

## НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ВЛИЯНИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ СТУДЕНТОВ-ЮРИСТОВ

*Работа посвящена исследованию уровня психофизиологической и анатомофизической подготовки студентов юридических вузов. Актуальность рассмотрения данного вопроса обусловлена высоким уровнем травматизма и летальности среди молодых специалистов в области права в Украине. Подтверждением значимости выбранной темы являются многочисленные публикации и исследования уровня физической и психологической подготовки работников прокуратуры, милиции, СБУ, ОВД, судей, адвокатов, инспекторов дорожно-патрульной службы и иных сотрудников правоохранительных органов. В статье приведены статистические данные, четко сформулированы причины летальности и травматизма, сделаны конкретные выводы. Научная работа содержит результаты эксперимента, проведенного в пределах Крымского юридического института Национального университета "Юридическая академия Украины имени Ярослава Мудрого". Новацией в работе является предложенный комплексный подход к решению поставленной проблемы.*

**Ключевые слова:** травматизм, летальность, психофизиологическая и анатомо-физическая подготовка, физическая и умственная работоспособность, статистика, профессиональная деятельность, экстремальные ситуации, моделирование, эксперимент.

**Введение.** Состояние здоровья молодежи ухудшается из года в год. Экологические факторы, снижение уровня физической активности студенческой молодежи при одновременном повышении нервно-эмоционального напряжения во время занятий в вузе влияют на физическую и умственную работоспособность студентов. К сожалению, положительные результаты от занятия физической культурой и спортом не являются стимулом для занятия физической культурой в последующем. Заинтересовать молодежь в контроле над своим здоровьем сложно. Обусловлено это тем, что для большинства молодых людей тема здоровья пока не имеет большой актуальности, ведь мало кто в молодом возрасте имеет серьезные проблемы со здоровьем.

**Цель работы** – повышение уровня психофизиологической и анатомо-физической подготовки студентов.

### **Задачи:**

1. Познакомиться со статистикой травматизма и летальных исходов среди молодых специалистов, выяснить причины такой ситуации;
2. Исследовать уровень психофизиологической и анатомофизической подготовки студентов Крымского юридического института Национального университета "Юридическая академия Украины имени Ярослава Мудрого" с целью выяснить, соответствует ли данный уровень подготовки их предстоящей профессиональной деятельности;
3. Обозначить круг существующих проблем;
4. Предложить пути решения данных проблем.

**Методы:** теоретический анализ литературы и документов, наблюдение, эксперимент, беседа, анкетирование, психодиагностические тесты.

Статистика свидетельствует о том, что среди пострадавших от несчастных случаев в профессиональной деятельности преобладают молодые люди в возрасте до 25 лет. Однако пик травматизма и летальных исходов приходится именно на первый год работы. В одной области Украины по данным статистического управления получены следующие цифры летальности: число умерших в быту от несчастных случаев, убийств, самоубийств и подобных причин составило в 2001 году 9422 человек, а в 2002 году – 9783 человек. По абсолютным данным в одной области за 1-е полугодие 2000 года умерло 44,9 тысяч человек (109,5 % к 1-му полугодью 1999 года). Основные причины смерти – заболевания сердечнососудистой системы и несчастные случаи. Среди правоохранителей, по данным МВД Украины, за период с 1992 по 2000 годы при выполнении служебных обязанностей погибло 621 работников ОВД, и было ранено – 3975 работников. Благодаря статистическим данным, изложенным в таблице ниже, становится, очевидно, личный состав каких служб наиболее часто подвержен гибели и ранениям.

В чем причина такой неутешительной статистики?

