ISSN 2519-299X

МЕЖДУНАРОДНЫЙ
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ЖУРНАЛ

Человек и современный мир

№ 3 2019 г.

ISSN 2519-299X

18+

Свидетельство о регистрации
средства массовой коммуникации
ЭЛ № ФС 77 - 68072 от 13 декабря 2016 г.

ЭЛЕКТРОННОЕ НАУЧНОЕ ПЕРИОДИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ

Международный научно-исследовательский журнал
«Человек и современный мир»

ELECTRONIC SCIENTIFIC PERIODICALS

International Research Journal
«Human being and contemporary world»

Главный редактор: А.С. Бажин

Редакционно-издательский совет:
Зам. главного редактора: Р.В. Светайло
Ответственный редактор: В.И. Николаева
Технический редактор А.С. Овчинников
Ответственный редактор англоязычного содержания Н.И. Фомина

Выпуск № 3 (28) 2019 г.

© «Эксперт – Наука», 2019. Все права защищены.
© Коллектив авторов, 2019. Все права защищены.

ЧЕЛОВЕК В МИРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Ахмаев О.В.
Старший преподаватель
кафедра физической подготовки
Ярославское высшее военное училище
противовоздушной обороны
Россия, г. Ярославль

РАЗВИТИЕ РАБОТОСПОСОБНОСТИ У КУРСАНТОВ ВЫСШЕГО ВОЕННОГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы по совершенствованию способов и методов воспитания курсантов военных вузов воздушно-космических сил средствами физической культуры. Отмечается, что нахождение на боевом дежурстве длительное время неблагоприятно действует на функциональное состояние организма военнослужащих. К тому же значительное влияние на эффективность выполнения боевых задач оказывают условия обитаемости командных пунктов. Способность адаптироваться к новым условиям зависит от индивидуальных особенностей организма. Обращается внимание на необходимость целевой ориентации процесса физической подготовки курсантов высших военных учебных заведений на дальнейшее выполнению военно-профессиональной деятельности.

Ключевые слова: развитие, воспитание, физическая подготовка, военно-профессиональная деятельность, функциональное состояние, методика.

Введение. Несомненно, что весь процесс физической подготовки офицеров воздушно-космических сил, входящих в число дежурных сил, в максимально возможной мере привязан к установленной цикличности военно-профессиональной деятельности [1, с. 68].

Актуальность данной работы связана с тем, что военно-профессиональная

деятельность офицеров воздушно-космических сил сопровождается функциональными изменениями со стороны дыхательной, нервной, эндокринной, сердечно-сосудистой и других систем организма.

Так, выполнение операторской деятельности в условиях командно-штабных учений (КШУ) сопровождается выраженными изменениями функционального состояния организма. Несмотря на индивидуальные различия, они имеют одинаковую направленность и проявляются, в частности, в учащении ритма частоты сердечных сокращений, повышении максимального АД, увеличении частоты дыхания.

Результаты исследования. В ходе нашего исследования выяснилось, что реакция ЧСС на нагрузку (в процессе выполнения боевой задачи) у офицеров КП была значительной и достигла 56% от исходного состояния. Это происходит, в основном, за счет возрастания частоты дыхания при использовании изолирующих противогазов. Выявленные изменения исследуемых показателей носят, в целом, характер естественной физиологической реакции на работу в средствах индивидуальной защиты в стрессовых условиях. Появление отдельных экстрасистол и резкое повышение артериального давления у некоторых испытуемых указывало на высокие уровни переносимых офицером нагрузок в процессе КШУ и на необходимость тщательного медицинского осмотра лиц, допущенных к несению боевого дежурства при выполнении военно-профессиональной деятельности. Все это свидетельствует о том, что операторская деятельность сопровождается развитием большого психоэмоционального напряжения. Более высокие значения показателей вегетативных функций, по сравнению с другими данными, наблюдаются при работе за пультом в условиях ожидания сигнала. Выявленная зависимость между числом ошибочных действий офицеров при работе на КП управления в стрессовой ситуации и показателями гемодинамики позволяет прогнозировать изменения функционального состояния организма и работоспособности офицера

ВКС в условиях высокого психоэмоционального напряжения.

В связи с этим большое значение в деятельности офицеров ВКС имеет режим труда и отдыха номеров боевых расчетов в процессе несения боевого дежурства. Как показала практика, личный состав дежурных сил может находиться на боевом дежурстве длительное время, что неблагоприятно действует на функциональное состояние организма офицеров, несущих боевое дежурство. К тому же значительное влияние на эффективность выполнения боевых задач оказывают условия обитаемости командных пунктов.

