

Федеральное государственное казенное образовательное учреждение
высшего образования
«Восточно-Сибирский институт
Министерства внутренних дел Российской Федерации»

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ,
СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
И СОТРУДНИКОВ СИЛОВЫХ ВЕДОМСТВ**

Сборник статей XXI Всероссийской
научно-практической конференции 26–27 сентября 2019 г.

Иркутск
Восточно-Сибирский институт МВД России
2019

УДК 796.06:378
ББК 75.1

Печатается по решению редакционно-издательского совета
ФГКОУ ВО «Восточно-Сибирский институт МВД России»

Редакционная коллегия:

Грибунов О.П. – доктор юридических наук, профессор, заместитель начальника ВСИ МВД России (по научной работе); **Лобанин Е.А.** – заместитель начальника института (по учебной работе); **Каримов А.А.** – кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры тактико-специальной и огневой подготовки; **Струганов С.М.** – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической подготовки.

Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: сборник статей XXI Всерос. науч.-практич. конф. (Иркутск, 26–27 сент. 2019 г.) / отв. ред. С.М. Струганов. – Иркутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2019. – 388 с.

ISBN 978-5-9538-0078-5

В сборнике представлены статьи участников Всероссийской научно-практической конференции «Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств», проходившей 26–27 сентября 2019 г. в Восточно-Сибирском институте МВД России.

В работе конференции приняли участие специалисты в области физической и профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации и других силовых структур России, а также преподаватели и специалисты в области физической культуры и спорта России, Республики Беларусь, Республики Узбекистан, Республики Казахстан.

В материалах сохранено авторское изложение и выполнено лишь техническое редактирование, в связи с чем редакционная коллегия не несет ответственности за возможные неточности

ISBN 978-5-9538-0078-5

УДК 796.06:378
ББК 75.1

© ФГКОУ ВО «Восточно-Сибирский институт МВД России», 2019

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ I. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ, СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ И СОТРУДНИКОВ СИЛОВЫХ ВЕДОМСТВ

Алимжанов А.Е., Майер Е.В. Проблемы подготовки сотрудников полиции приемам рукопашного боя.....	10
Баркалов С.Н. К вопросу о специальной направленности физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России	12
Будаков А.Н., Перцев А.К. Групповое задержание как эффективное средство нейтрализации преступника	17
Волков А.Н., Кузнецов С.В. Биомеханические и методические основы боевых приёмов борьбы.....	20
Волошин Г.Г., Костин А.В. Роль физической подготовки в деятельности сотрудника ОВД	24
Гайдук С.А., Закудовский Г.С. К вопросу о профессионально-прикладной физической подготовке курсантов учреждений образования МВД Республики Беларусь.....	27
Галимова А.Г., Кудрявцев М.Д. Перспективные направления отбора кандидатов для службы в «силовых» структурах с использованием анализа ДНК	30
Гальцев С.А. Значение самостоятельной физической подготовки курсантов и слушателей силовых ведомств.....	34
Герашенко А.С., Лысова Е.Д. Организация и повышение эффективности физической подготовки курсантов в образовательных организациях МВД России	36
Глубокий В.А. Формирование техники защиты от ударов у слушателей, обучающихся по программам профессиональной подготовки по должности служащего «Полицейский»	40
Гуща Р.А., Колесников А.С. Формирование навыков боевых приемов у курсантов факультета сил специального назначения войск национальной гвардии на занятиях по самбо	44
Дзюба А.С., Украинский С.В. Применение круговых тренировок высокой интенсивности в процессе совершенствования основных физических качеств курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России.....	49
Зайцева А.О., Никифорова Н.Н. Организация занятий по физической подготовке курсантов и слушателей, проходящих процесс восстановления после болезни.....	52
Залесова О.В., Самойлюк Р.Н. Совершенствование скоростных способностей сотрудников ОВД средствами легкоатлетических упражнений	54

