собствует усвоению общетеоретической базы, включающей социально-гуманитарный, профессиональный, специальный и контрольно-обобщающий блоки).

2. Проблемно-тематическое обучение (проблемно-тематические и авторские курсы, работа авторских школ передового педагогического опыта).

3. Межкурсовое обучению (конференции, научно-теоретические семинары, семинары-практикумы, инструктивно-методические совещания, круглые столы, обеспечивающие учителей новейшими знаниями об особенностях педагогической работы).

4. Дистанционное обучение как самостоятельная форма работы учителя (педагог может выполнять задания, предусмотренные программой самостоятельно и сдать квалификационный экзамен преподавателям института или в он-лайн режиме. Таким образом ему будут зачислены курсы повышения квалификации. Дистанционной формой обучения предусмотрены задания, выполняя которые, учитель осуществляет самоконтроль и проверку полученных знаний и приобретенных умений с помощью специально созданной программы обучения).

5. Аспирантура, докторантура (прикрепление соискателем или обучение в аспирантуре, докторантуре происходит в ведущих учреждениях образования III, IV уровня аккредитации. В основном работают учителя-исследователи, которые творчески относятся к развитию педагогического образования в Украине. Такие учителя имеют индивидуальные программы развития профессиональных умений, на основе которых постоянно работают).

Отметим наличие проблем профессионального развития учителей начальных классов в системе непрерывного педагогического образования Украины на государственном, личностном и уровне института, решение которых видим в следующем:

1) модернизация системы подготовки педагогических кадров путем создания единого комплекса учреждений образования педагогического профиля;

2) внедрение новых форм организации повышения квалификации педагогов, в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий;

3) популяризация новых форм выявления и поддержки творческих педагогов и педагогических коллективов.

Выводы. Как итог, отметим, что в Украине учителю младших классов созданы условия для профессионального развития (роста педагогического мастерства, образованности, творческого отношения к своей деятельности). Профессиональное развитие учителей формируется в ВУЗе и непосредственно в ходе педагогической деятельности (создание профессиональных программ развития, портфолио и т.п.), совершенствуются общеобразовательные и базовые знания во время курсовой подготовки и в межкурсовой период, внедряются в практику соответствующие техники, технологии, приемы эффективной работы.

Пространство профессионального развития учителя начальных классов открыто, характеризуется разнообразием, нелинейными соотношениями возрастного развития, образованности (в частности, профессиональной квалификации) и многоплановыми видами профессиональной деятельности. Достижения вершин профессионального развития возможно путем актуализации индивидуально-профессионального потенциала, самоорганизации и самоактуализации учителя.

Сформулируем основные рекомендации относительно профессионального развития учителя начальных классов: отслеживать наиболее интересные и полезные направления развития отечественной и зарубежной науки и практики, развития общества в целом; определять новые тенденции и перспективы выполнения творческих проектов и их внедрение в учебный процесс; стимулировать творческую активность, формировать потребность в дальнейшем профессиональном развитии.

Литература

1. *Алексеева, И.С.* Профессиональное становление молодых специалистов в условиях сельской школы: автореф. дис. … канд. пед. наук / И.С. Алексеева. – Якутск, 2006.

2. *Выготский, Л.С.* Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – М., 1991.

3. Закон Украины «Об образовании» от 23 мая 1991 года. – URL: osvita.ua

4. Концепция педагогического образования (23.12.1998) // История украинской школы и педагогики: хрестоматия / упор.: О.О. Любар; [за ред. В.Г. Кременя]. – К., 2005.

5. *Роджерс, К.* Взгляд на психотерапию. Становление человека / пер. с англ. (общ. ред. и предисл. Е.И. Исениной) / К. Роджерс. – М., 1994.

УДК 373

И.Н. Розова

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ ДЕТЕЙ 5 – 8 ЛЕТ КАК НЕОБХОДИМОЕ УСЛОВИЕ ИХ СОЦИАЛИЗАЦИИ

В статье рассматривается развитие эмоциональной культуры детей 5 – 8 лет в условиях образовательного учреждения посредством художественной импровизации. Анализируется опытно-экспериментальная работа с детьми в рамках проекта «Эмоциональные шедевры».

Культура, эмоциональная культура, эмпатия, рефлексия, импровизация, диагностика уровней художественной импровизации.