Способность адаптироваться к новым условиям среды и, в частности, к КШУ зависит от индивидуальных особенностей организма [7, с. 137]. Однако, при выполнении задач боевого дежурства в ходе учений 6,7% офицеров испытывают сильную усталость и 66,9% - среднюю. Утомление в процессе несения боевого дежурства проявляется в чувстве общей усталости (61,3%), головной боли (28,7%), раздражительности (32,3%), а также вялости, апатии и недостаточном желании продолжать военно-профессиональную деятельность.

Полученные данные свидетельствуют о том, что боевая работа в экстремальных условиях сопровождается не только высоким уровнем психоэмоционального напряжения, но и предъявляет повышенные требования к состоянию физиологических и психических функций [2,с.149].

Недостаточно физически подготовленные офицеры, уклоняющиеся, как правило, от выполнения каких-либо физических упражнений, с большим трудом переносят в ходе длительных боевых дежурств такие стресс-факторы, как утомление, нервно-эмоциональное напряжение, монотонию и гипокинезию. Аналогичные результаты наблюдали Буриков А.В. и Елькин Ю.Г. [4, с. 175]. К концу дежурства у них обычно наблюдается чувство усталости, повышенная раздражительность, снижение устойчивости и определенная истощенность активного внимания, учащенность дыхания, увеличение частоты сердечных сокращений. Им свойственно беспокойство, легкая возбудимость, ощущение

мышечного напряжения в шейно-затылочной области, спонтанная речь, изменение нормального ритма дыхания, увеличение числа опережающих реакций, апатия вплоть до развития дремотного состояния, вялость и расслабленность [3, с. 107]. Такие офицеры существенно ухудшают показатели различных функциональных проб к концу боевого дежурства.

Исследование динамики изменения функционального состояния организма и работоспособности офицеров дежурных сил в процессе боевого дежурства дает возможность сделать определенные педагогические заключения, позволяющие, как мы полагаем, существенно оптимизировать содержание, организацию и методику физической подготовки офицеров. Так, например, комплексы физических упражнений в ходе боевого дежурства целесообразно выполнять с учетом выявленных нами фаз изменения работоспособности офицеров в дневное и ночное время. Учитывая неодинаковость и разновременность реакций физиологических систем различных офицеров на стресс-факторы боевого дежурства, становится очевидной явная нецелесообразность одновременного выполнения физических упражнений всем составом боевого расчета.

Нарастание утомления офицеров воздушно-космических сил в ходе многодневного цикла дежурства вызывает необходимость определенной последовательности использования комплексов физических упражнений различной направленности. По-видимому, реабилитационно-восстановительный эффект упражнений к концу смены, дежурства в целом, периодически должен возрастать, причем с учетом индивидуальных особенностей каждого офицера. Это требует индивидуализации как содержания комплексов физических упражнений, так и особенно режимов их применения в ходе всего цикла боевого дежурства. т.е. использования функционально-дифференцированного подхода.

Очень важно, по данным литературных источников, при организации

самостоятельных физических тренировок офицеров дежурных сил в процессе боевого дежурства учитывать и их индивидуальные физкультурно-спортивные склонности, которые определяются генетическими особенностями организма занимающихся, наличием того или иного двигательного опыта и, главное, соответствующей мотивацией к занятиям [6].

Деятельность военных специалистов, несущих боевое дежурство, имеет как общие черты, так и свои характерные различия. Работа специалистов командных пунктов отличается высокой ответственностью за результаты труда, т.к. целью функционирования объединений ВКС является обеспечение решения государственно-важных задач. Офицеры принимают решение на управление стрельбой, используя лишь абстрактную информационную модель объекта управления, которая формируется на основе восприятия офицером технологической информации и уяснения обстановки [8, с. 20]. Цикл управления боевой стрельбой реализуется многими дежурными расчетами, при этом характерны территориальное и временное распределение операций управления. Следствием ошибок офицеров дежурных сил может быть значительный ущерб реализации стратегических замыслов обороны огромных территорий с очень значительным по численности населением, в том числе и сопредельных государств. Кроме перечисленных объективных факторов, можно отметить, что в связи с неполной комплектацией штата специалистов дежурных сил возрастает нагрузка на офицеров, несущих постоянное боевое дежурство, что в ряде случаев оказывает существенное влияние на качество выполнения целевых задач.