Иванов С.И. О прикладном значении полосы препятствий в образовательном процессе учащихся силовых ведомств Республики Беларусь.....	57
Игнатьев А.В., Лапкин В.И. Развитие координационных способностей курсантов образовательных организаций МВД России с помощью игрового вида спорта – регби	59
Коваль Ю.Н. Личность Александра Суворова в формировании военно-педагогической системы обучения.....	63
Козицын А.Л., Сидельников В.О. Методика оценки знаний по дисциплине «Физическая подготовка» у курсантов в образовательных организациях системы МВД России.....	65
Колегов А.Л. Пути совершенствования методики обучения броскам «через бедро» и «через спину»	68
Кошевец Г.В., Фаткуллин Р.Р. Роль физической подготовки и спорта в профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел	71
Кузнецов М.Б. К вопросу о развитии гибкости на занятиях по физической подготовке у курсантов образовательных организаций МВД России.....	74
Кулагин А.В., Шипилов Р.М. К вопросу о разработке проекта многофункционального комплекса, как средства повышения уровня физической подготовленности обучающихся образовательных организаций МЧС России.....	77
Купавцев Т.С. О методическом обеспечении огневой и физической подготовки в территориальных органах МВД России	80
Лавров В.Н. О системном подходе в осуществлении физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России и сотрудников ОВД....	84
Лазаревич М.В., Алимжанов А.Е. Обучение курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России ударной технике руками	89
Лигута В.Ф. Мнение инструкторов по физической подготовке о значимости физических качеств и боевых приемов борьбы в профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел	91
Марков К.К., Лампетова Т.Д. Совершенствование двигательных психомоторных качеств курсантов образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств	94
Морщинина Д.В., Гаврилов Д.А. Значение методов саморегуляции для психологической устойчивости сотрудников специальных подразделений к стрессовым ситуациям служебной деятельности.....	100
Никулин Л.В., Проскуров Д.В. Физическая подготовка сотрудников силовых структур: проблемы и пути их решения	103
Прокопенко В.В., Кабаев И.Е. Совершенствование военно-прикладной направленности физической подготовки, как одного из факторов быстрой адаптации курсантов к профессиональной деятельности	105
Серебрянников В.А., Мудренко Н.А. Оценка уровня физической подготовленности курсантов (девушек) первого года обучения на основе требований нормативных документов по организации физической подготовки.....	109
Славко А.Л. Об актуальности факультативного обучения в образовательных организациях системы МВД России внештатных инструкторов физической подготовки	114

Соборнов А.В., Фоменков О.Н. Гендерный подход как необходимый элемент физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России.....	118
Степановских В.В., Фока А.В. О необходимости обучения сотрудников полиции прикладному плаванию в образовательных организациях МВД России	122
Степкин М.А. Обоснование содержания физических упражнений, направленных на повышение специальной физической подготовленности военнослужащих.....	124
Струганов С.М., Хотыленко В.В. Физическая подготовка как один из основных элементов профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел	128
Такиулина Э.Р. Правовые аспекты подготовки курсантов образовательных организаций МВД России на этапе обучения бегу на короткие дистанции.....	132
Троян Е.И. Обучение комплексным силовым действиям в ситуациях оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции при охране общественного порядка	134
Уколов А.В. О влиянии профессионально-прикладной физической подготовки на формирование профессионально важных качеств обучающихся в Сибирской пожарно-спасательной академии ГПС МЧС России.....	138
Цекунев С.О. Методы этапа углубленного изучения и дальнейшего совершенствования процесса обучения по физической подготовке курсантов образовательных организаций МВД России	142
Юркин Д.В. Характеристика основных средств профессионально-прикладной физической подготовки, повышающих работоспособность участковых уполномоченных полиции	145

РАЗДЕЛ II. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ ПРОБЛЕМЫ В ОБЛАСТИ ОГНЕВОЙ И ТАКТИКО-СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Агаркова И.В. Взаимодействие силовых ведомств в условиях чрезвычайных ситуаций (на примере катастрофического паводка лета 2019 года в городе Тулун Иркутской области)	149
Афанасьев А.В., Рогушкин М.С. Роль образовательных организаций системы МВД России в методическом обеспечении обучения сотрудников органов внутренних дел технике обращения с новыми образцами стрелкового оружия.....	151
Бакулин Н.П. Актуальные вопросы совершенствования навыков парковки полицейских (водителей) специального автотранспорта «автозак» с использованием учебного комплекса этапирования подозреваемых и обвиняемых на основе вагонзака	155
Вагайцева Ю.В., Монш Т.А. К проблеме противодействия биотерроризму	158
Васильев М.А. Особенности и проблемы в деятельности сотрудников полиции в сфере противодействия незаконному обороту наркотических средств и психотропных веществ	160

