

УДК 796.011.1: 656.7.071.7: 351.814.263.2 (045)

Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии: V междунар. науч.-практ. конф., Екатеринбург, 28 февраля 2016 г. / ФГАОУ ВО «Рос. гос. проф. – пед. ун-т». 2016. – С. 320-323.

## ИССЛЕДОВАНИЕ СТРУКТУРНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ ПИЛОТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ В НАУ

*Орленко Наталья Анатольевна,  
кандидат педагогических наук, доцент,  
Турчина Наталья Игоревна,  
кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент,  
Старостина Екатерина Владимировна,  
преподаватель  
Национальный авиационный университет, г. Киев*

*Аннотация.* В статье рассмотрены структурные элементы профессиональной подготовки будущих пилотов, включающие в себя теоретическую, общефизическую и профессионально-прикладную физическую подготовку. В процессе профессионально-прикладной физической подготовки используются общие физические и специальные физические упражнения, которые ориентированы на формирование умений и навыков, а также развитие высокого уровня работоспособности и укрепления здоровья будущих пилотов.

*Ключевые слова:* физическое воспитание, профессионально-прикладная физическая подготовка, профессиональные качества, умения, навыки.

*Abstract.* In the article the structural elements of professional training of future pilots, which include theoretical, overall physical and professional-applied physical preparation. In the process of professional-applied physical preparation are used general physical and special physical exercises, which are directed on formation of skills and abilities, as well as the development of high standards of efficiency and strengthening the health of future pilots.

*Index terms:* physical education, professional-applied physical training, professional skills, abilities, skills.

**Введение.** Практика физического воспитания, результаты специальных исследований, проведенных в последние годы, расширили представления о значении и содержании профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) будущих специалистов технического профиля. Было установлено, что в процессе ППФП успешно формируется большой комплекс

психофизиологических, личностных качеств, необходимых работнику в его профессиональной деятельности.

С помощью средств ППФП воспитываются и совершенствуются психические и волевые качества, приобретаются знания и умения в области производственной и физической культуры, развиваются различные профессионально важные сенсорные, умственные, двигательные, организаторские и педагогические навыки; обеспечивается высокий уровень функционирования и надежности всех основных органов, систем, психических процессов человеческого организма. А внедрение профессионально-прикладной физической подготовки в практику физического воспитания студентов технических вузов авиационного профиля создает предпосылки для сокращения сроков профессиональной адаптации, повышения профессионального мастерства, достижения высокой профессиональной трудоспособности и производительности труда.

Вместе с тем, эта подготовка не отделена от традиционной системы физического воспитания, а органически связана со всеми ее основными направлениями. Воплощая в жизнь принцип связи физического воспитания с трудовой деятельностью, ППФП существенно влияет на повышение качества профессионального обучения и сокращение сроков овладения профессиональными навыками, создавая предпосылки для высокой работоспособности. Поэтому она должна полностью согласовываться не только с физическим воспитанием, но и с общим процессом обучения и воспитания будущих пилотов. Опыт внедрения ППФП в подготовку летного состава убеждает в том, что такой подход помогает глубже вникнуть в технологию сложного педагогического процесса и успешно реализовать его на практике при подготовке будущих пилотов к профессиональной деятельности в вузе, где органично сочетается общая физическая подготовка с ППФП.

Система профессиональной подготовки летного состава представляет собой совокупность специально подобранных дисциплин, интегративный влияние которых в ходе их функционирования направлен на достижение концентрированного результата надежности будущего пилота в обычных и экстремальных условиях деятельности.

Попробуем более подробно рассмотреть структурные элементы профессиональной подготовки будущих пилотов в НАУ, включающий в себя теоретическую, общефизическую и профессионально-прикладную физическую подготовку.

Так, теоретическая подготовка профессионально-прикладной физической подготовки будущих пилотов обеспечивает формирование общефункциональных и специальных знаний, навыков, умений и качеств личности пилота. Ее задачей является применение творческого подхода к решению проблем в профессиональной деятельности в связи с условиями и характером развития ситуации.