The paper considers the development of emotional culture of 5 - 8 year old children in an educational institution with the help of artistic improvisation. Experimental work with children within the project «Emotional masterpieces» is analysed in the paper.

Culture, emotional culture, empathy, reflexion, improvisation, diagnostic of levels of artistic improvisation.

Эмоциональная культура является необходимым фактором социализации человека, особенно в детском возрасте. Она способствует воспитанию в ребенке эмпатии (эмоционального понимания и сопереживания), рефлексии (анализа и управления эмоциями), формированию эмоционально-комфортного взаимодействия и общения во всех сферах его жизни. Развитие эмоциональной культуры детей 5 – 8 лет, как показало наше исследование, явно способствует более устойчивому нравственному поведению, социальной активности, эффективному взаимодействию ребенка с детским коллективом и с педагогами.

В научных изданиях существует до двухсот определений понятия *культура*. В книге А. Моля «Социодинамика культуры» приводится высказывание популярного музыковеда XIX – XX вв. А. Швейцера: «Культура – это итог всех достижений отдельных лиц и всего человечества во всех областях и по всем аспектам в той мере, в какой эти достижения способствуют духовному совершенствованию личности и общему прогрессу» [3, с. 14].

Эмоциональная культура – это самостоятельный, специфический пласт культуры. Считается, что одним из первых дал определение эмоциональной культуры П.М. Якобсон. По его мнению, эмоциональная культура есть комплекс явлений, представляющих собой в значительной мере развитие и совершенствование тех качеств эмоциональной жизни, которые в ограниченном виде проявлялись на более ранней возрастной ступени [8, с. 64].

В диссертации Н.С. Ульяновой «Формирование эмоциональной культуры младших школьников на занятиях по изобразительному искусству» мы находим более близкое нашему исследованию определение: «Эмоциональная культура есть часть базовой культуры, основополагающее свойство личности, характеризующее направленность личности к эмоционально-творческой деятельности, представленное богатством эмоционального опыта, творчеством, стремлением к совершенствованию своего внутреннего мира на основе эмоционально-чувственного развития, эмпатии» [7, с. 48].

Мы предлагаем определение эмоциональной культуры, сформированное с учетом имеющихся точек зрения и включающее особенности развития эмоциональной культуры в нашей опытно-экспериментальной работе, направленной на развитие эмоциональной культуры детей 5 – 8 лет в условиях образовательного учреждения посредством художественной импровизации. *Эмоциональная культура* есть часть базовой культуры, основополагающее свойство личности, отражающее знания, умения и навыки понимания и выражения эмоций в быту, в эстетических явлениях и в искусстве, включающее умение оценивать ребенком свои эмоции и чувства, адекватные способы эмоционального реагирования, эмпатию, избавление от стрессов и рефлексию.

Актуальность развития эмоциональной культуры у детей 5 – 8 лет обусловлена положениями Концепции дошкольного образования и ФГОСНОО (Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования); требованиями федерального государственного образовательного стандарта к структуре и условиям реализации образовательной программы дошкольного образования, где эстетические эмоции, эмоционально устойчивое поведение, активность и эмпатия при взаимодействии детей являются показателями эффективности и качества применяемых в дошкольных учреждениях содержания программ и развивающих технологий. Проблема формирования эмоционально устойчивого поведения ученика, личностная культура учителя, эмоционально-комфортное взаимодействие педагога с учащимися остро стоит и в школьном образовании. Педагогическая практика показывает, что в настоящее время отсутствуют системно разработанные условия, средства и методы, способствующие эмоциональному развитию ребенка, воспитывающие эмоциональную культуру взаимоотношений, как между детьми, так и между преподавателем и учениками. Педагоги испытывают трудности в формировании мира чувств детей, чуткого и бережного влияния на переживания воспитуемых, что подтверждает актуальность нашего исследования. И этим обусловлено наше обращение к данной проблеме.

В опытно-экспериментальной работе по развитию эмоциональной культуры детей 5 – 8 лет нами был разработан и реализован проект под названием «Художественная импровизация – средство развития эмоциональной культуры детей 5 – 8 лет» или «Эмоциональные шедевры». Цель проекта – развитие эмоциональной культуры детей 5 – 8 лет в условиях образовательного учреждения посредством включения их в художественную импровизацию. Развитие эмоциональной культуры детей, являясь актуальной проблемой и условием их устойчивого нравственного поведения, включает умение оценивать ребенком свои эмоции и чувства, адекватные способы эмоционального реагирования, эмпатию, избавление от стрессов, рефлексию.