Гамзина А.В. К вопросу о проблемах деятельности силовых ведомств в условиях ЧС мирного времени (на примере тушения лесных пожаров 2019 года в Иркутской области и Красноярском крае)	163
Голубев И.В. Составляющие предупреждения о намерении применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.....	166
Горлов О.Ю. Контрснайперская подготовка для сотрудников органов внутренних дел в рамках курсов повышения квалификации	170
Гричанов А.С. О некоторых особенностях формирования профессиональных умений и навыков у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России посредством прикладной физической подготовки.....	173
Гумерова О.Ю. К вопросу о возможности повышения эффективности методики огневой подготовки при обучении граждан, впервые принимаемых на службу в органы внутренних дел.....	177
Каменецкий К.С., Игнатенко Ю.Е. Особенности организации и осуществления служебно-профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел в ходе мероприятий по ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.....	179
Каримов А.А., Пуляевская Л.Н. Некоторые вопросы подготовки курсантов образовательных организаций МВД России к тактическим действиям в условиях чрезвычайных обстоятельств.....	182
Койнов М.Ю. Предупредительный выстрел как демонстрация намерения применить огнестрельное оружие.....	184
Костин А.В., Мясников Ю.М. Некоторые особенности подготовки сотрудников полиции к сдаче контрольных нормативов по стрельбе из пистолета Макарова.....	188
Косяченко В.И., Пахомов М.Е. Вопросы совершенствования индивидуальной служебно-боевой подготовки слушателей к действиям при чрезвычайных обстоятельствах	190
Лагутин А.Г., Беляков А.А. Особенности обучения курсантов на занятиях по тактико-огневой подготовке.....	194
Литвин Д.В. Личностная составляющая профессиональной готовности сотрудника к действиям, направленным на реализацию силовых полицейских функций	198
Литвиненко А.Г., Колинченко А.Д. Приемы, применяемые на занятиях по огневой подготовке, для стабилизации эмоционального состояния обучающихся.....	201
Мещерякова Е.И., Пугачев А.В. Совершенствование техники стрельбы сотрудников органов внутренних дел с применением интерактивных методов	204
Моисеенко А.А., Злотникова К.А. Влияние служебно-прикладных видов спорта на профессиональную подготовку участковых уполномоченных полиции.....	208
Мокрый Ю.В. Контролирующий компонент концептуальных положений методики огневой подготовки курсантов высших учебных заведений войск национальной гвардии Российской Федерации	210
Морозов Д.В. Формирование методик обучения огневой подготовке сотрудников органов внутренних дел	214

Николаев Н.О. Цели и задачи учебного предмета огневая подготовка в системе повышения квалификации сотрудников органов внутренних дел	216
Подлиняев О.Л., Каримов А.А. Экстремальные виды спорта как средство профилактики девиантного поведения у учащейся молодёжи.....	220
Подрезов А.А., Кан Л.В. Инновационные подходы в методике обучения сотрудников органов внутренних дел совершенствованию навыков тактико-технических действий по применению огнестрельного оружия в оперативно-служебной деятельности	223
Пономарев Н.Н., Скобликов Р.В., Толстихин А.Н. О формировании и поддержании навыков стрельбы из пистолета на коротких и средних дистанциях.....	229
Родионов Е.А., Фирюлин М.Е. Особенности личной безопасности сотрудников полиции при несении службы в особых условиях	233
Самойленко В.В., Пинчук А.А. Внедрение элементов армейской тактической стрельбы в процесс обучения курсантов огневой подготовке в военном авиационном вузе	236
Самороковский А.Ф., Орленко С.В. Применение интерактивного метода обучения «ролевая игра» при проведении занятий по тактико-специальной подготовке	239
Тюкин В.Г., Лякутина М.А. Противодействие террористическим угрозам как одно из основных направлений деятельности органов внутренних дел.....	242
Устиловская О.В., Логвинов Е.В. Использование современных методик спортивной подготовки стрелков в процессе профессионального обучения сотрудников органов внутренних дел	244
Фисенко А.Н., Никитин Н.М. Требования к упражнениям армейской тактической стрельбы для курсантов военного авиационного вуза	247
Фисенко Н.А. Роль армейской тактической стрельбы в совершенствовании огневой выучки курсантов военного авиационного вуза	250
Шахмаев М.М. Предупреждение и пресечение чрезвычайных ситуаций органами внутренних дел МВД России на современном этапе развития общества	254
Ширинкин Н.А. Комплекс упражнений, направленный на формирование у сотрудников правоохранительных органов хвата и выведения короткоствольного оружия в цель	257
Шкуро А.П., Тен Н.А. Развитие и совершенствование специальной выносливости мышц глаз в пулевой стрельбе.....	261