Специалисты командных пунктов в своей служебной деятельности выполняют функции операторов различного ранга, плановые технические обслуживания систем и командно-организаторские функции. По мнению ряда авторов, с точки зрения напряженности операторская и командно-организаторская деятельность отличается цикличностью, требующей в некоторые периоды полной мобилизации всех психических и физических

возможностей для выполнения целевых задач по управлению работой боевых расчетов в ограниченные рамками временных нормативов сроки по выработке и принятию решений при выполнении боевой задачи [13, с. 285]. Условия и их физиолого-гигиеническая характеристика в целом соответствуют нормативным требованиям.

Установлено, что уровень шума часто превышает предельно допустимый на 13-23%, а при работе селекторной громкоговорящей связи на 43-57%, в комнате отдыха - на 65%. Освещенность рабочих мест недостаточна (вызванная необходимостью затенения помещения для обеспечения более четкого восприятия подсветки планшета общей воздушной обстановки) и составляет на отдельных рабочих постах от 16% до 66% от наименьшего допустимого уровня. Объемное содержание углекислого газа в воздухе рабочей зоны в операторских залах превышает нормативные значения в 1,6-5 раз, в комнате отдыха - в 6-10 раз. Другие параметры микроклимата и уровень напряженности магнитного поля соответствуют санитарным нормам [10, с. 40].

К профессионально важным качествам, развитие которых необходимо офицерам, несущим боевое дежурство, для успешной профессиональной деятельности, в первую очередь следует отнести высокую скорость мыслительных процессов, объем, переключение и распределение внимания, развитие сенсомоторных навыков, умение работать в условиях дефицита времени, высокого нервно-эмоционального напряжения, циклического характера деятельности [14, с. 177]. Они должны быть готовы к принятию ответственных решений, к работе, характеризующейся быстрой сменой режимов слежения и управления, четко ориентироваться в нештатных ситуациях, уметь перерабатывать большой поток информации, поступающей по разным каналам.

В работе офицеров командных пунктов объединений, обеспечивающих управление зенитными ракетными и авиационными полками, превалирует интеллектуальный компонент деятельности. К их профессионально важным

качествам относятся способность к длительному сохранению интенсивного внимания, одновременному выполнению нескольких видов деятельности, умение создавать правильное представление о реальных процессах на основе закодированной информации, выделить в информации существенное, главное, быстро принимать решение в короткие сроки, выносливость к напряженной и длительной умственной деятельности [9, с. 59].

По мнению Косяшникова Н.Т. с соавторами, как свидетельствуют результаты ранжирования, если первое и второе ранговое место занимают причины объективного характера, то все оставшиеся причины вполне можно регулировать [13, с. 285].

И, главное место, на наш взгляд, принадлежит физической подготовке. Важно, чтобы физическая подготовка основывалась на функционально-дифференцированном подходе.

Применение обоснованного функционально-дифференцированного подхода к проведению физической подготовки в высших военных учебных заведениях воздушно-космических сил предполагает:

во-первых, изучение вопросов влияния военно-профессиональной деятельности на функциональное состояние исследуемого контингента;

во-вторых, выявление и учёт личностных физкультурно-спортивных интересов и степени индивидуальной физкультурной активности занимающихся;

в-третьих, разработку педагогической технологии применения функционально-дифференцированного подхода к проведению физической подготовки с офицерами радиотехнических частей и обоснование условий для ее реализации.

При этом можно использовать как традиционные, так и нетрадиционные методы.

К числу таких методов относится способность человека волевым усилием

Оглавление

ЧЕЛОВЕК В МИРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Ахмаев О.В. Развитие работоспособности у курсантов высшего военного учебного заведения средствами физической культуры…… 3

Буриков А.В. Теоретические и методологические аспекты физической подготовки курсантов высших военных учебных заведений…….... 14

Буриков А.В. Общая характеристика организации физической подготовки военнослужащих…….. 27

Осташко В.В., Лызарь О.Г. Современная женщина - инструмент развития фитнес технологий……... 41

Круглова Е.В. Управление процессом физической подготовки военнослужащих…….. 50

ЧЕЛОВЕК В МИРЕ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ

Козниенко И.В. Формирование психологической устойчивости военнослужащих средствами физической подготовки…… 64

Миллер В.А., Каплун О.Ю. Процедура медиации в случаях расторжения брака при наличии детей…….. 70

ЧЕЛОВЕК В МИРЕ ПОЛИТИКИ И ПРАВА

Ардашелия Л.Р., Мацейко О.А. Анализ социальной защиты США……. 76

Воронцова Н.В., Миненко К.С. О концепции профессионального судебного представительства: за или против?..... 82

Гатик Ю.М. Феномен «связность/деструктивность» как функциональная основа существования социальных форм организованности……... 92

Хлопов О.А. Циклы конфронтации и доверия в Российско-Американских отношениях: причины и особенности……. 96

