

УДК 796.01

## О НЕКОТОРЫХ ЗАКОНОМЕРНОСТЯХ УМСТВЕННОГО ТРУДА В ОБРАЗОВАНИИ КУРСАНТОВ АКАДЕМИИ МВД РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ С ПОЗИЦИИ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

*канд. пед. наук, доц. А.А. ГЛАЗЫРИН*  
(Академия МВД Республики Беларусь, Минск)

*Рассмотрены вопросы, относящиеся к проблеме изучения закономерностей умственного труда курсантов Академии МВД Республики Беларусь. Выделены ключевые позиции образования курсантов в современных условиях (содержание идеологической работы в структуре образовательной деятельности учебного заведения; укрепление психического, социального и физического здоровья обучающихся на основе изучения общей теории функциональных систем психической деятельности человека и др.). Предлагается в рамках изучения дисциплины «Профессионально-прикладная физическая подготовка» формировать необходимые компетенции: знание теоретических и методологических основ психологии здоровья, современные концепции здоровья и здорового образа жизни; овладение навыками ведения научно-исследовательской работы в области теории и методики физической культуры и спорта, теории и методики физического воспитания, психологии здоровья и др.*

**Введение.** Проблема изучения закономерностей умственного труда всегда имела большое теоретическое и практическое значение. В настоящее время она приобрела исключительную важность в аспекте укрепления состояния здоровья людей, так как без её решения невозможно оптимизировать труд, а следовательно решать проблемы укрепления состояния здоровья в любом виде профессионального труда и профессиональной деятельности. Известно, что весьма значима роль знания физиологических закономерностей умственного труда для реализации той части активности личности, которая получила название «человеческий фактор», без которого невозможен любой результат выполненного труда. Этим объясняется актуальность изучаемой проблемы.

**Основная часть.** *Физическая подготовка* – одна из основных составляющих служебной подготовки курсантов, обучающихся в Академии МВД Республики Беларусь. Она является обязательным предметом профессионального обучения и воспитания в данном учебном заведении.

Необходимо отметить, что одним из ключевых компонентов качественного воспитания и образования курсантов Академии МВД Республики Беларусь в современных условиях являются инновации в идеологической работе. Содержание идеологической работы в структуре образовательной деятельности учебного заведения выступает тем гуманитарным и информационно-аналитическим средством, овладение которым приучает личность к осмыслению современной реальности, моделированию определенных аспектов социального поведения, утверждению нравственных отношений и становлению гражданского самосознания, патриотического мировоззрения, готовности к исполнению конституционного долга по защите своей страны. Что способствует подготовке высококвалифицированных специалистов, компетентных в сфере будущей профессиональной деятельности, в которой здоровье имеет весьма значимую роль.

Генетически исходной и основной формой человеческой деятельности является деятельность внешняя, предметная, что имеет особый смысл для рассмотрения проблемы изучения закономерностей совершенствования умственного труда будущих специалистов правоохранительных органов.

Развивая общую теорию функциональных систем, К.В. Судаков сформулировал концепцию о функциональных системах психической деятельности человека. Они формируются на основе самых различных словесных инструкций, включая разные формы общеобразовательного и специального обучения, знаний, идей. Автор данной концепции считает, что результаты умственной (мыслительной) деятельности представлены в сознании человека отражением жизненно важных понятий, абстрактных представлений о внешних предметах, знаний, удовлетворяющих и формирующих социальные потребности человека. Согласно концепции К.В. Судакова о ФСПД (функциональные системы психической деятельности), мышление человека формируется логикой его предметно-практической деятельности через приобщение к исторически накопленной культуре, в нашем случае физической культуре, через обучение и воспитание, через предметную деятельность с помощью созданных обществом приемов и средств [1].