Общая физическая подготовка занимает особое место в профессиональной подготовке будущих пилотов и способствует повышению

профессиональной подготовленности, воспитанию нравственных и психических качеств. Она проводится в виде практических занятий различных форм: специальные учебно-тренировочные занятия по физическому воспитанию и профессионально-ориентированные, спортивно-массовые мероприятия; индивидуальные и самостоятельные занятия.

Основное направление профессионально-прикладной физической подготовки составляют физические упражнения, которые, по своей специфике, делятся на – общефизические и специальные. К общефизическим упражнениям относятся:

– легкая атлетика, в основе которой лежат естественные движения человека – ходьба, бег, прыжки и метания, способствующие совершенствованию жизненно важных умений и навыков. Кроме того, занятия легкой атлетикой повышают функциональные возможности всех органов и систем, особенно нервно-мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной, то есть тех, которые в наибольшей степени обеспечивают успех в любом виде физической деятельности, а также повышают устойчивость к неблагоприятным факторам полета: перегрузки и гипоксии. Различные упражнения легкой атлетики воспитывают у человека такие важные физические качества, как скорость и выносливость, ловкость и сила, а также морально-волевые качества: упорство в достижении цели, умение преодолевать трудности, силу воли и др.;

– выполнение упражнений с партнером (с предметами и без предметов), с нагрузкой;

– аэробика, которая позволяет использовать проведение занятий с максимальной пользой, сочетая в себе формирование ряда важных качеств: выносливость, силу, гибкость, координацию движений, пространственную ориентацию, внимание, память, слух и др.

К специальным упражнениям относятся:

– спортивные игры – подвижные, в том числе специально затруднены. В ходе этих занятий воспитываются оптимальные двигательные реакции на различные раздражители – световые, звуковые, тактильные (осозательные, ощутимые) и др. Кроме того формируются специальные качества летного направления: пространственная ориентация, распределение и переключение внимания, оперативная память и внимание, что выдающееся значение для приспособления человека к работе на современных летательных аппаратах, которая выдвигает соответствующие требования к скорости реакции и точности движений специалистов, обслуживают эту технику. Эти качества необходимы в работе будущих пилотов, где важна повышенная скорость ответных реакций на внезапное появление объекта, срочность выбора и принятия решений;

– комбинированные упражнения и эстафеты с применением элементов спортивных игр;

– настольный теннис, который способствует развитию скорости реакции движений и зрения, координации и ловкости.

– плавание, которое направлено на формирование навыков преодоления водных преград вплавь, выполнения прыжков в воду, оказания помощи

утопающим, воспитание выдержки и самообладания, а также развитие силы, скорости, выносливости, ловкости, специальных психофизиологических качеств: пространственного ориентирования, устойчивости при дыхании в условиях избыточного давления, устойчивости к гипоксии и др. Нырание, прыжки в воду с вышки способствуют воспитанию смелости, эмоциональной устойчивости, воли в достижении поставленной цели;

– парусный спорт, формирует выносливость, силу, гибкость, координацию движений, а также специальные психофизиологические качества: пространственное ориентирование, внимание, память, чувство команды и решительность действий в экстремальных условиях.

Как специальное средство можно применять общефизические упражнения по специальным методикам.

С целью усовершенствования процесса физической подготовки будущих пилотов также проводились индивидуальные занятия по желанию студентов для улучшения усвоения нового материала или отдельных его элементов, а также самостоятельные занятия, которые проходили в виде факультативных занятий по направлению «плавание» (два раза в неделю в течение всего периода обучения).

**Выводы.** Так, можно сделать вывод, что достичь успеха можно только при комплексном воздействии всех рассмотренных структурных элементах профессиональной подготовки будущих пилотов в процессе физической подготовки в НАУ, которые повышают уровень возможностей функциональных систем, обеспечивающих высокий уровень общей и специальной подготовки будущих пилотов.

### **Structural elements of the physical training future pilots in training in NAU**

Orlenko N.A.,

*the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,*

*Turchina N.I.*

*the candidate sciences of physical education and sport, senior lecturer,*

*Starostina E.V.,*

*Lecturer,*

*National Aviation University, Kiev, Ukraine*