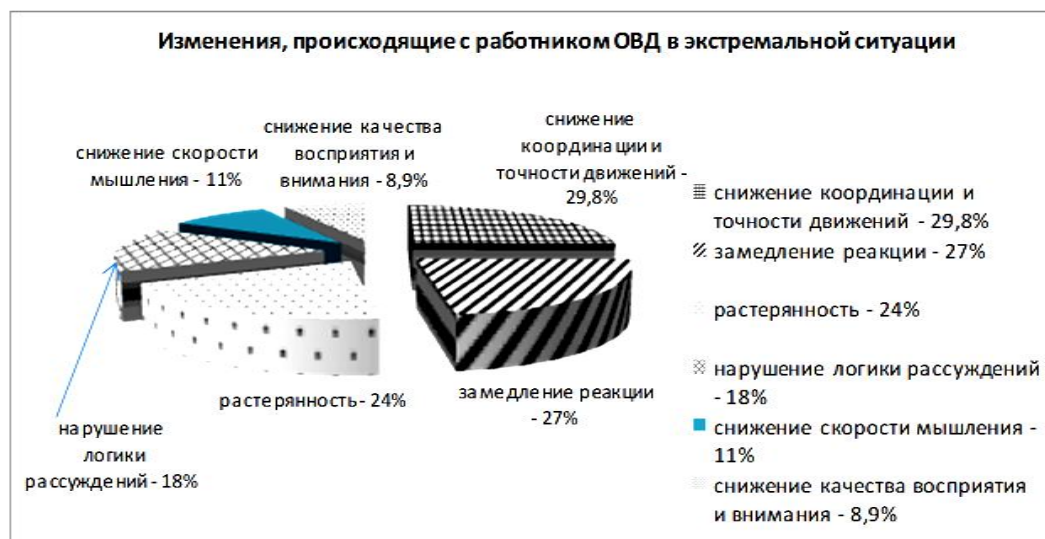
Чаще всего работники ОВД гибнут вследствие огнестрельных ранений. Это дает основание полагать, что работники милиции недостаточно психологически подготовлены к противодействию огнестрельному

оружию и физическому насилию. Гибели при выполнении служебных обязанностей подвержены работники ОВД, имеющие стаж работы до 1 года, ранениям более подвержены работники со стажем работы в ОВД от 3-10 лет. Выявлена тенденция к увеличению случаев гибели и ранений, которая отмечена уже после 3-5 лет работы в ОВД и связана с явлением профессионально-психологической деформации. Более подвержены гибели и ранениям лица, имеющие среднее образование, и менее подвержены служебному травматизму работники с высшим образованием. Основными психологическими причинами гибели и ранений работников ОВД являются: личностно-психофизиологическая предрасположенность к травматизму, общепсихологические свойства и отрицательные психические состояния работников, психологические особенности реагирования работника ОВД на стресс-факторы, социально-психологические детерминанты, проблемы профессиональной коммуникации и адаптации, недостатки тактико-психологической подготовки специалистов, недостаточная психофизиологическая и анатомо-физическая подготовка, отсутствие опыта, необходимых знаний, навыков, умений, связанных с профессиональной деятельностью.

При этом следует учитывать, что в последние годы непрерывно увеличивается нагрузка (в 2-2,5 раза) на работников правоохранительной системы, сохраняется устойчивая тенденция роста противоправных посягательств относительно работников милиции, в связи с ростом преступности в нашей стране. Помимо этого, значительной остается латентная преступность.

Профессиональная деятельность правоохранительных органов часто связана с экстремальными ситуациями, такими как: преследование и участие в задержании правонарушителей и преступников; оказание сопротивления; отражение внезапного нападения; умение и необходимость использовать оружие; предупреждение и разрешение конфликтов; проведение обысков, осмотров, досмотров, а в случае необходимости, применение мер пресечения и т.д.

Подобные ситуации характеризуются необходимостью принятия ответственных решений в короткий срок, постоянным изменением обстановки, неожиданностью и другими стрессовыми факторами. Поэтому они требуют хорошей физической подготовки, устойчивого психологического состояния, умения не поддаваться чужому влиянию, при любых обстоятельствах правильно оценивать ситуацию. В противном случае человеком овладеет паника, страх, которые парализуют любые действия. Помимо часто возникающих экстремальных ситуаций, потенциальную угрозу гибели и ранений работников ОВД могут содержать и другие повседневные ситуации (в служебной и внеслужебной деятельности). Например, неосторожное обращение с оружием при проведении стрельб, учений, дорожно-транспортные происшествия на служебном, личном транспорте (в ходе выполнения служебных задач или по пути следования на службу, со службы), пресечение преступления во внеслужебное время, бытовые конфликты на почве неприязненных отношений, связанных со службой в ОВД и т.д.