Мы солидарны с В.Г. Ражниковым, который утверждает, что «каждый ребенок остро необходим человечеству, ибо своей безгрешностью и умением радоваться он увеличивает количество счастья и добра на земле. В нем живет маленький эмоциональный гений» [5, с. 101]. Следовательно, освоение мира и познание самого себя с помощью эмоциональной культуры – естественный путь развития детей.

Многокрасочное влияние мира на чувства ребенка порождает у него новые психологические качества: натуральные слухо-зрительские – двигательные ассоциации, т.е. зримое дополняет и стимулирует слышимое и вместе они пробуждают характерное движение. Этот процесс является естественным на-

чалом детской импровизации. *Импровизация* – это особый вид творческой деятельности – сиюминутное фантазирование, в которой совпадают процесс и результат, как некое новообразование или продукт, т.е. импровизация – это процесс создания нового продукта без предварительной подготовки. Импровизация в искусстве называется художественной, в отличие от спортивной, научной, политической и т.д.

В опытно-экспериментальной работе по развитию эмоциональной культуры у детей 5 – 8 лет в условиях образовательного учреждения мы использовали разные виды художественной импровизации: цветовую (цветовое пятно), моторно-двигательную, пластическую, темброво-инструментальную, звукоречевую, вокальную, синтез импровизаций. При помощи педагога чувственные ассоциации, выраженные через разные виды художественной импровизации, складываются детьми в копилку эмоциональных и эстетических переживаний, необходимых для личностного развития, эмоционального общения и рефлексии.

Художественная импровизация, выросшая из детской игры, является средством развития эмоциональной культуры и показателем развитости ее у ребенка. Нами разработаны критерии разных уровней (низкий, средний, высокий) выполнения художественной импровизации (см. таблицу).

Таблица

Диагностика уровней художественной импровизации детей 5 – 8 лет под музыку

Виды художественной импровизации под музыку	Уровни
1	2
Цветовая (цветовое пятно)	*Низкий уровень:* 1) затруднение в выборе цветовой гаммы в заданном настроении; 2) небрежность в оформлении композиции; 3) отсутствие интереса к выполнению задания. *Средний уровень:* 1) соответствие характеру музыки цветовой гаммы (холодных или теплых, светлых или темных), но при этом однообразие, невыразительность оттенков цветов и их комбинаций; 2) невыразительность линий композиции (вялые, прямолинейные…), стандартность, однообразность сюжета и композиции в целом; 3) аккуратность, старательность, при этом неполная эмоциональная увлеченность. *Высокий уровень:* 1) использование в импровизации, соответствующей характеру музыки, цветовой гаммы (холодных или теплых, светлых или темных тонов) насыщенно-ярких или приглушенных оттенков цвета; 2) передача эмоционального содержания музыки через характер линий (плавные, мягкие, тонкие, толстые, резко очерченные или размытые, прерывистые, закрученные…), композиция соответствует музыкальному образу и настроению; 3) увлеченность заданием и наличие словесных пояснений после завершения работы
Моторно-двигательная	*Низкий уровень:* 1) движения безотносительные к характеру музыки (топтание на месте, перебежки, хаотичность и т.п.); 2) отсутствие у ребенка интереса к деталям драматургии произведения; неуместность мимических реакций; 3) эпизодичность внимания к звучащей музыке и отвлечение на свои дела *Средний уровень*: 1) несамостоятельность выбора типа движений под музыку (копирование других детей), есть некое развитие и законченность в композиции; 2) недостаточность отражения в жестах особенностей музыкальной формы и средств выразительности, сдержанность или отсутствие мимических реакций; 3) увлеченность музыкой, но отсутствие инициативы и оригинальности в придумывании игровых сюжетов *Высокий уровень:* 1) соответствие выбранных ребенком танцевальных движений (поскоки, переменный шаг, пружинка, плавное кружение и т.д.) настроению музыкального произведения; 2) адекватность передачи в жестах акцентов, пауз, ярких интонационных оборотов; уместность мимических реакций ребенка; 3) увлеченность музыкой и оригинальность придуманных им игровых сюжетов в рамках музыкальной композиции