Судаков К.В. особо выделяет социальные потребности человека, обусловленные совокупностью общественных отношений. «Социальные потребности человека в значительной степени определяются факторами социальной среды и включают такие отсутствующие у животных мотивы, как стремление к общему или специальному образованию, труду, творчеству, политическим идеалам и даже самопо-

жертвованию во имя общественных интересов. Характерно, что социальные потребности человека, значительно меняют характер его биологических потребностей и придают им социальную окраску» [2]. Повышение функциональных возможностей познавательных процессов в укреплении физического и психического состояния здоровья будет способствовать развитию потребностей у курсантов позитивного «Я-образа» как основы для роста их мотивированности на учебные достижения и интеллектуальную самореализацию в образовании.

Сознательная деятельность невозможна без формирования функциональных систем психической деятельности человека, образующихся как в результате различных инструкций, так и на основании процессов памяти, но обязательно с участием предметной деятельности.

Маркс в своем раннем произведении «Экономическо-философские рукописи 1844 года» писал, что «человеческая действительность столь же многообразна, как многообразны определения человеческой сущности и человеческая деятельность... По мере того как предметная действительность повсюду в обществе становится для человека действительностью человеческих сущностных сил, человеческой действительностью, и следовательно действительностью его собственных сущностных сил, все предметы становятся для него опредмечиванием самого себя, утверждением и осуществлением его индивидуальности, его предметами, а это значит, что предметом становится он сам. То, как они становятся для него предметами, зависит от природы предмета и от природы соответствующей ей сущностной силы, ибо именно определенность этого отношения создаёт особый, действительный способ утверждения».

Наиболее общими способами утверждения предмета для человека, в которых и формируются его основные человеческие способности, является объект, некий идеальный образ.

Для рассмотрения проблемы изучения закономерностей умственного труда в сфере подготовки специалистов правоохранительных органов объектом являлась двигательная активность как средство повышения психической и интеллектуальной активности.

Потребность человека в двигательной активности, как и у животных, является врожденной. Данная потребность изменяется с возрастом волнообразно. У разных людей одного и того же возраста потребность в двигательной активности выражена по-разному. Зависит это от многих факторов, в том числе – от типологических особенностей проявления свойств нервной системы. Выявлено также, что потребность в двигательной активности у лиц мужского пола выше, чем у лиц женского пола. Благоприятное влияние двигательной активности на здоровье человека является аксиомой и многократно подтверждено различными исследованиями (В.А. Артемовым, М.Л. Виленским и Б.Н. Минаевым и др.) [3, 4].

Двигательная система играет большую роль в поддержании бодрствующего состояния коры головного мозга. Значение мышечного тонуса для протекания интеллектуальных, эмоциональных и волевых процессов показал Э. Джекобсон (E. Jacobson, 1938). Он писал, что сокращение определенных мышц не просто совпадают по времени с определенными процессами душевной жизни, оно необходимо для их включения, поскольку представление какого бы то ни было движения невозможно, если мышцы, которые обычно отвечают за выполнение этого действия, полностью расслаблены.

Еще в начале XX века В.М. Бехтеревым [5] и другими исследователями было показано, что легкая мышечная работа благотворно воздействует на психическую деятельность, а тяжелая – угнетает её. Эти наблюдения легли в основу разработки системы, связанной с психогигиеной умственного труда, где физические упражнения выступали в качестве активного отдыха.

Горбуновым Г.Д. [6] при изучении последствия плавательных нагрузок на внимание, оперативное мышление и память было выявлено, что улучшение этих психических процессов достигало пика в разное время; память и сосредоточение внимания – через 2 часа после кратковременной нагрузки с максимальной интенсивностью, а оперативное мышление и информационный поиск – через 3 – 4 часа. Утренние нагрузки оказывают лишь кратковременное (не более часа) положительное влияние на психические процессы (исключая информационный поиск, который удерживается на высоком уровне спустя 3 часа после плавания).

Непривычные нагрузки оказывают как положительное, так и отрицательное влияние. Следовательно, для получения гарантированного положительного сдвига в интеллектуальной активности следует использовать физические упражнения систематически, чтобы они становились привычными. Таким образом, касаясь проблемы изучения закономерностей умственного труда курсантов Академии МВД Республики Беларусь на основе отдельных общих теорий функциональных систем психической деятельности человека, рассмотренных в определенном объеме в данной статье, можно сделать следующие выводы о том, что в целостной структуре развития человека важная роль отводится двигательному анализатору.