ЧЕЛОВЕК В МИРЕ ЭКОНОМИКИ И МЕНЕДЖМЕНТА

Анохин А.В. Анализ деятельности местных органов власти по реализации программы благоустройства городского поселения Удельная Раменского муниципального района Московской области…….. 109

Анохин А.В. Рекомендации по совершенствованию программы благоустройства городского поселения Удельная…… 118

Багаева Н.У., Чуланова З.К., Жангалиева К.Н. Развитие человеческого капитала в условиях формирования наукоемкой экономики……... 126

Гончарова Н.Н. Особенности финансирования казенных учреждений в России…… 141

Иванченко И.С., Гончарова Н.Н. Особенности оценки стоимости привилегированных акций в России……... 146

Макаркина Е.В. Религиозный туризм в Турции…… 150

Породкина О.Ю. Основные факторы обеспечения сбалансированности и финансовой устойчивости бюджета в современных условиях…… 156

Романова А.А., Бесхмельницына С.Н. К вопросу об аудиторской документации при аудите основных средств…… 162

Толстых Ю.В. Документальное оформление результатов аудита учета готовой продукции на примере ООО «Агрофирма «Металлург»…… 166

ЧЕЛОВЕК И ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА

Торегельдин М.М. Исследование влагоемкости грунтов…… 172

Хадарова Л.В., Арестова И.Ю. Результаты использования ALLIUM test при оценке экологического состояния антропогенной пресноводной экосистемы…… 177

ЧЕЛОВЕК И ЕГО ЗДОРОВЬЕ

Воронов Н.А. Медицинская реабилитация в спорте…… 187

Воронов Н.А. Адаптивная физическая культура для лиц, имеющих ограничения в здоровье…… 192

Завгородняя К.А. Гипотезы патогенеза болезней Паркинсона и Альцгеймера……. 197

ЧЕЛОВЕК В МИРЕ ЯЗЫКОЗНАНИЯ

Симоненко Е.С. Использование метода проектов в обучении русскому языку как иностранному…….. 211

Шигуров В.В., Шигурова Т.А. Зоны ядра и периферии глаголов на шкале модаляции……. 216

ЧЕЛОВЕК И ТЕХНОСФЕРА

Абишов К.А. О вопросах гальванического отделения…….. 227

Шактаев К.Б., Шаймуханова А.Ж., Салиев А.Е Проблемы транспорта города Караганда и пути их решений……. 234

Шекихачев Ю.А., Батыров В.И., Карданов Х.Б., Шекихачева Л.З. Влияние метрологического обеспечения контрольно-регулировочных стендов на идентичность и стабильность параметров топливоподачи…… 239

Шекихачев Ю.А., Батыров В.И., Карданов Х.Б., Шекихачева Л.З. Пути повышения равномерности параметров топливоподачи дизельной топливной аппаратуры……. 246

Журнал основан в 2016 г.

ЭЛЕКТРОННОЕ НАУЧНОЕ
ПЕРИОДИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ

***Международный научно-исследовательский журнал
«Человек и современный мир»***

Статьи, поступающие в редакцию, рецензируются.
За достоверность сведений, изложенных в статьях, ответственность несут авторы.
Материалы публикуются в авторской редакции.

Научный журнал.
Издательство «ООО «Эксперт-Наука»

март 2019 г. № 3 (28)

Подписано в публикацию: 31.03.2019 г.
Дата публикации: 31.03.2019 г.

Формат: Электронный

Учредитель журнала: Бажин А.С.

Редакция журнала: 690014, г. Владивосток, пр-т Красного Знамени, д.104, к. 104
Тел.: +7 (994) 000-48-20, Эл. почта: human-journal@mail.ru

Главный редактор журнала: Бажин А.С.

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций.
Свидетельство о регистрации: ЭЛ № ФС 77 - 68072 от 13 декабря 2016 г.

Издатель: ООО «Эксперт-Наука» 690014, г. Владивосток, пр-т Красного Знамени, д.104, к. 104
Тел.: +7 (994) 000-48-20, Эл. почта: expert-nauka@mail.ru

Международный научно-исследовательский журнал «Человек и современный мир» [Электронный ресурс]: – Электрон. текстовые дан. – Владивосток: «Эксперт-Наука», 2019 – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).– Систем. требования: IBM PC; Internet Explorer; Acrobat Reader 3.0 или старше.– Загл. с экрана. ISSN 2519-299X

Тираж 500 экз.

Цена свободная
Информация о журнале доступна по сыылке: http://human-journal.wixsite.com/info