Продолжение

1	2
Пластическая импровизация	*Низкий уровень:* 1) полное неумение выражать через пластику настроение музыки, художественный образ; 2) выбор предметов (флажки, султанчики, атласные ленты, прозрачные платки, мячи, слюда, мишура и т.д.) не соотносящихся с музыкой, желание просто поиграть; 3) отсутствие интереса к импровизации, эпизодичность внимания к звучащей музыке. *Средний уровень:* 1) частичная самостоятельность выбора пластических движений под музыку (копирование других детей), слабая выразительность и недостаточность отражения в пластике особенностей музыкальной формы и, следовательно, развития настроения; 2) частичное несоответствие выбранных предметов; 3) отсутствие инициативы и оригинальности, но заинтересованность эмоционально-образной ситуацией, после выполнения импровизации словесные комментарии. *Высокий уровень:* 1) соответствие выбранных ребенком пластических движений (пластика всех частей тела) характеру музыкального произведения, адекватность передачи в жестах (акцентов, пауз, ярких интонационных оборотов); 2) уместность выбранных предметов; 3) увлеченность художественными образами и музыкой, выразительная мимика, после выполнения импровизации словесные комментарии о своих образах
Темброво-инструментальная	*Низкий уровень:* 1) произвольный выбор инструмента для импровизации, не соотносящийся с предложенным эмоциональным состоянием, желание создать как можно больше шума с помощью инструмента или, наоборот, боязнь, нежелание извлекать звуки; 2) отсутствие интереса к звукотворчеству, трудности в эмоционально-ритмической подстройке к звучащей музыке (непопадание в такт, невнимание к паузам, акцентам, отсутствие реакции на изменение темпа и динамики); 3) собственное отношение не сформировано. *Средний уровень:* 1) несамостоятельность в выборе инструментов (шумовых и звуковысотных) для воплощения заданных эмоциональных состояний, но при этом выраженный интерес к звуко-тембровым и шумовым эффектам, возникающим в играх со звуками; 2) затруднения в процессе импровизированного аккомпанирования музыке: нечеткость выделения пауз (или нечеткое понимание места для солирования в момент паузы), пропуск акцентов и сильных долей, недостаточная быстрота реакции на изменение темпа и динамики звучания; 3) недостаточно проявленное собственное отношение. *Высокий уровень:* 1) соответствие найденных ребенком тембров детских музыкальных инструментов (шумовых и звуковысотных), эффектов «красок-образов» заданному эмоциональному состоянию; 2) естественность, гибкость эмоционально-ритмической подстройки звучанию музыки (где-то четкое попадание в метроритмическую сетку произведения, где-то индивидуальное импровизированное соло, не нарушающее метрическую основу), адекватное реагирование на паузы и акценты, на изменение темпа и динамики; 3) яркое проявление заинтересованного отношения к музыке
Звукоречевая	*Низкий уровень:* 1) формальный подход к выбору возгласов, звуковых и речевых интонаций, слабые попытки копировать других, отсутствие эмоционального вхождения в настроение и образ игровой ситуации; 2) скованность, несоответствие предпринятых попыток эмоциональному содержанию; 3) отсутствие интереса и задора. *Средний уровень:* 1) частичная самостоятельность и соответствие в выборе звуковых сочетаний (возгласов, звуков, слогов, речевых интонаций, речевой вокализации), характерных для настроения и жанра произведения; 2) адекватность понимания игрового сюжета и образов, средств выразительности, несамостоятельность в выборе места (во временном пространстве музыки) для возгласов, стандартность (копирование других); 3) при этом искренний интерес к звуковым и речевым эффектам в необычной импровизации. *Высокий уровень:* 1) соответствие найденных ребенком звуковых сочетаний (возгласов, звуков, слогов, речевых интонаций, речевой вокализации), характерных жанровой природе и настроению произведения; соответствие эффектов эмоциональных возгласов заданному эмоциональному состоянию; 2) естественность, яркая непосредственность подстройки к выразительным средствам музыки и адекватное реагирование на изменения; 3) увлеченность эмоциональным содержанием музыки, игровыми образами, проявление яркого собственного отношения к музыке через мимику, задор и органичные движения

