

ния, можно рассматривать как требование Министерства образования и науки России и одну из приоритетных задач в сфере высшего образования.

В связи с этим целесообразно в ходе иноязычной подготовки студентов учитывать текущую ситуацию на региональном рынке труда, так как будущий педагог должен осознавать свои перспективы трудоустройства, стремиться развивать навыки, которые пригодятся ему в выбранной профессиональной среде.

Решением этой проблемы может послужить технология вариативной профессионально ориентированной иноязычной подготовки будущих бакалавров профессионального обучения, учитывающая не

Получено 22.03.2016

только интересы студентов, но и потребности федерального и регионального рынков труда.

Библиографические ссылки

1. Гареев А. А. Роль профессионально ориентированной иноязычной подготовки в формировании конкурентоспособности бакалавров профессионального обучения // Новое слово в науке: перспективы развития : материалы VI Международ. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 20 нояб. 2015 г.). – Чебоксары : Интерактив плюс, 2015. – № 4(6). – С. 67–68.

2. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования на 2013–2020 годы». – URL: [http://минобрнауки.рф/документы/2474/файл/901/Госпрограмма_Развитие_образования_\(Проект\).pdf](http://минобрнауки.рф/документы/2474/файл/901/Госпрограмма_Развитие_образования_(Проект).pdf) (дата обращения: 15.01.16).

УДК 796.011

И. Г. Гибадуллин, доктор педагогических наук, профессор, ИжГТУ имени М. Т. Калашникова

В. С. Кожевников, кандидат педагогических наук, ИжГТУ имени М. Т. Калашникова

Н. Б. Маямсин, Вольский военный институт материального обеспечения

АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КУРСАНТОВ ВОЛЬСКОГО ВОЕННОГО ИНСТИТУТА МАТЕРИАЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ С УЧЕТОМ БИОЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ ТИПОВ ОРГАНИЗМА

Физическая культура в своей основе имеет целесообразную двигательную деятельность в форме физических упражнений, позволяющих эффективно формировать необходимые умения и навыки, физические способности, оптимизировать состояние здоровья и работоспособность.

Результатом деятельности в физической культуре является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений и навыков [1].

Учебная программа по физической культуре в Вольском военном институте материального обеспечения ориентирована на совершенствование и закрепление физической подготовленности курсантов и предусматривает также выполнение ими нормативных требований и сдачу зачетов. Кафедра физической подготовки систематически проверяет и оценивает уровень физической подготовленности курсантов.

Для объективной и качественной оценки общей физической подготовленности курсантов нами были выбраны упражнения из Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009), имеющие численное выражение [2]. Согласно перечню физических упражнений для проверки и оценки уровня развития физических качеств и двигательных навыков военнослужащих (приложение №18 из НФП-2009) мы отобрали следующие упражнения: подтягивание в висе на пере-