Еще один важный момент. Часто ожидания молодых специалистов относительно выбранной профессии не оправдываются. Выявлено, что только у 41% молодых специалистов представления о будущей профессии совпали с реальностью, а 13% вообще обманулись в своих ожиданиях. Это объясняется тем, что в коллективе чаще всего к ним относятся как к неопытным новичкам, без уважения и понимания, часто достаточно некорректно. В редких случаях молодым работникам сразу удается проявить свои профессиональные качества и занять свое место в коллективе. Так что, молодой специалист должен быть готов и к этому.

К экстремальным ситуациям можно отнести и психологическое давление, оказываемое на судью, адвоката, прокурора. В теории криминалистики известны периоды, когда психологическое влияние

относили к незаконным средствам, которые противоречили праву и морали. В настоящее время достаточно распространено воздействие подозреваемого на следователя или обвиняемого на судью, с целью избежать наказания или смягчить его, ввести в заблуждение, подкупить и т.д. Очертив круг существующих проблем, мы предлагаем пути их решения.

Совершенствование анатомофизической подготовки студентов, а именно развитие таких профессионально важных физических качеств, как: сила, выносливость, быстрота и ловкость. Данные физические качества очень важно соотносить с профессиональными задачами, стоящими перед различными специалистами. Несмотря на то, что в области анатомо-физической подготовки наибольшие требования предъявляются к тем сотрудникам, которые непосредственно сталкиваются с перечисленными выше опасностями (сотрудники СБУ, милиции, прокуратуры, ОВД, уголовно-исполнительной службы и т.д.), общей физической подготовкой должны обладать все специалисты в области права. Проблему усугубляет отсутствие четких нормативов по физической подготовке студентов различных направлений. В вузе готовят "усредненного" сотрудника, будущего специалиста широкого профиля, несмотря на то, что физические нагрузки специалистов в области права весьма разнятся. В связи с этим существует реальная необходимость в дифференциации процесса физической подготовки студентов и составлении специальных профиограмм для конкретных категорий сотрудников.

Немаловажным является тот факт, что студенты очень неоднородны по уровню физической и психологической подготовки. Это подтвердил и эксперимент, проведенный в пределах Крымского юридического института Национального университета "Юридическая академия Украины имени Ярослава Мудрого" среди студентов 1,2 и 3 курсов. Психолого-педагогическая диагностика студентов проводилась в период с 17 февраля по 7 марта 2010 года. В эксперименте приняли участие 125 студентов 1, 2 и 3-го курсов факультета и 120 студентов 1-го и 2-го курсов техникума.

При проведении диагностики использовался следующий инструментарий:

1. Анкета, составленная с целью:

- Исследования картины спортивной жизни студентов;
- Выяснения предпочитаемых студентами видов спорта;
- Выяснение образа идеального занятия по физическому воспитанию;
- Выяснение ценностных предпочтений студентов во взаимоотношениях с преподавателем по физическому воспитанию;
- Исследование самочувствия студентов после занятий по физическому воспитанию;
- Исследование образа жизни и рациона питания студентов (вредные привычки, особенности питания);
- Выяснение представлений студентов о смысле занятий физическим воспитанием.

2. Опросник для выявления субъективной оценки межличностных отношений, разработанный С.В. Духновским.

3. Методика ценностных ориентаций М. Рокича.

4. Метод наблюдения, беседы.

Эксперимент показал, что в целом, 80 % опрошенных проявили интерес к занятиям по физическому воспитанию и имеют внутреннюю установку и желание заниматься спортом. Однако посещаемость студентами занятий по физическому воспитанию не всегда высока. Причина тому, вероятно, загруженность студентов другими предметами и предпочтение более профилирующих дисциплин. Можно также предположить, что если посещаемость занятий высокая, значит, профессионализм преподавателя соответствует требованиям студентов, а если низкая, то, возможно, целесообразно пересмотреть методику проведения занятий по физическому воспитанию, сделав акцент на индивидуальный подход.

