**Формирование физической культуры личности курсантов высших учебных заведений МВД России с использованием компьютерных технологий**

Проблема взаимообусловленности процесса профессионально-прикладной физической подготовки и формирования физической культуры личности в системе профессионального образования рассматривалась в трудах многих отечественных специалистов. Например, созданная под руководством М.Я Виленского[[1]](#footnote-1) и П.А. Виноградова концепция определяет вектор процесса физического самовоспитания, самосовершенствования и саморазвития личности, ее общекультурного уровня. В концепции интегральной целью физического воспитания для ступеней системы образования выступает физическая культура личности как органическое единство знаний и убеждений, ценностных ориентаций и мотивационно-потребностной сферы, физического совершенствования и практической деятельности. Однако, несмотря на четкую формулировку задач в директивных документах, структура и содержание физической подготовки обучаемых, в частности, в плане соотношения общей и профессионально-прикладной подготовки с точки зрения влияния ее на формирование физической культуры личности в целом, на наш взгляд, раскрыты недостаточно.

Смена эпох, переживаемая в нашей стране и миром, прежде всего, затрагивает характеристики личностного развития человека. Это предполагает переориентацию целей, смысла и содержания физического воспитания курсантов учебного заведения с упором на роль этого предмета не только в их профессиональной деятельности, но и общей гуманитарной подготовке, культурном и гуманистическом потенциале человека.

В любых видах деятельности профессиональный рост специалиста включает в себя в качестве основополагающего компонента физическую культуру. Физическая культура является первой жизненной и производственной потребностью, так как является совокупностью физических и духовных сил, которыми располагает организм человека (В.К. Бальсевич[[2]](#footnote-2), М.Я. Виленский, В.Н. Курысь, Л.И. Лубышева[[3]](#footnote-3), Н.Х. Хакунов и др.).

Исходя из культурологического подхода, личная физическая культура является универсальной характеристикой деятельности индивида, определяя его социально-гуманистическое содержание, поэтому главной целью физического воспитания курсанта является формирование физической культуры личности, под которой понимается активное воздействие не только на физические способности человека, но и, прежде всего, на чувства и сознание, психику и интеллект (В.К. Бальсевич). Все это обеспечивает формирование устойчивых социально-психологических проявлений положительной мотивации, ценностных ориентаций, интересов и потребностей в сфере физической активности, физической культуры (М.Я. Виленский).

Важную роль в формировании личной физической культуры курсанта играет освоение им определенной суммы знаний для практической деятельности. Но в объеме знаний курсанта менее всего обеспечен комплекс знаний, который призван обеспечивать обретение культуры личности, ценностно-мотивирующее основание, с помощью которого человек решает смысложизненные вопросы своего бытия. Возникло существенное расхождение между профессионально-функциональным знанием и знанием, которое «обслуживает» повседневное бытие человека, где приобретается личный опыт жизни. Для курсантов и выпускников вузов наступает такой период жизни, когда необходимо использовать запас знаний в области физической культуры. Однако большинство курсантов их не имеют, а потому не умеют грамотно и целенаправленно организовывать самостоятельную деятельность в области физической культуры. Более того, знания оказываются мертвым грузом для курсантов, которые не подкрепляют их интеллектуальным воспитанием.

По мнению Е.В. Бондаревской[[4]](#footnote-4), чтобы человек развился как личность, индивидууму нужно выстроить собственный мир ценностей, войти в мир знаний, овладеть творческими способами решения научных и жизненных проблем.

По мнению В.А. Пономарчука, О.А. Аяшева[[5]](#footnote-5), образование в области физической культуры можно рассматривать как триединство компонентов: образовательного (обеспечение знаниями о человеке, культуре, истории, природе и т.д.); аксиологического (введение учащегося в мир ценностей и помощь в выборе значимой системы ценностных ориентаций); потребностного. Педагогический эффект таких занятий будет заключаться не только в приобретении занимающимися новых знаний в области физической культуры, двигательных умений и навыков, развития положительного мотивационного отношения к физической культуре, но и выражаться в повороте их к саморазвитию, самовоспитанию, к формированию широкого круга потребностей, а в конечном счете и в приобретении культуры (В.И. Столяров).