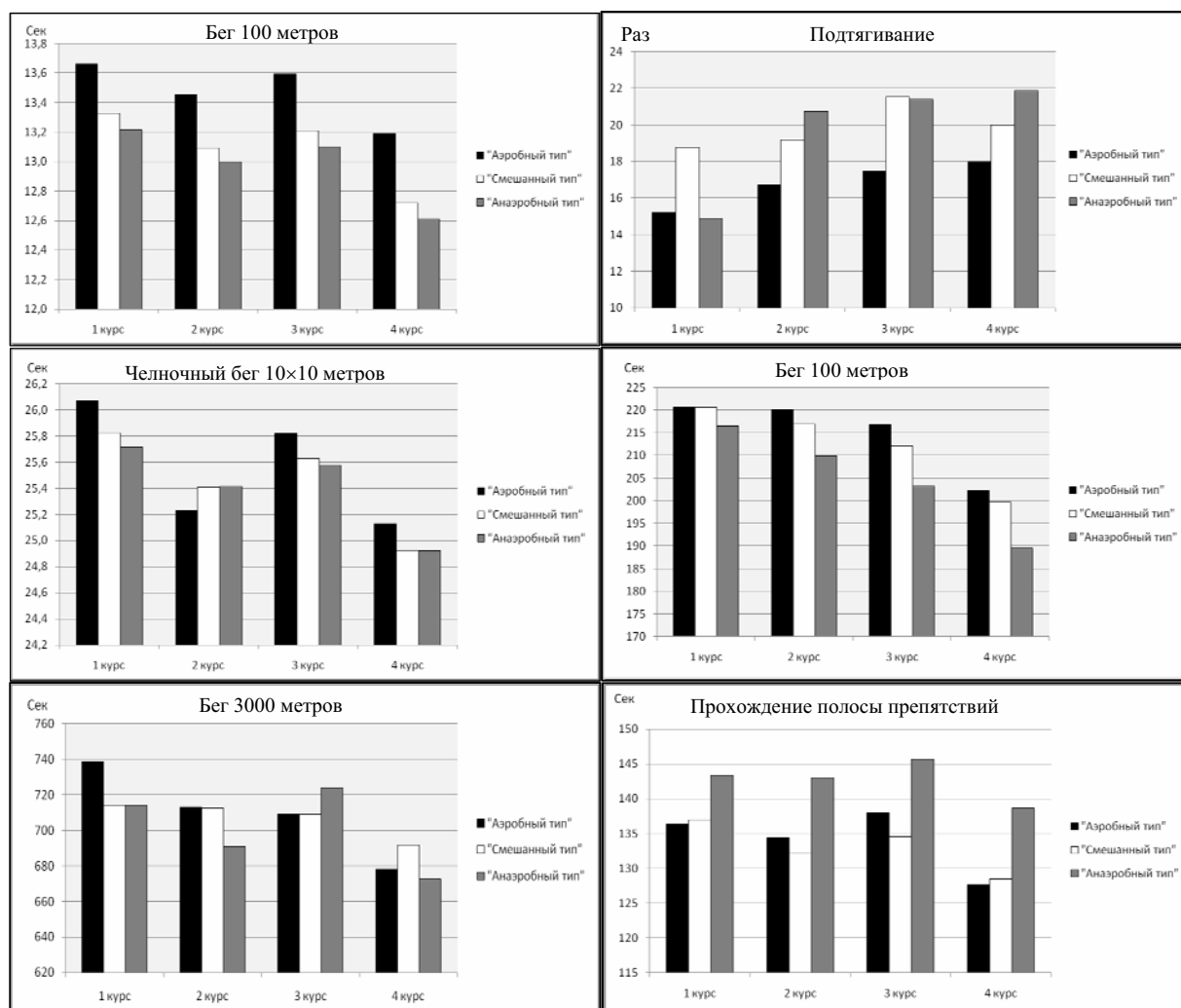
кладине, бег 100 метров, бег 1000 метров, челночный бег 10×10 метров, бег 3000 метров, прохождение полосы препятствий.

В последнее время актуальным является вопрос дифференцированной физической подготовки спортсменов на основе учета биоэнергетических типов организма [3, 4, 5, 6]. Данный вопрос мы рассмотрели применительно к курсантам военного института. Мы провели сравнительный анализ показателей физической подготовленности курсантов 1–4-го курсов Вольского военного института материального обеспечения. В исследовании принимало участие 245 человек.

Результаты исследования представлены на рисунке. Анализ результатов в тесте «Подтягивание в висе на перекладине» показал, что среди курсантов 1-го курса достоверно более высокие показатели по сравнению с аэробным типом (15,2 раз; $P < 0,01$) и анаэробным типом (14,88 раз; $P < 0,05$) имеют курсанты смешанного типа (18,76 раз). Среди курсантов 2-го курса достоверно различаются ($P < 0,05$) показатели исследуемых аэробного типа (16,73 раз) и анаэробного типа (20,75 раз), показатели курсантов смешанного типа (19,19 раз) не имеют достоверных различий с показателями курсантов аэробного типа и анаэробного типа. Курсанты 3-го курса аэробного типа (17,47 раз) имеют достоверно более низкие показатели по сравнению с курсантами смешанного типа (21,52 раз; $P < 0,01$) и курсантами анаэробного типа

(21,38 раз; $P < 0,05$). Показатели курсантов смешанного типа и анаэробного типа достоверных различий не имеют. Результаты, показанные курсантами 4-го курса, достоверно отличаются ($P < 0,05$) у исследуемых

аэробного типа (18 раз) и анаэробного типа (21,88 раз). Показатели курсантов смешанного типа (20 раз) не имеют достоверных различий с показателями курсантов других типов.