РАЗДЕЛ III. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ, СОЦИОЛОГИЧЕСКИЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Апальков А.В., Леонова Е.Р. Роль физического воспитания в психологической подготовке курсантов образовательных организаций МВД России	264

Березнев А.В. Теоретические подходы к формированию нравственно-волевых качеств личности курсантов образовательных организаций МВД России	267
Бобровик А.П., Кривобоков А.Д. Профилактика профессионального «выгорания» у профессорско-преподавательского состава образовательных организаций МВД России средствами физической подготовки	271
Бояркина А.А. Анализ специфической реакции сердечно-сосудистой системы на длительную работу на компьютере у студентов 4 группы здоровья	275
Булычева Н.А. Особенности выполнения студентами корригирующих физических упражнений при заболеваниях опорно-двигательного аппарата ...	279
Веселов Е.А., Хаченкова К.Ю. Значимость общеразвивающих упражнений как профилактики травматизма на занятиях по физической подготовке	282
Врублевский Е.П., Лашкевич С.В. Особенности стартовой реакции у бегунов на 100 и 400 метров.....	285
Гайгуров А.Л., Недавняя И.Ю. Определение уровня физической подготовленности студентов на основании проведения тестов комплекса «Алпомыш и Барчиной»	289
Гаськов А.В. Факторная структура физической подготовленности стрелков из арбалета.....	291
Двойникова Е.С., Кулакова В.О. Взаимосвязь физического и социального становления молодежи	295
Ибрагимов И.Н., Яковлев Д.С. Характеристика соревновательной деятельности курсантов, занимающихся гиревым спортом	297
Калашникова Р.В., Веселова А.Е. Аспекты психологической подготовки футболистов	301
Калашникова Р.В., Лелявина А.К. Тенденции в использовании биологически активных добавок среди студентов, занимающихся функциональными тренировками	304
Кожедуб М.С. Особенности динамики показателей биоимпедансометрии легкоатлетов в связи с биоритмологией женского организма	307
Козлов Р.С., Ашхамахов К.И. Педагогическая направленность в структуре аталычества у адыгов	310
Койпышева Е.А., Зайцева А.А. Выявление мотивации, побуждающей студенток ИРНИТУ к самостоятельным занятиям физической культурой	313
Койпышева Е.А., Матросова А.И. Определение правильного питания Первокурсников ИРНИТУ	317
Кокова Е.И., Копылов Ю.А. Медико-биологические характеристики выпускников общеобразовательной школы как фактор успешности образовательного процесса обучающихся высших учебных заведений	320
Костин Д.С. О материальном обеспечении огневой и физической подготовки в системе МВД России	323
Косырева И.И. Здоровье студентов и систематическая физическая активность	327
Кузнецов Б.В. Особенности разработки и использования рабочих программ по физической культуре в Центральном филиале Российского государственного университета правосудия	331
Куркина Л.В. Использование здоровьесберегающих мероприятий при формировании культуры здоровья у студенческой молодежи.....	334