Помимо вопроса посещаемости занятий по физической культуре попытались выяснить уровень психофизиологического и анатомофизического развития наших студентов, их интересы, предпочтения и пожелания. Практически у всех студентов 1, 2 и 3 курсов имеется установка на то, что физическое воспитание способствует укреплению здоровья, физическому и духовному развитию и лишь для 30% студенток 1-го курса и 20% девушек 2-го курса данный предмет ассоциируется с положительными эмоциями, отдыхом, красотой.

Очевидным стало, что студенты очень ценят индивидуальный подход преподавателя к каждому из них, доброжелательное отношение, а также умение провести не только практическое занятие, но и изложить теоретический материал. Считаем, что отсутствие индивидуального подхода преподавателя к студенту, даже при условии весьма доброжелательного отношения приводит к потере у него мотивации на посещение занятий.

Результаты опроса студентов по поводу образа жизни оказались также весьма противоречивыми. В одной из групп 1-го курса около 50% юношей периодически употребляют алкоголь и курят, но вместе с тем, 100% из них занимаются спортом. В целом, не менее 70% студентов 1-го курса включают в свой рацион витамины; курят в среднем менее половины студентов, среди студентов 2-го курса 80% не курят, а 3-го

курса – около 30% юношей курят, а 50% – эпизодически употребляют алкоголь. Почти никто из девушек 3-го курса не курит, но 30% студенток эпизодически употребляют алкоголь. Алкоголь употребляют, в среднем, лишь около четверти студентов всего курса.

Таким образом, несмотря на некоторую противоречивость во взглядах студентов, следует отметить, что готовность заниматься спортом у студентов все-таки есть, что является очень важным показателем. Вероятно, данное противоречие связано с отсутствием у студентов достаточных теоретических знаний о важности занятий спортом и физическим воспитанием, в частности.

### **Выводы**

Для формирования мотивации у студентов целесообразно разработать специальную программу занятий, максимально ее разнообразить, а также дать студентам возможность заниматься тем видом спорта, который им нравится. Значительный вклад в мотивацию студентов и их направленность на эффективные занятия по физическому воспитанию важно внести с первого курса и самого первого занятия путем мощного, эмоционального диалога со студентами, демонстрации видеороликов, объяснении важности занятий спортом, серьезности и значимости данной учебной дисциплины для будущей профессиональной деятельности. Ведь чем старше студенты, тем сложнее найти к ним индивидуальный подход, поскольку у них уже появляются другие приоритеты. Задача преподавателя – установить контакт со студентами, привлечь и вызвать интерес к занятиям по физическому воспитанию. Важным является также проведение в начале учебного года комплексной диагностики по определению уровня здоровья студентов, профилактического медицинского осмотра с целью выявления потенциальности занимающихся. Целесообразно сделать доминирующей политикой института на престижность занятий по физическому воспитанию. Положительный результат будет иметь проведение соревнований между группами, курсами и любое иное привлечение студентов, как в проведение занятий, так и участия в них.

Для каждого человека необходимо научиться контролировать свое эмоциональное возбуждение в экстремальных ситуациях. Спортивные мероприятия, соревнования как раз помогают этому научиться, так как представляют собой своего рода экстремальные ситуации, которым присущи и страх, и тревога спортсмена, обусловленные конкретными условиями проведения соревнований, неизвестной, серьезной конкуренцией или незнакомой обстановкой. Все это на подсознании воспитывает, формирует в человеке такие качества, как выносливость, терпение, самоорганизованность, умение совладать собой и своими чувствами, контролировать свои эмоции, страх, ситуацию, умение бороться и побеждать. Студенты должны осознавать, что навыки, необходимые им в работе, закладываются именно в процессе обучения в университете и тренировок. Во многих случаях даже сотрудники, прошедшие хорошую "силовую" подготовку в специальных подразделениях, не могут выполнить свои обязанности в реальных практических условиях. Причина неудач – отсутствие навыка. Насколько хорошо студенты разовьют их в себе, зависит их дальнейшая профессиональная деятельность. Считаем, что выпускники вузов должны определенно иметь углубленно и детально разученные навыки, а не навыки на этапе разучивания. Это поможет им легче и быстрее закрепить их на практике.

