

УДК 159.9

DOI 10.21661/r-472571

*А.В. Буриков*

**ПРИМЕНЕНИЕ ОПЫТНОЙ ПРОГРАММЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
ВОЕННОСЛУЖАЩИХ**

*Аннотация:* в статье приводятся результаты педагогического эксперимента по применению опытной программы совершенствования психологической подготовки военнослужащих с использованием средств и методов физической культуры. Отмечается, что реализация опытной программы по физической подготовке курсантов высшего военного учебного заведения воздушно-космических сил дала более высокий прирост показателей физического развития.

*Ключевые слова:* эксперимент, физическая подготовка, программа, психологическая подготовка, курсант.

**APPLICATION OF AN EXPERIMENTAL PROGRAM OF  
PSYCHOLOGICAL AND PHYSICAL TRAINING IMPROVEMENT OF  
SERVICEMEN**

*Abstract:* the article presents the results of a pedagogical experiment on the application of an experimental program of psychological training improvement of servicemen using the means and methods of physical culture. It is noted that the implementation of an experimental program for the physical training of cadets of the higher military educational institution of aerospace forces gave a higher increase in indicators of physical development.

*Keywords:* experiment, physical preparation, program, psychological preparation, cadet.

Поскольку в психологической подготовке военнослужащих воздушно-космических сил большое значение имеет воспитание высокой эмоционально-

психологической устойчивости, выработка практических умений и навыков к длительному выполнению специальных задач в условиях комплексного воздействия различных отрицательных факторов нами был проведен педагогический эксперимент с использованием разработанной опытной программы, направленной на совершенствование психологических качеств военнослужащих с использованием средств и методов физической подготовки.

Реализация опытной программы по совершенствованию психологических качеств военнослужащих с использованием средств и методов физической подготовки проводилась в ходе годичного педагогического эксперимента в естественных условиях военно-профессионального обучения курсантов высшего военного учебного заведения воздушно-космических сил.

Специальная направленность программы совершенствования психологических качеств военнослужащих с использованием средств и методов физической подготовки на развитие общей выносливости обеспечила более высокий прирост величины показателей физической подготовленности курсантов экспериментальной группы, а также лучшего развития их психических и психофизиологических качеств.

Внедрение разработанной нами программы совершенствования психологических качеств военнослужащих с использованием средств и методов физической подготовки в учебный процесс в высшем военном учебном заведении обеспечило условия повышения показателей по специальной подготовке.

Выполнение военно-профессиональной деятельности, особенно в экстремальных условиях и условиях приближенных к боевым, требует проявления у военнослужащих воздушно-космических сил волевых качеств: смелости и решительности, настойчивости и самообладания, дисциплинированности, высокого уровня развития физических способностей.

Анализ процесса военно-профессионального обучения курсантов высшего военного учебного заведения воздушно-космических сил позволил установить

факт обособленности существующей программы по физической подготовке от задач военно-профессионального обучения.

В результате исследования динамики развития физических курсантов высшего военного учебного заведения воздушно-космических сил по годам обучения было определено, что они изменяются по-разному. Так, показатели развития силовых качеств имеют тенденцию постоянного увеличения, при этом наибольший прирост наблюдался у курсантов 1 и 2 курсов ( $p < 0,05$ ).

Показатели физического качества быстроты развиваются плавно от курса к курсу обучения, причем величина прироста результатов практически одинакова (при  $p > 0,05$ ).

Динамика показателей основного физического качества – выносливости для курсантов высшего военного учебного заведения воздушно-космических сил показывает наибольший в процентном выражении прирост результатов ( $p > 0,05$ ). Корреляционный анализ взаимосвязи между показателями развития физических качеств и успеваемостью курсантов в процессе военно-профессионального обучения свидетельствует о наличии значимых связей между ними и дает право утверждать, что процесс физической подготовки через развитие физических качеств, физического развития и функционального состояния непосредственно способствует улучшению показателей военно-профессиональной подготовки.