Любаков А.А., Шаров П.В. Влияние современных методик на повышение качества обучения в высших образовательных организациях (на примере образовательных организаций силовых структур).....	39
Малыхин А.В., Мелкумова Ю.О. Средства физической культуры – основные способы повышения профессиональной работоспособности студентов	342
Миронов И.Л. Диалектика духовного и физического воспитания в профессиональной подготовке сотрудников органов внутренних дел	345
Овчинникова Е.И., Березина М.А. О результатах оценки уровня профессиональной успешности тренеров по фигурному катанию на коньках	347
Панов Е.В., Филиппович В.А. Предложения по совершенствованию и проблемные моменты спартакиады среди образовательных организаций МВД России по служебно-прикладным видам спорта	351
Политов А.В., Фофанов А.М., Коваленко В.Н. Уровень физической подготовленности выпускников образовательных организаций Министерства обороны Российской Федерации	353
Попов С.Е., Володько О.А. Планирование объема и интенсивности физических нагрузок с учетом умственной учебной нагрузки студентов медицинского университета, занимающихся легкой атлетикой	358
Свечкарев В.Г. Профессиональный спорт как метод управления обществом.	361
Свешникова В.О., Нестеров А.Ю. Анализ влияния микроциклов на организм спортсменов в предсоревновательном периоде в зимнем служебном двоеборье	365
Шкондина И.Е. Взаимосвязь двигательной активности, функционального состояния и физической работоспособности студентов в процессе подготовки к выполнению учебных нормативов комплекса «Алпомыш и Барчиной»	368
Шохирев В.В., Фомин В.А. И.Н. Жуков – Основатель скаутского движения в Восточной Сибири	371
Щадилова И.С., Войнова Е.В. Фехтование как направление элективных курсов по физической культуре	376
Яковлев А.Н., Врублевский Е.П., Севдалев С.В. Психолого-педагогические особенности здоровьесберегающих и телесно формирующих технологий физкультурно-спортивной деятельности	379
Яловенко О.В., Якушев Э.В. Анализ эффективности использования мобильных устройств для мотивации к занятиям физической культурой и спортом	382
Ярмоленко Н.В. Особенности формирования математической компетенции сотрудников силовых ведомств как условие качественной профессиональной подготовки специалистов	385

РАЗДЕЛ I.
ОРГАНИЗАЦИЯ И ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ, СЛУШАТЕЛЕЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ И СОТРУДНИКОВ
СИЛОВЫХ ВЕДОМСТВ

УДК 378.172

Алимжанов Аслан Есембаевич, преподаватель кафедры физической подготовки,
Майер Евгений Владимирович, преподаватель кафедры физической подготовки,
Омская академия МВД России,
Россия, 644092, г. Омск, пр. Комарова, 7,
e-mail: 1991pashtet@mail.ru

ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ
ПРИЕМАМ РУКОПАШНОГО БОЯ

Аннотация. В данной работе описываются проблемы подготовки и обучению приемам рукопашного боя сотрудников полиции. Приведены примеры обучения сотрудников полиции.

Ключевые слова: физическая подготовка, сотрудники полиции, специальная подготовка, физическая подготовка, рукопашный бой.

Система оценки подготовки сотрудников полиции приемам рукопашного боя, позволяет оценить навыки лишь на несопротивляющемся партнере. Данная система оценки лишь упрощенно и не полностью характеризует степень готовности сотрудника к силовому задержанию и активной самообороне. Все же недостаточно высокий уровень подготовки сотрудников полиции оценен именно по более простой системе. Наиболее сложная система оценила бы эту подготовку еще ниже.

Совершенствование подготовки сотрудников полиции приемам рукопашного боя в соответствии с современными требованиями оперативно-служебной деятельности заключается в создании для них системы подготовки на основе накопленного опыта при опоре на современную педагогическую науку. Совершенствование боевых навыков и умений у сотрудников полиции является главной задачей профессионально-прикладной физической подготовки [1, 3].

Во время освоения полицейскими приемам рукопашного боя, необходимо учитывать то, что во время обучения ошибки нужно предупреждать и исправлять на начальном этапе. Правильности выполнения приемов и ударов будут способствовать доходчивое объяснение правильности выполнения. Это также позволит избежать тактико-технических ошибок.

В настоящее время усовершенствование физической подготовки, сводится к применению моделирования различных ситуаций, которые могут возникнуть в служебной деятельности сотрудников полиции. Именно моделирование ситуаций – это первое, что может принести ожидаемый результат [2, 5].

Нападение преступника на полицейского или его сопротивление дают основания пресекать это с помощью применения физической силы. Для этого можно использо-

вать удары руками, ногами и приемами борьбы, что позволит обеспечить эффективное и быстрое задержание преступника. Обучая сотрудника приемам рукопашного боя необходимо применять различные сложные технические действия. Поэтому для отработки определенных технических действий и движений полицейскому необходимо обладать высоким уровнем физической подготовки и морально-психологической подготовки [4, 6].

Пресечение преступления, в тот момент, когда правонарушитель активно сопротивляется, обязывает полицейского выполнить определенный комплекс действий, которые соответствуют ситуации. Эти действия должны быть направлены на задержание преступника и не должны противоречить закону.