Результаты тестов физической подготовленности курсантов 1–4-го курсов с учетом биоэнергетических типов

В тесте «Челночный бег 10×10 метров» на первом курсе показаны следующие результаты: курсанты аэробного типа – 26,07 сек.; курсанты смешанного типа – 25,82 сек.; курсанты анаэробного типа – 25,71 сек. На 2-м курсе наименьшее время в тесте показано курсантами аэробного типа – 25,23 сек., курсанты смешанного типа и анаэробного типа показали одинаковый результат – 25,41 сек. Результаты курсантов 3-го курса были следующими: курсанты аэробного типа – 25,82 сек.; курсанты смешанного типа – 25,63 сек.; курсанты анаэробного типа – 25,58 сек. На 4-м курсе зафиксированы следующие результаты: курсанты аэробного типа – 25,13 сек.; курсанты смешанного типа – 24,92 сек.; курсанты анаэробного типа – 24,93 сек. Результаты, показанные в данном тесте курсантами различных биоэнергетических типов, не имеют достоверных различий, хотя общая тенденция указывает на более низкий результат (наибольшее время) у курсантов аэробного типа.

По результатам теста «Бег 100 метров» курсанты 1-го курса показали следующие результаты: аэробный тип – 13,66 сек.; смешанный тип – 13,33 сек.; анаэробный тип – 13,21 сек. Достоверные отличия ($P < 0,01$) зафиксированы между результатами, показанными курсантами аэробного и анаэробного типов. На 2-м курсе также отметим достоверные различия ($P < 0,05$) в результатах курсантов аэробного типа (13,45 сек.) и анаэробного типа (13,00 сек.). Курсанты смешанного типа показали результат 13,09 сек. Результаты, показанные на 3-м курсе, также различались ($P < 0,05$) у курсантов аэробного типа (13,58 сек.) и анаэробного типа (13,10 сек.). Курсанты смешанного типа показали результат 13,21 сек. Аналогичные различия видны и на 4-м курсе: аэробный тип – 13,59 сек.; смешанный тип – 12,72 сек.; анаэробный тип – 12,61 сек. Достоверные отличия ($P < 0,01$) зафиксированы между результатами, показанными курсантами аэробного и анаэробного типов.

По результатам теста «Бег 1000 метров» у курсантов 1–4-го курсов выявлено, что на 1-м курсе нет достоверных различий между показателями курсантов аэробного типа (220,67 сек.), смешанного типа (220,57 сек.) и анаэробного типа (216,50 сек.). На 2-м курсе достоверно ($P < 0,01$) отличаются показатели у курсантов аэробного типа (220,07 сек.) и анаэробного типа (209,88 сек.). Отсутствуют достоверные различия результатов в данном тесте у курсантов смешанного типа с курсантами других типов. На 3-м курсе курсанты анаэробного типа показали результат 203,13 сек., достоверно отличающийся от результатов, показанных курсантами аэробного типа (216,73 сек., $P < 0,01$) и смешанного типа (212,14 сек., $P < 0,05$), которые не имеют достоверных различий между собой. На 4-м курсе наблюдается схожая ситуация. Курсанты анаэробного типа показали результат 189,50 сек., достоверно отличающийся от результатов, показанных курсантами аэробного типа (202,27 сек., $P < 0,05$) и смешанного типа (199,67 сек., $P < 0,05$), которые не имеют достоверных различий между собой. Стоит отметить, что на всех курсах результат, показанный в тесте «Бег 1000 метров», выше (время меньше) у курсантов анаэробного типа. Различия в результатах курсантов разных типов увеличиваются к старшим курсам.