На это указывал еще И.М. Сеченов, считавший, что в психомоторной организации человека активируются все формы психического отражения и двигательный анализатор выступает как интегратор всех анализаторных систем человека.

Вполне закономерно, что в наше время одной из важнейших потребностей человека является потребность в двигательной активности. «Движение – это почти единственная форма жизнедеятельности,

путем которой организм не просто взаимодействует со средой, но активно воздействует на неё, изменяя или стремясь изменить ее в потребном ему отношении» [8].

Согласно теории функционирования систем П.А. Анохина, лежащей в основе регулятивного подхода к изучению жизнедеятельности, главный фактор, который структурирует и по мере необходимости перестраивает функциональные системы организмов, – это удовлетворение потребностей, необходимых для продолжения жизнедеятельности [9].

Современная диалектическая постановка задачи изучения закономерностей умственного труда в образовании курсантов с позиции укрепления здоровья требует нахождения методологических принципов, указывающих основные направления эффективного функционирования в познании сущности преобразования информации мозгом, предметной деятельности человека как качественно специфического продукта общественных отношений.

*Первое направление* – совершенствование и оптимизация процесса физической подготовки курсантов, связанной с усвоением постоянно изменяющегося содержания образования. В этом случае необходимо использовать известные и новые технологии в обучении, такие как технологии проблемного и развивающего обучения, личностно-ориентированного, причинно-следственного и др. Курсантам также предлагаются проблемно-ситуационные задачи, при решении которых они исходят из знания своих индивидуальных особенностей и уровня владения тем или иным приемом, способом защиты и т.д.

*Вторым направлением* в образовании курсантов является опора на новые информационные технологии. Для этого требуется значительное техническое оснащение образовательного процесса.

*Третье направление обеспечения* образовательного процесса – организация внедрения специальных технологий: общения с людьми разного возраста, статуса и культуры; сотрудничества с коллегами, имеющими опыт в области профессиональных интересов; участие в спортивно-массовых профессиональных мероприятиях оздоровительной и специальной направленности.

*Четвертое направление* – поиск оптимальной системы средств физической культуры и спорта в образовательном процессе, являющихся определяющими для развития тех или иных индивидуально-личностных характеристик курсантов.

*Пятое направление* связано с необходимостью увеличения числа заданий для самостоятельной работы курсантов, строящихся на интегративной основе (внутрипредметного и межпредметного содержания) для формирования общих и предметных компетенций, требуемых в области умственного профессионального труда будущего специалиста правоохранительных органов. В этом плане новой формой самостоятельной деятельности курсантов, повышающей их ответственность за получение образования, должно стать проектирование собственного образовательного маршрута с профессиональной направленностью (мыслительных категориальных задач соответствующей профессиональной направленности).

В рамках изучения дисциплины «Профессионально-прикладная физическая подготовка» при изучении закономерностей умственного труда курсантов Академии МВД Республики Беларусь необходимо формировать следующие знания, умения и навыки:

- знать теоретические и методологические основы психологии здоровья, современные концепции здоровья и здорового образа жизни, учитывая трудности в доказательстве положительного влияния объемов двигательной активности на здоровье человека;

- овладеть навыком ведения научно-исследовательской работы в области теории и методики физической культуры и спорта, теории и методики физического воспитания, психологии здоровья;

- уметь владеть своим телом. Выявлено, что физические качества и умения, свободное владение своим телом представляют одну из наиболее престижных областей в среде окружающих, влияя на восприятие и социальный статус [7];

- уметь оказывать практическую помощь людям разного возраста по формированию и укреплению здоровья, в том числе психического, социального, физического, используя средства, формы, способы и приемы, имеющиеся в теории и практике физической культуры.