Окончание

1	2
Вокальная	*Низкий уровень:* 1) несоответствие вокализации образу и жанру или невыполнение, неумение пользоваться своим вокальным голосом как творческим инструментом; 2) удовлетворительное запоминание текста или медленное, зажатость выражается в невыразительном пении говорком; 3) отсутствие интереса к творческой эмоциональной ситуации. *Средний уровень:* 1) частичное соответствие вокализации художественному образу и жанру (колыбельная, маршевая, плясовая мелодия); 2) хорошее запоминание текста, адекватное осмысление жанровых выразительных средств, но недостаточное умение выражения их голосом, мелодическая гибкость частичная, музыкальная форма неуравновешенная (первая часть с текстом больше, чем вторая без текста); 3) есть эмоциональная увлеченность, но не хватает умений. *Высокий уровень:* 1) соответствие вокальной импровизации ребенка настроению художественного образа и жанру (колыбельная, маршевая, плясовая мелодия); 2) быстрое запоминание текста, адекватное осмысление жанровых выразительных средств и умение управлять голосом, мелодическая гибкость, оригинальность, музыкальная форма уравновешенная или вторая часть больше, так как включает логичное развитие, яркое вокально-мелодическое фантазирование; 3) эмоциональная увлеченность процессом вокальной импровизации

Импровизация как эстетическое действие является средством для различных учебных действий:

- *импровизация как форма общения* формирует у детей понимание содержания эстетических эмоций, эмоциональной выразительности и эмоционального смысла произведений искусства;

- *импровизация как личностное сопереживание* формирует личное адекватное сопереживание художественному настроению и образу, отраженному в произведении искусства, созданному выразительными элементами художественного языка;

- *импровизация как личностная история* формирует самовыражение в виде целостных образов-настроений и личностно-ориентированную позицию в эмоциональной культуре и в искусстве.

Искусство, всегда эмоционально окрашенное, является для детей средством познания мира, самопознания и саморазвития. Б.М. Теплов отмечает: «Музыка, прежде всего, – путь к познанию огромного и содержательнейшего мира человеческих чувств» [6, с. 18]. Синтез искусств помогает постичь загадочную связь между музыкой, цветом и рифмой. Взаимодействие искусств на основе одного эмоционального источника является средством расшифровки эмоционально-эстетического содержания произведения (литературного, музыкального или изобразительного), потому что эстетическая эмоция, настроение являются эстетической единицей любого произведения искусства.

В ходе разработки специально-организованных занятий по развитию эмоциональной культуры посредством художественной импровизации у детей 5 – 8 лет в рамках проекта мы опирались на принципы программ эмоционально-эстетического развития В.Г. Ражникова «Школа настроений» (программа для школ искусств, музыкальных и художественных школ), «Маленький Эмо» (программа развития дошкольников). Содержание занятий со старшими дошкольниками и младшими школьниками по развитию их эмоциональной культуры построены на основе учета психологических закономерностей проявления эстетических эмоций, соблюдения психологических законов, использования адаптированных для детей 5 – 8 лет упражнений и некоторых форм работы из концепции музыкально-рациональной психотерапии В.И. Петрушина, разработанной для взрослых [4].

Процесс развития эмоциональной культуры в нашем проекте подразумевает сотрудничество всех участников образовательного процесса: ребенка в детском коллективе, детей с педагогом, детей с психологом, детей с педагогом и психологом, ребенка с родителями, детей с родителями и педагогическим коллективом. При разработке условий сотрудничества мы опирались на научные исследования феномена общения В.В. Мухиной, М.И. Лисиной, А.Г. Рузской. По мнению М.И. Лисиной, основой развития младшего школьника является его место в системе отношений со сверстниками и окружающими: «Общаясь по ходу деятельности со старшими и детьми, ребенок действует на уровне, превышающем его норму… Точнее говоря, он оказывается в пределах зоны ближайшего развития, где сотрудничество с превосходящими по опыту и знаниям партнерами помогает ему реализовать свои потенциальные возможности. Следовательно, именно в ходе общения ребенок совершает первые вылазки в новые области, благодаря общению подготавливается смена предыдущей деятельности последующей, более высокой по своему развитию» [2, с. 75].

При разработке критериев, уровней (высокий, средний, низкий) выполнения разных видов художественной импровизации мы опирались на характеристику уровней двигательной импровизации, рисова-

ния музыки и темброво-шумового аккомпанемента из «Педагогической технологии развития эмоциональной отзывчивости на музыку у старших дошкольников» А.Г. Гогоберидзе, В.А. Деркунской [1, с. 188].

