	95
4	Волевая подготовка	$11 \pm 0,7$	4.1	37
5	Регулирование психической напряжённости	$10 \pm 1,2$	6.9	69
6	Формирование мотивации к занятиям	$7 \pm 0,4$	2.3	33
7	Идеомоторная тренировка	$6 \pm 0,9$	5.2	87
8	Совершенствование толерантности к стрессу	$5 \pm 0,5$	2.9	58
9	И другие	$4 \pm 0,6$	3.48	87

Примечание: M – ср. арифметическая, m – стандартное отклонение, s – среднее квадратичное отклонение, V – коэффициент вариации

В результате опроса преподавателей, психологов и тренеров выделены основные направления совершенствования системы психологической подготовки. Специалисты распределили использование средств физической культуры по направлениям работы, определили процентную важность по отношению к друг другу (таблица 1).

В результате опросов по мнениям компетентных представителей определен рейтинг направлений, который распределился в девяти основных пунктах. Важными признаны направления пунктов 1 и 2 ($M=24\%$ и 19% ; при коэффициенте вариации “V” в средних значениях).

Психологическая готовность совершенствуется средствами физической культуры, однако не по всем направлениям эффективно. Психологическая подготовка базируется на имеющихся врожденных психических качествах человека, которые тоже требуют тренировки. Психическая подготовка помогает создавать такое психическое состояние, которое способствует, с одной стороны, наибольшему использованию физической и технической подготовленности, а с другой позволяет противостоять сбивающим факторам экстремальных условий профессиональной деятельности в «северных широтах».

Список используемых источников:

1. Дейнес, И.В. Прикладные физические упражнения в мотивации студента / И.В. Дейнес, А.В. Скутин // Научный альманах. 2016. № 7-1 (21). С. 233-236.
2. Громов, В.А. Алгоритм организации физической культуры со студентами факультета военного обучения / В.А. Громов, Р.Г. Шайхетдинов, И.В. Тяжелъников // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2015. № 3. С. 10-18.
3. Шкляев, В.В. Организационные пути устранения спортивных травм / В.В. Шкляев // Научный альманах. 2016. № 9-1 (23). С. 365-368.
4. Громов, В.А. Межпредметный индивидуальный подход в обучении / В.А. Громов, Е. Джим // Научный альманах. 2016. № 9-1 (23). С. 240-243.
5. Таможникова, Г.В. Обоснование блочных сочетаний физических упражнений / Г.В. Таможникова, Р.Х. Файзрахманова // Вестник научных конференций. Наука, образование, общество / Тамбов : ЮКОМ. 2016. № 9-5(13). с. 172-173.
6. Острецов, Н.И. Координация направленности в обучении / Н.И. Острецов, Н.Я. Платунова // Научный альманах. 2016. № 9-1 (23). С. 309-312.
7. Скутин, А.В. Здоровое питание для повышения настроения / А.В. Скутин, Р.Г. Шайхетдинов, В.А. Громов // Адаптивная физическая культура и здоровье: интеграция науки и практики : сб. науч. тр. / Уфа : БашИФК, 2016. С. 326-336.
8. Джим, Е. Особенности оптимизации работоспособности студентов / Е. Джим, В.Ившин, А. Скутин // Научный альманах. 2016. № 10-2(24). С. 70-72.
9. Громов, В.А. Повышение результативности в выполнении комплекса ГТО в университете / В.А. Громов, В.В. Шкляев, А.В. Скутин // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2016. № 10. С. 24-29.
10. Шайхетдинов, Р.Г. Достижение выпускником университета психофизической готовности к профессиональной деятельности / Р.Г. Шайхетдинов, В.А. Громов // Теория и практика физической культуры. 2016. №3. С. 26-28.
11. Громов, В.А. Востребованность в инновациях междисциплинарного обучения / В.А. Громов, Е. Джим, Р.Г. Шайхетдинов // Инновации в спорте, туризме и образовании – icISTIS 2016 : сб. науч. тр. / Челябинск. 2016. С. 89-97.
12. Громов, В.А. Влияние масштабируемости физических нагрузок на результативность студентов вузов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2013. № 2. С. 44-50.

13. Громов, В.А. Роль масштабируемости в интенсификации волновой физической нагрузки у студентов / В.А. Громов, Р.Г. Шайхетдинов // *Современные тенденции в образовании и науке* : сб. тр. / 2013. ч. 13. С. 35-37.
14. Громов, В.А. Управление динамикой показателей физических упражнений на военном факультете / В.А. Громов, Р.Г. Шайхетдинов // *Известия Тульского государственного университета. Физическая культура*. 2014. №2. С. 7-15.
15. Тяжельников, И.В. Сравнительный электрофиксаж техники метания в единоборствах / И.В. Тяжельников, В.Л. Ившин, В.А. Громов, О.В. Киекпаева // *Вестник научных конференций* / Тамбов : ЮКОМ, 2016. № 4-5(8). С. 223-224.
16. Громов, В.А. Направленная физическая культура в обучении автомобильных специалистов / В.А. Громов, Р.Г. Шайхетдинов, Е. Джим, В.В. Епишев // *Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт*. Тула: ТулГУ, 2016. №4. С. 21-29.
17. Петров, И.Н. Индивидуальный подход в физическом воспитании / И.Н. Петров // *Научный альманах*. Тамбов: ЮКОМ, 2016. № 10-2(24). С. 157-159.

© 2017, Джим Е., Дейнес И.В., Громов В.А.,
Скутин А.В.

*Готовность студентов к экстремальным
условиям*

© 2017, Dzhyim K., Deynes I.V., Gromov V. A.,
Skutin A.V.

The willingness of students to extreme conditions