В рамках такого подхода в содержании физического воспитания выделяется три основных компонента: социально-психологический, интеллектуальный и двигательный (физический) (И.М. Быховская, Л.И. Лубышева, В.И. Столяров).

Получение знаний в области физической культуры, формирование ценностных ориентаций, методических умений, потребностей в самостоятельных занятиях физической культурой с целью поддержания своего здоровья должно стать отправной точкой деятельности учащейся молодежи в области физической культуры в высших учебных заведениях (М.Я. Виленский, В.П. Лукьяненко, Л.П. Матвеев, А.Д. Новиков, Н.И Пономарев).

Современная профессиональная деятельность требует от курсантов вуза МВД России не только специальной психофизической подготовленности, но и глубоких теоретических знаний, поэтому на практике модель выпускника данного вуза должна включать: достаточную профессиональную работоспособность, наличие необходимых резервных физических и функциональных возможностей организма для своевременной адаптации к быстро меняющимся условиям оперативно-служебной деятельности и внешней среды, объему и интенсивности труда; способности к полному восстановлению в заданном лимите времени и присутствие мотивации в достижении цели, базирующихся на физических, психических и духовных возможностях человека и, прежде всего, на знаниях.

Профессиональная готовность сотрудников органов внутренних дел обеспечивается многими факторами, значительное место среди которых занимает физическая подготовка. Она представлена в образовательных учреждениях МВД России как самостоятельная учебная дисциплина и является обязательным разделом гуманитарного компонента образования. Данная дисциплина направлена на формирование духовных и физических сил курсантов, формирует у них такие общечеловеческие ценности, как здоровье, физическое и психическое благополучие, физическое совершенство. Вместе с тем физическая подготовка является разделом служебно-боевой подготовки и призвана формировать физическую и психическую готовность курсантов к эффективным действиям в экстремальных ситуациях, связанных с применением мер насильственного воздействия.

Физическая подготовка является сложным, психолого-педагогическим процессом, имеющим целью формирование физической культуры личности курсанта. Она включает в себя способы и формы деятельности, направленные на укрепление здоровья, совершенствования психофизических способностей организма, овладение специальными знаниями, прикладными навыками, повышение интеллектуальной и физической работоспособности курсанта, то есть формирование системы взглядов, убеждений, жизненных установок, реализующих потенциальные природные возможности человека.

Физическая подготовка, имея по своей сути прикладную направленность, представляет собой значительную и жизненно необходимую часть общей физической культуры личности сотрудника МВД. Прикладная направленность физической подготовки выражена в перечне необходимых упражнений, предназначенных для изучения, а также в дифференцированном подходе к требованиям по уровню развития физических качеств и двигательных навыков курсантов. Конечной целью физического воспитания курсантов является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физического воспитания для сохранения и укрепления здоровья.

Двигательная активность курсантов высшего образовательного учреждения МВД России в форме процесса профессионально-прикладной физической подготовки является неотъемлемым компонентом их профессионального обучения. Однако данный процесс в рамках регламентированных учебных занятий не в полной мере обеспечивает достаточный уровень физической подготовленности курсантов. Приходится констатировать, что только умение заниматься самостоятельно может решить проблему оптимизации их физического состояния. Возникает вопрос, как сделать так, чтобы повседневные самостоятельные занятия физическими упражнениями стали необходимостью и потребностью для данного контингента. Единственным выходом из сложившейся ситуации нам видится формирование у курсантов мотивации к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, т.е. формирование потребности и умения заниматься самостоятельно.

Переориентация потребностно-мотивационной сферы на самостоятельные занятия курсантов в процессе обучения и последующее возрастание периодичности занятий возможны только в случае повышения их образованности в области физической культуры. Это недвусмысленно означает, что существует необходимость в расширении и углублении методических знаний и умений. При этом необходимо учитывать, что обладание только вербальными знаниями и умениями автоматически не создает установку на повседневную оздоровительную активность и активность в области физической культуры. Для этого необходимо поочередно решить ряд задач.