Рабочий план проекта включает ряд этапов:

Подготовительный этап представляет собой подбор музыкального репертуара, позволяющего успешно развивать эмоциональную культуру детей 5 – 8 лет в условиях образовательного учреждения; подборку на основе одного эмоционального источника (эстетической эмоции или настроения) в синтезе с музыкой иллюстрации картин и стихов; разработку методики и конспектов специально-организованных занятий по развитию эмоциональной культуры детей; разработку раскраски образов в разных настроениях; создание музыкально-дидактических игр; составление «Словаря признаков и характера звучания и обобщенных средств выразительности»; создание предметной развивающей среды в группе / классе «Эмоционально-эстетической культуры детей»; диагностику детей.

Деятельностный этап включает проведение специально-организованных занятий, развивающих эмоциональную культуру детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста посредством художественной импровизации; активное использование предметной развивающей зоны «Эмоционально-эстетической культуры детей», включающей несколько блоков: «эмоциональный массаж», «комфортная музыкальная среда», «музыка режимных моментов», «формула эмоциональной устойчивости», «звучащий мир», «разноцветный мир», «эмоциональные шедевры», «звучащая живопись», «музыкально-дидактические игры».

Заключительный этап включает диагностику детей, итоговый детский импровизированный спектакль «Дорогой настроений…»; выставку лучших «Эмоциональных шедевров»; подведение итогов: фотоотчет на сайте ДОУ / школы.

Реализация проекта «Художественная импровизация – средство развития эмоциональной культуры» или «Эмоциональные шедевры» с детьми 5 – 8 лет в образовательном учреждении привела к следующим результатам: развитой эмоциональной культуре детей, повышению уровня эмпатии и рефлексии в общении, сформированным умениям эмоционально-комфортного взаимодействия в детском коллективе и со взрослыми, устойчивому нравственному поведению, умению оценивать ребенком свои эмоции и чувства, адекватным способам эмоционального реагирования, избавлению от стрессов, значительному обогащению словарного запаса выражениями из эмоциональной сферы искусства, эмоциональному общению в искусстве, умению выражать себя посредством художественной импровизации, к умению сотрудничать в коллективной деятельности.

Таким образом, участие в проекте детей-первоклассников помогло им быстрее и легче адаптироваться в новом школьном коллективе одноклассников, выстроить отношения с педагогами.

Литература

1. *Гогоберидзе, А.Г.* Детство с музыкой / А.Г. Гогоберидзе, В.А. Деркунская. – СПб, 2010.

2. *Лисина, М.И.* Проблема онтогенеза общения / М.И. Лисина. – М., 1986.

3. *Моль, А.* Социодинамика культуры / А. Моль. – М., 1973.

4. *Петрушина, В.И.* Музыкальная психотерапия / В.И. Петрушина. – М., 2000.

5. *Ражников, В.Г.* Новая профессия: детский арт-психолог / В.Г. Ражников. – М. 2006.

6. *Теплов, Б.М.* Психология музыкальных способностей / Б.М. Теплов. – М. ; Л., 1947.

7. *Ульянова, Н.С.* Формирование эмоциональной культуры младших школьников на занятиях по изобразительному искусству: дис. … канд. пед. наук / Н.С. Ульянова. – Ижевск, 2006.

8. *Якобсон, П.М.* Чувства, их развитие и воспитание / П.М. Якобсон. – М. 1976.

УДК 796.011.3

С.М. Чернышов, Ю.П. Шарков, А.В. Борисов

ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

В статье раскрыты предпосылки применения средств и методов физической подготовки для формирования скоростно-силовых качеств военнослужащих, раскрыта методика развития скоростно-силовой подготовки.

Физическая подготовка, скоростно-силовые качества, учебно-боевая деятельность, военнослужащие, обучение.

The article discloses the pre-conditions of using the means and methods of physical training for formation of speed and power qualities of military men; the technique of development of this training is presented in the paper.

Physical training, speed-power qualities, educational and fighting activity, military men, teaching.

В настоящее время учебно-боевая деятельность личного состава подразделений полевых узлов связи ВВС отличается высокой напряженностью, сложностью и разнообразием. Несение боевого дежурства на местах развертывания узла связи чередуется с несением боевого дежурства в стационарных условиях.