Главное внимание необходимо все же выделять приемам борьбы, которые применяются полицейскими при задержании. Все обучение делится на несколько этапов:

1. Изначально обучение начинается с освоения техники передвижения, стойки и кувырков.

2. На втором этапе, как правило, изучается техника захватов и бросков. Это обусловлено тем, что задержание начинается с захвата преступника.

3. Следующим этапом является освоение удушающих приемов, различных рычагов и загибов руки.

4. Четвертым этапом является изучение техники нанесения ударов руками и ногами.

5. На данном этапе изучается техника бросков различного варианта исполнения

6. Последним этапом является изучение приемов рукопашного применения полицейских дубинок.

Таким образом, совершенствование обучению рукопашному бою сотрудников полиции в соответствии с требованиями их служебной деятельности видятся в применении для них системы подготовки на основе накопленного опыта. Совершенствование и формирование физических качеств, двигательных умений и навыков у полицейских является основной задачей при этом обучении.

Список использованных источников

1. Овчинников В.А., Галкин В.Н., Плешивцев А.Ю. Профессионально важные физические способности сотрудников органов внутренних дел России // Вестник Волгоградской академии МВД России. 2013. № 4. С. 172-177.

2. Баркалов С.Н., Баученков А.В., Хархардин О.В. Учет специфики служебной деятельности в огневой и физической подготовке сотрудников ОВД. Орел, 2006.

3. Баркалов С.Н., Флусов Е.В., Струганов С.М. Актуальные аспекты обучения боевым приемам борьбы в системе физической подготовки сотрудников полиции // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2019. № 2. С. 3-10.

4. Герасимов И.В. Содержание физической подготовки курсантов вузов МВД. Орел: ОрЮИ МВД России, 2003.

5. Махов С.Ю., Губанов Э.В. Формирование волевых качеств спортсменов-рукопашников // Наука-2020. 2018. № 5 (21). С. 45-55.

6. Панова О.С. Особенности обучения технике рукопашного боя в образовательных организациях МВД России // Современное состояние и проблемы предварительного следствия в органах внутренних дел России : сборник тезисов и статей Международной научно-практической конференции. Составитель: Васильев Д.В., Редколлегия: Бирюков С.Ю., Шувалов Н.В., Кайргалиев Д.В. 2018. С. 257-260.

7. Старицин Д.С., Струганов С.М. Необходимость внедрения приемов из арсенала армейского рукопашного боя в профессиональную деятельность сотрудников полиции // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: Материалы XVII Международной научно-практической конференции. Иркутск: ФГКОУ ВПО ВСИ МВД России, 2015. С. 156-158.

8. Струганов С.М., Чернигова А.Ю. Повышение эффективности обучения курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств боевым приемам борьбы в экстремальных ситуациях // Экстремальные ситуации, конфликты, социальное согласие: материалы восемнадцатой международной научно-практической конференции; технический редактор В.М. Щукин. М. : Академия управления МВД России, 2016. С. 308-313.

УДК 796.011.3

Баркалов Сергей Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент,
начальник кафедры физической подготовки и спорта,
Орловский юридический институт МВД России имени В.В. Лукьянова,
Россия, 302027, г. Орел, ул. Игнатова, 2,
e-mail: barkalov2009@mail.ru

К ВОПРОСУ О СПЕЦИАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Аннотация. Физическая подготовка курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России должна обеспечивать их готовность к эффективному выполнению служебных обязанностей, причем процесс обучения должен иметь специальную направленность, обеспечиваемую не только использованием тренировки комплексного воздействия, но и элементами принятия решений, созданием конкретных ситуаций служебного характера с необходимостью выбора двигательных действий, способствующих развитию профессионального интеллекта.

Ключевые слова: физическая подготовка, специальная направленность, специфика служебной деятельности, комплексная тренировка, принятие решений, выбор двигательных действий.