**Заключение.** Современный образовательный процесс в высших учебных заведениях поставлен перед необходимостью обеспечения высокого качества образовательных результатов. Чтобы подготовить новое поколение курсантов к предстоящей профессиональной деятельности, необходимо учитывать ключевые позиции образования в рамках изучения дисциплины «Профессионально-прикладная физическая подготовка», касающиеся знаний теоретических и методологических основ умственной деятельности с позиции укрепления здоровья. Занятия физической культурой повышают функциональные возможности организма, умственную и физическую работоспособность, продуктивность труда. Умелое использование средств физического воспитания благоприятствует развитию таких специфических интеллектуальных качеств, как практическое мышление, наблюдательность, находчивость, рассудительность и т.д. Именно эти качества являются необходимыми для будущего офицера МВД в его профессиональной деятельности. Правильно организованная двигательная деятельность требует от курсантов сосредоточенного внимания, выбора цели и способов действий, коррекции и оценки их результатов.

По данной направленности предлагаются следующие варианты индивидуальных маршрутов:

1) ориентировка на получение знаний в области закономерностей умственного труда с позиции укрепления здоровья, что требует от курсанта творческого подхода, способности разрешать проблемные ситуации в области профессионально-прикладной физической подготовки;

2) формирование себя как человека образованного, стремящегося к собственному физическому совершенству;

3) формирование себя как будущего специалиста, способного полноценно осуществлять профессиональную деятельность в условиях требуемых различных объемов физических и психических нагрузок.

Тот опыт, который приобретается курсантами в процессе обучения в Академии МВД, повышает общую выносливость, физическую и психологическую готовность к выполнению будущих служебных обязанностей в органах МВД.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Судаков, К.В. Общая теория функциональных систем / К.В. Судаков. – М.: Медицина, 1984. – 112 с.
2. Системный анализ процесса мышления / под ред. К.В. Судакова. – М.: Медицина, 1989. – 21 с.
3. Артемов, В.А. Физическая культура и свободное время трудящейся и учащейся молодежи / В.А. Артемов. – М., 1972. – 55 с.
4. Виленский, М.Я. Теоретические аспекты двигательной активности человека. Оптимальное соотношение между умственной и физической деятельностью студентов педагогических институтов / М.Я. Виленский, Б.Н. Минаев. – Л., 1976.
5. Бехтерев, В.М. Значение исследования двигательной сферы для объективного изучения нервно-психической сферы человека / В.М. Бехтерев // Русский врач. – 1909. – № 33, 34, 35.
6. Борбунов, Г.Д. Влияние физических нагрузок на психические процессы (по материалам исследования пловцов): автореф. дис. ... канд. наук: 13 00 02 / Г.Д. Борбунов. – Л., 1967. – 24 с.
7. Harter, S. Causes and consequences of low self-esteem in children and adolescents / S. Harter // R.F. Baumeister (ed.) Self-esteem: the puzzle of low self regard. – New York, 1993. – 43 p.
8. Бернштейн, Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н.А. Бернштейн. – М.: Медицина, 1966.
9. Анохин, П.К. Особенности афферентного аппарата условного рефлекса и их значение для психологов / П.К. Анохин // Вопросы психологии. – 1955. – № 6. – С. 18 – 22.

Поступила 30.03.2011

#### **ABOUT SOME REGULARITIES OF THE MENTAL'S WORK IN THE EDUCATION OF THE CADETS OF THE ACADEMY OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OF THE REPUBLIC OF BELARUS FROM THE POSITION OF THE HEALTH'S STRENGTHING**

**A. GLAZIRIN**

*This article discusses the issues related to the problem of studying the objective laws of mental work of the cadets of the Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Republic of Belarus. It highlights the key points of education of the cadets in the present conditions (the content of ideological work in the structure of educational activities of the educational establishment, strengthening of mental, social and physical health of the cadets through the study of the general theory of functional systems of human mental activity, etc.). In the framework of the subject "Professionally-applied physical training" the author proposes to form the necessary competence: knowledge of theoretical and methodological foundations of health psychology, modern concepts of health and healthy lifestyles; mastering of skills of conducting scientific research in the theory and methodology of physical culture and sports, in the theory and methodology of physical education, psychology of health, etc.*