Первое – формировать в первую очередь все те же вербальные знания, когда должны усваиваться конкретные факты, суждения и умозаключения из сферы физической культуры. Но эти знания, как правило, абстрактны, и не связаны с конкретной практической деятельностью и вследствие их неприменения в процессе собственных занятий физическими упражнениями они быстро исчезают.

Второе – осознание жизненной важности того, относительно чего получены эти знания, то есть превращение внешних идей в фактор мотивации поведения.

Третье – только когда происходит трансформация убеждений в достояние личности как потребности на основе знаний и собственного практического опыта, лишь тогда можно говорить о решении задачи по формированию потребности в чем-либо (в частности, потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями).

Исходя из вышесказанного, можно определить условия формирования физической культуры личности курсантов вуза МВД.

Одним из первых таких условий следует считать единство теоретического и практического компонентов физического воспитания, включая проблемы формирования знаний в сфере самостоятельных занятий. Очень важно, на наш взгляд, акцентировать внимание занимающихся самостоятельно физической культурой на реальной пользе и прогрессе в собственном физическом состоянии. С учетом избранной направленности педагогического процесса должны соответственно подбираться средства. Большее внимание должно уделяться тем из них, которые можно было бы использовать в последующие возрастные периоды, то есть вне регламентированных занятий.

Анализ рабочей программы по физическому воспитанию курсантов для высшего учебного заведения, а также результаты собственных исследований еще раз убеждают нас в том, что программно-методическое обеспечение учебного процесса не позволяет решать задачи по формированию физической культуры личности данного контингента, поэтому необходимо включать в учебный процесс не просто новые технические средства, а новые образовательные технологии, направленные на решение собственно образовательных задач, а значит, глубоко осмысленные с позиций педагогической науки, теории обучения, теории и методики физического воспитания (Ю.Д. Железняк, В.В. Зайцева, А.Н. Петров, П.К. Петров, И.В. Роберт, О.А. Федоров и др.)[[6]](#footnote-6). Несмотря на значительные потенциальные возможности современных информационных технологий в процессе физического воспитания в вузе, они еще не нашли должного применения.

Информатизация педагогики физической культуры предусматривает массовое использование компьютерных технологий, создание информационных систем, программ обучения, контроля и коррекции, позволяющих, в конечном счете, эффективно осуществлять управление педагогическими процессами (В.Н. Богданов, С.Б. Бурьян, В.В. Иванов, С.П. Кишнев, Е.Ю. Розин, Л.А. Хасин и др.).

Компьютерные технологии позволяют совмещать функции накопления, длительного хранения, анализа, систематизации огромных и полезных массивов информации, индивидуализации, оценки подготовленности обучаемого по каждому из известных двигательных качеств. Вполне возможен индивидуальный «компьютерный» подход и, в частности, персонализация рекомендаций по коррекции, например, выявленных отставаний в физической подготовленности путем их вывода на печатающее устройство по запросу пользователя. Все отмеченное лежит в основе управления процессами развивающего воздействия в области физической культуры. К настоящему времени накоплен незначительный опыт компьютерного обеспечения управлением педагогическим процессом в области физической культуры.

Информатизация в области «Физической культуры» должна быть направлена на повышение уровня грамотности в области физической культуры и физической подготовленности курсантов посредством совершенствования технологии обучения на основе использования информационных и коммуникационных технологий (А.Н. Петров, Т.Н.Леонтьев).

Компьютер может использоваться на всех этапах процесса обучения: при объяснении (введении) нового материала, закреплении, повторении, контроле. При этом для учащегося он выполняет различные функции: учителя, рабочего инструмента, объекта обучения, сотрудничающего коллектива, досуговой (игровой) среды. Компьютерные средства обучения обладают способностью вступать в диалог, что и составляет главную особенность методик компьютерного обучения.

Развитие компьютерных технологий, их интеллектуализация может оказать прогрессивное влияние на методы обучения, так как они позволяют сформировать наиболее эффективную среду обучения, все, более подчиняя ее конкретизации развиваемых в процессе воздействия физических качеств и навыков. Результатом творческого подхода к решению этих задач становится разработка алгоритма контроля и управления процессом физического воспитания.