Рассматривая процесс физической подготовки как педагогическую систему, являющуюся в свою очередь частью системы военно-профессионального обучения, была предложена новая модель ее построения. По итогам педагогического эксперимента сделаны выводы о том, что реализация опытной программе, направленной на совершенствование психологических качеств военнослужащих с использованием средств и методов физической подготовки у курсантов высшего военного учебного заведения воздушно-космических сил дала более высокий прирост показателей психологической устойчивости и физического развития.

При одинаковых условиях военно-профессиональной деятельности за счет акцентированного воздействия на ведущие уровни функциональных систем и опережающую адаптацию, проходящих обучение по опытной программе, направленной на совершенствование психологических качеств военнослужащих с использованием средств и методов физической подготовки к специфическим рамкам предстоящей военной-профессиональной деятельности, это выразилось в улучшении показателей функционального состояния их организма в целом.

В результате проведенного педагогического эксперимента мы можем сделать заключение, что разработанная и апробированная нами опытная программа совершенствования психологических качеств военнослужащих с использованием средств и методов физической подготовки для курсантов высшего военного учебного заведения воздушно-космических сил позволяет более целенаправленно и эффективно повышать уровень физической подготовки курсантов, что, в свою очередь, способствовало развитию психологической устойчивости курсантов при выполнении физических нагрузок субмаксимальной и максимальной мощности и повышению качества военно-профессионального обучения.

Таким образом, нами установлено, что использование наиболее оптимальных средств и методов для проведения физической подготовки на этапах обучения обусловило большой прирост величины показателей физической подготовленности курсантов, проходящих обучение по опытной программе, направленной на совершенствование психологических качеств военнослужащих с использованием средств и методов физической подготовки.

### ***Список литературы***

1. Борисов А.В. Развитие и формирование профессионально важных качеств военных специалистов полевых узлов связи / А.В. Борисов, Ю.Г. Елькин // Международный научно-исследовательский журнал = Research journal of International Studies. – 2013. – XVII. – С. 68–69.

2. Буриков А.В. Формирование психологической устойчивости к действиям в экстремальных условиях // Педагогика & Психология. Теория и практика: Международный научный журнал. – 2018. – №3 (17). – С. 56–57.

3. Елькин Ю.Г. Предложения по оптимизации и совершенствованию системы физической подготовки в высших военных учебных заведениях // Педагогические и психологические проблемы современного образования: Материалы научно-практической конференции «Чтения Ушинского» (4–5 марта 2015). – С. 350–355.

### *References*

1. Borisov, A. V., & El'kin, Iu. G. (2013). Razvitie i formirovanie professional'no vaznykh kachestv voennykh spetsialistov polevykh uzlov svyazi // Mezhdunarodnyi nauchno-issledovatel'skii zhurnal = Research journal of International Studies. – XVII. – P. 68–69.

2. Burikov, A. V. (2018). Formirovanie psikhologicheskoi ustoichivosti k deistviyam v ekstremal'nykh usloviiakh // Pedagogika & Psikhologiya. Teoriia i praktika: Mezhdunarodnyi nauchnyi zhurnal. – №3 (17). – P. 56–57.

3. El'kin, Iu. G. Predlozheniia po optimizatsii i sovershenstvovaniuu sistemy fizicheskoi podgotovki v vysshikh voennykh uchebnykh zavedeniiakh // Pedagogicheskie i psikhologicheskie problemy sovremennogo obrazovaniia: Materialy nauchno-prakticheskoi konferentsii "Chteniia Ushinskogo" (4-5 marta 2015). – P. 350–355.

---

**Буриков Александр Владимирович** – кандидат биологических наук, доцент, профессор кафедры физической подготовки ФГКВОУ ВО «Ярославское высшее военное училище противовоздушной обороны» Минобороны России, Россия, Ярославль.

**Burikov Aleksandr Vladimirovich** – candidate of Biological Sciences, associate professor, professor of the Physical Training Department of the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense, Russia, Yaroslavl.

---