Добиться поставленной цели можно путем психологического моделирования. Первый вариант – приближение внешних условий занятий к реальным условиям профессиональных действий, а второй – приближение внутренних условий (психического состояния, переживаний, напряжения) к тем, которые будут у них при выполнении профессиональных действий в сложных условиях. Для этого нужно насыщение занятий задачами, препятствиями, ответственностью, элементами риска, внезапности, необычности, быстрого изменения обстановки, лимитированием времени, что развивает у обучаемых смелость, способность брать на себя груз ответственности, просчитывать степень риска. Высшим условием подготовки является последовательность в ознакомлении со сложностями работы юриста.

Таким образом, комплексный подход к решению проблемы травматизма и летальных исходов среди молодых специалистов позволит значительно снизить их количество, поможет студентам быстрее подготовиться к овладению навыками выбранной профессии и на долгие годы сохранить свою жизнь и здоровье. Начать необходимо именно с привлечения студентов к занятиям физической культурой, выявления их физических и психологических особенностей, развития профессиональных навыков, подбора оптимальной физической нагрузки, а также объяснения им сути существующих проблем и пути их решения.

### **Использованные источники**

1. Антошків Ю.М. Удосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів ВНЗ МНС України / Ю.М. Антошків // Спортивна наука України. – 2006. – № 6. – С. 22-29. – Режим доступу: <http://www.nbu.gov.ua/e-journals>.
2. Андросюк В.Г., Казміренко Л.І., Медведєв В.С. – Професійна психологія в органах внутрішніх справ. Загальна частина: курс лекцій. – К.: УАВС, 1995. – 218 с.

3. Булачек В. Характеристика методів моделювання та використання їх в самостійному фізичному тренуванні слухачів вищих навчальних закладів МВС України / В. Булачек // Молода спортивна наука України – Львів: НФВ "Українські технології", 2004. – Вип. 8. – Т. 3. – С. 53-56.
4. Колесников В.И. О некоторых направлениях повышения эффективности учебно-воспитательного процесса по физической подготовке / В.И. Колесников // Тез. науч.-метод. межвуз. конф. – Орел: Вышш. шк. МВД РФ, 1994. – С. 82-86.
5. Пацакула И.И. Психология профессиональной безопасности сотрудников спецподразделений правоохранительных органов в экстремальных условиях деятельности: автореф. дис... канд. пед. наук / И.И. Пацакула. – Рязань, 2001. – 26 с.
6. Практическая психология: Учебник. / Под ред. М.К. Тутушкиной. – М.: Изд-во АСВ; СПб: Изд-во "Дидактика Плюс", 1997. – 336 с.
7. Пузыревский Р.В. Формирование профессиональной готовности курсантов (слушателей) образовательных учреждений уголовно-исполнительной системы Минюста России к действиям в экстремальных ситуациях: дис. канд. пед. наук / Р.В. Пузыревский. – Рязань, 2002. – С. 35-39.

*Popichev M.I.*

**SOME ASPECTS OF MEDICAL AND BIOLOGICAL RESEARCH  
IMPACT TRAINING SESSIONS ON HEALTH AND PHYSICAL DEVELOPMENT  
OF STUDENTS – A LAWYER**

*The article investigates the level of psychophysiological and anatomyphysiological training of students studying in Law Academy. The urgency of consideration of this matter is due to the high level of injury and fatality rates among young specialists in the field of law in Ukraine. Confirmation of the significance of the selected topic is numerous publications and researches of level of physical and psychological training of prosecutors, police, SS of Ukraine, BIA, judges, lawyers, inspectors of road patrol service and other law enforcement officers. The article contains statistical findings, clearly formulated reasons of mortality and injury, done certain conclusions. Scientific work contains the results of an experiment carried out within the Crimean Law Institute of National University "Law Academy of Ukraine named after Yaroslav the Wise". Innovation in the article is the suggested comprehensive method of solving the problem.*

**Key words:** *traumatism, mortality, psychophysiological and anatomyphysiological training, physical and mental working capacity, statistics, professional activities, extreme situations, modelling, and experiment.*

*Стаття надійшла до редакції 15.06.2013 р.*