Назрела необходимость перехода традиционных форм подготовки, направленных, в первую очередь, на накопление знаний, умений и навыков, к использованию современных информационных и коммуникационных технологий, позволяющих значительно эффективнее осуществлять сбор, обработку информации, вести самостоятельную работу и самообразование, качественно изменить содержание, методы и организационные формы обучения в области физической культуры и спорта (Ю.Д. Железняк, В.В. Зайцева, А.Н. Петров, Е.Ю. Розин, А.Н. Тихонов, А.И. Федоров и др.).

Все отмеченное является прекрасной предпосылкой и очевидной основой для разработки, экспериментальной проверки и активных внедрений информационных технологий в процесс формирования физической культуры личности курсантов высшего учебного заведения МВД.

Одна из главных методических задач использования компьютерных технологий — предоставление максимальных возможностей в освоении учебного материала с учетом его индивидуальных особенностей и наклонностей. На сегодняшний день имеется множество программ для ЭВМ используемых в физическом воспитании.

Компьютерная программа "Атлет" — обучающая и разработана по принципу сетевого представления материала (система гипертекста).

Программа "Атлет" не имеет модели данных, которая бы служила каркасом для хранения информации, т. е. отсутствует жесткий алгоритм прокручивания текста. Курсант или преподаватель, работая с этой программой, устанавливает те связи, ту последовательность, которую считает необходимой, что позволяет максимально использовать индивидуальный подход в обучении. Программа разработана по 4 уровням, что облегчает ориентацию при работе с нею, но в то же время позволяет обучаемому выбрать желаемый лично для него уровень получения знаний.

Программа "Атлет" включает как плоскостную мультипликацию, так и экраны с роликами видеомультипликации.

Оценка усвоения теоретического материала позволяет занимающемуся или преподавателю выявить степень усвоения полученных знаний по курсу "Атлетическая подготовка" в процентах (за 100% взято отсутствие ошибок при ответах на контрольные вопросы).

В разделе "Рекомендуемая литература" обучаемый, выбрав интересующее его издание, может прочитать аннотацию и познакомиться с оглавлением выбранной книги.

Компьютерная программа "Техника метания гранаты" подготовлена для детального изучения особенностей метания гранаты с колена и позволяет с любой скоростью просматривать с трех различных сторон выполнение данного спортивного движения.

Такой тип демонстрации техники движения выгодно отличается от видеосъемки тем, что устранены все второстепенные объекты и при выполнении движения внимание сосредоточено на главных элементах.

Компьютерная программа "Фитнес". В настоящее время все более актуальным становится принцип оздоровительной направленности занятий физической культурой. Здоровье человека относится к числу глобальных проблем современности, в которой налицо наибольшее обострение противоречий: издержки цивилизации не могли негативно не отразиться на состоянии здоровья современного человека.

Одно из наиболее перспективных направлений, позволяющих существенно повысить эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности, — личная заинтересованность каждого курсанта в укреплении своего здоровья. И задача специалистов, работающих в области оздоровительной физической культуры, — разбудить заинтересованность в формировании здорового образа жизни. В решении этой задачи большую помощь может оказать и оказывает электронно-вычислительная техника.

Преподаватели, спортивные врачи при оценке физической кондиции курсантов сталкиваются с рядом проблем: неоднородностью единиц измерения результатов тестирования, большим разнообразием тестовых программ, низким уровнем мотивации, как у студентов, так и у преподавателей, недостаточной подготовкой преподавателя к проведению тестирования и др.

Актуальным остается вопрос о вооружении врача и педагога инструментами, знаниями, позволяющими использовать средства и методы физической культуры для реабилитации и оздоровления людей различного возраста.

Компьютерная программа "Фитнес", позволяющая на базе знаний специалистов-экспертов получать объективные данные по состоянию здоровья, физическому развитию, подготовленности и функционированию основных систем жизнеобеспечения за короткий промежуток времени с выдачей формализованного заключения и научно обоснованных рекомендаций. Программой предлагается к выполнению большое количество тестов, но обязательны только ряд показателей физического развития, а в физической и функциональной подготовленности — по одному любому тесту.