Тест «Бег 3000 метров» у курсантов 1–4-го курсов показал, что средний результат у первокурсников аэробного типа равен 738,60 сек., курсанты смешанного типа и анаэробного типа показали практически одинаковый результат (714,24 сек. и 714,13 сек. соответственно). На 2-м курсе лучший результат показали курсанты анаэробного типа – 691,13 сек., курсанты аэробного типа показали результат 712,80 сек., практически такое же время показано курсантами смешанного типа – 712,52 сек. На 3-м курсе, напротив, курсанты анаэробного типа показали худшее время – 723,88 сек., практически одинаковое время показано курсантами смешанного типа (708,95 сек.) и аэробного типа (709,13 сек.). На 4-м курсе вновь лучшее время показано курсантами анаэробного типа – 672 сек., курсанты аэробного типа показали результат – 677,87 сек., а курсанты смешанного типа – 691,57 сек.

Необходимо отметить, что между всеми группами на всех курсах в данном тесте отсутствуют достоверные различия

По результатам теста «Прохождение полосы препятствий» мы заключили, что на 1-м курсе курсанты аэробного типа и смешанного типа показали практически одинаковый результат (136,33 сек. и 136,95 сек. соответственно), курсанты анаэробного типа показали результат 143,38 сек. На 2-м курсе наблюдается схожая картина: курсанты аэробного типа показали

результат 134,40 сек.; курсанты смешанного типа – 132,14 сек., курсанты анаэробного типа – 143,00 сек. На 3-м курсе вновь худшее время показано курсантами анаэробного типа – 145,75 сек.; курсанты смешанного типа показали результат 134,52 сек.; курсанты аэробного типа – 138,00 сек. Результаты курсантов 4-го курса распределились следующим образом: аэробный тип – 127,67 сек.; смешанный тип – 128,52 сек.; анаэробный тип – 138,63 сек. Отметим, что между всеми группами всех курсов не выявлено достоверных различий.

Заключение

Анализ физической подготовленности курсантов Вольского военного института материального обеспечения с учетом биоэнергетических типов показал, что в тестах «Подтягивание в висе на перекладине», «Бег 100 метров», «Бег 1000 метров» наиболее высокие результаты показаны курсантами анаэробного типа. Результаты в данных тестах достоверно отличаются от результатов курсантов аэробного типа. В тестах «Челночный бег 10×10 метров» и «Бег 3000 метров» достоверных различий не выявлено. В тесте «Прохождение полосы препятствий» достоверно более высокие результаты показаны курсантами аэробного типа по сравнению с курсантами анаэробного типа. Исходя из полученных данных считаем необходимым рекомендовать использование дифференцированного подхода к физической подготовке курсантов на основе учета биоэнергетических типов.

Библиографические ссылки

1. Барчуков И. С. Физическая культура : учеб. пособие для вузов. – М. : Юнити-Дана, 2003. – 255 с.
2. Наставление по физической подготовке в ВС РФ (НФП-2009) : приказ Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. № 200 с изменениями, внесенными приказом Министра обороны Российской Федерации от 31 июля 2013 г. № 560.
3. Гибадуллин И. Г., Лазаренко В. Г. Новый комплекс объективных методов планирования и контроля процесса подготовки спортивного резерва в различных видах спорта // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 5. – С. 66–68.
4. Гибадуллин И. Г., Кожеевников В. С. Особенности планирования тренировочного процесса у футболистов 15-16 лет на основе учета их биоэнергетических типов. – Ижевск : Изд-во ИжГТУ, 2011. – 152 с.
5. Гибадуллин И. Г., Лазаренко В. Г., Кожеевников В. С. Физиологические и психологические критерии планирования и контроля процесса подготовки спортивного резерва // Вестник ИжГТУ имени М. Т. Калашникова. – 2014. – № 3(63). – С. 207–208.
6. Гибадуллин И. Г., Петров Р. Е., Кожеевников В. С. Физическая подготовка лыжников-гонщиков с учетом биоэнергетических типов организма : монография. – Ижевск : Шелест, 2015. – 152 с.