Исходя из исследований различных компьютерных программ используемых для формирования и развития физической культуры можно выделить требования к компьютерной программе. Компьютерная программа должна включать следующие компоненты:

– справочную информацию о курсантах: фамилию, инициалы, пол, год поступления в учебное заведение;

– информацию о физическом развитии курсантов, наименование показателей физического развития, их результаты в конкретном семестре обучения;

– оценочные таблицы, в которых представлены модельные параметры отдельных тестов, характеризующих состояние физической подготовленности курсантов;

– графические модели управления развитием физических качеств, состоящих из вертикальных и горизонтальных ветвей – уровней, где указывается результат испытания и рекомендуемые тренировочные воздействия;

– программ-комплексов упражнений, включающих содержание, дозировку, темп выполнения, интервал отдыха, методические указания.

– и др.

Для направленного развития «отстающих» физических качеств и поддержания среднего и высокого уровня подбирается комплекс соответствующих упражнений с указанием их дозировки и методических указаний. Упражнения выбираются, исходя из направленности и действия на определенные двигательные качества. Включаются различные варианты направленных упражнений, как по принципу взаимозаменяемости, так и для преимущественного воздействия на различные стороны конкретного двигательного качества.

На практике использование компьютерных технологий с целью повышения качества физической самоподготовки курсантов должно состоять из четырех этапов.

Первый этап — это сбор информации о физической подготовленности курсантов преподавателем, то есть тестирование физических качеств. Обследование по всем двигательным качествам — два раза в году, а по «отстающим» — пять раз. Для того чтобы произошли позитивные сдвиги в уровне развития физических качеств, курсантам должны даваться 2-3 месяца на индивидуальную подготовку.

Второй этап – внесение информации в компьютер.

Третий этап выполняет компьютерная программа, производя обработку внесенной информации и выдавая на печатающее устройство информацию об «отстающих» двигательных качествах и соответствующие программы-комплексы для их развития.

Таким образом компьютер способствует эффективности интеллектуальной деятельности в процессе учебного и внеучебного процессов. По аналогии со спортом, где качественный спортивный инвентарь позволяет показывать лучшие результаты, компьютер усиливает, разнообразит умственную деятельность.

Компьютерные программы, компьютерные технологии как технические средства обучения развиваются в рамках существующего процесса обучения, поэтому должны в большей или меньшей степени быть совместимыми с этим процессом с точки зрения управляющих воздействий. В то же время эти программы могут активно влиять и влияют на изменения не только отдельных методик преподавания, но и целиком на весь учебный процесс.

**Список использованной литературы**

1. Виленский М.Я. Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: Учебное пособие для вузов/ Гардарики – 2007
2. Бальсевич, В.К. Научное обоснование инновационных преобразований в сфере физической культуры и спорта / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 1. – С. 10-16.
3. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Физическая культура: молодежь и современность // Теор. и практ. физ. культ. 1995, № 4, с. 2 - 7.
4. Бондаревская, Е.В. Воспитание как возрождение человека культуры / Е.В.Бондаревская // Основные положения концепции воспитания в изменяющихся условиях. - Ростов н/Д. : РГПИ, 1993. – 32 с.
5. Пономарчук В. А. Физическая культура, спорт, личность : Стеногр. лекции /"Знание" РСФСР 1988
6. Железняк Ю.Д. Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учебное пособие / Академия – 2008
1. Виленский М.Я. Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: Учебное пособие для вузов/ Гардарики – 2007 [↑](#footnote-ref-1)
2. Бальсевич, В.К. Научное обоснование инновационных преобразований в сфере физической культуры и спорта / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 1. – С. 10-16. [↑](#footnote-ref-2)
3. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Физическая культура: молодежь и современность // Теор. и практ. физ. культ. 1995, № 4, с. 2 - 7. [↑](#footnote-ref-3)
4. Бондаревская, Е.В. Воспитание как возрождение человека культуры / Е.В.Бондаревская // Основные положения концепции воспитания в изменяющихся условиях. - Ростов н/Д. : РГПИ, 1993. – 32 с. [↑](#footnote-ref-4)
5. Пономарчук В. А. Физическая культура, спорт, личность : Стеногр. лекции /"Знание" РСФСР 1988 [↑](#footnote-ref-5)
6. Железняк Ю.Д. Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учебное пособие / Академия – 2008 [↑](#footnote-ref-6)