Успешное осуществление правоохранительной деятельности в условиях современного развития страны и общего реформирования системы МВД России требует выработки новых подходов к осуществлению профессиональной подготовки личного состава органов внутренних дел. В этой связи одной из основных ее задач, которые определены Порядком организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации, утвержденным приказом МВД России от 05.05.2018 № 275, является постоянное совершенствование профессионального мастерства сотрудников, при этом особое внимание обращается на качество занятий, актуальность изучаемых тем применительно к специфике решаемых оперативно-служебных задач, полноту отражения в содержании занятий специфических требований к выполнению служебных обязанностей по предназначению. Другими словами,

подготовка кадров в органах внутренних дел должна быть профессионально ориентирована, что, прежде всего, предполагает дифференцированный подход в обучении, учитывающий весь спектр особенностей характера и условий правоохранительной деятельности.

Физическая подготовка, как неотъемлемая часть профессиональной подготовки сотрудников ОВД, должна обеспечивать их готовность к эффективному выполнению служебных обязанностей, причем процесс обучения в зависимости от содержания оперативно-служебной деятельности должен иметь специальную направленность, в основном обеспечиваемую использованием физических упражнений, наиболее ориентированных на подготовку к действиям в условиях, связанных с применением физической силы. То есть физическая подготовка должна проявляться в целенаправленном воспитании значимых в силовом единоборстве физических качеств и формировании прикладных двигательных умений и навыков. Об этом неоднократно высказывались специалисты, в работах которых отмечается, что образовательные, воспитательные и развивающие функции физической подготовки должны реализовываться в условиях специализированной системы обучения, предусматривающей организацию занятий применительно к эффективному решению практических задач силового пресечения противоправных действий и задержания лиц, их совершивших (преследование правонарушителя на местности; задержание правонарушителей, оказывающих неповиновение или сопротивление; силовое единоборство с невооруженным или вооруженным правонарушителем и др.) [1, 2, 3, 4].

Идея специальной направленности физической подготовки последовательно развивалась в Вооруженных Силах и впервые была обоснована Т.Т. Джамгаровым и Л.А. Вейднер-Дубровиным. Она основывалась на том, что развитие специальной техники и вооружения приводило к возрастанию различий в характере физических нагрузок и двигательных навыков у представителей разных специальностей и к сокращению возможности прямого переноса физической тренированности на профессиональную деятельность. По мнению авторов это требовало специальной организации физической тренировки военнослужащих, опыт подготовки которых свидетельствовал о том, что в условиях жесткого лимита бюджета учебного времени процесс обучения должен носить ярко выраженную профессиональную (специальную) направленность.

В этой связи при изучении многочисленных источников, регламентирующих организацию физической подготовки в учебных заведениях Министерства обороны, гражданских образовательных учреждениях и образовательных организациях других ведомств, ознакомлении с опытом подготовки полицейских за рубежом, специалистами были разработаны основные положения специальной направленности физической подготовки сотрудников ОВД, в том числе курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России [5, 6, 7, 8].

Обоснование ее содержания, методики и форм было направлено на оптимальное сочетание служебно-боевой прикладности с эмоциональной привлекательностью и экономической рациональностью обучения, что в полной мере позволяло реализовать технологию заблаговременного обеспечения физической подготовленности курсантов и слушателей к предстоящей оперативно-служебной деятельности в подразделениях органов внутренних дел. Результаты проведенных исследований реализовались в виде выполнения комплексных заданий со специальной направленностью [9, 10, 11].

Так, например, в содержание таких занятий включались: физические упражнения общеразвивающего характера, выполняемые по круговому методу, затем на фоне полученной физической нагрузки выполнялись упражнения в стрельбе из пистолета в

тире, а после преодоления полосы препятствий единоборство с «правонарушителем» в виде учебно-тренировочного спарринга, после чего преодоление полосы препятствий осуществлялось в обратном направлении с последующим выполнением серии упражнений с общеразвивающей нагрузкой [12].

Безусловно, содержание такой тренировки комплексного воздействия оказывает результативное влияние на повышение уровня общефизической подготовленности, функционального состояния и специальной двигательной готовности обучающихся. Однако в ней нет элемента выбора решения, и она содержит установку только на поражение цели при стрельбе и победу над «правонарушителем» в единоборстве.

На наш взгляд, к специально направленной физической подготовке сотрудников ОВД нельзя подходить только с позиций развития служебно-прикладных навыков и физических качеств, а необходимо ее рассматривать с позиций комплексного влияния на совершенствование механизма управления двигательной деятельностью, которая носит ярко выраженный осознанный характер. Такой подход определяется тем, что в служебной деятельности сотрудников любого подразделения ОВД существует своя специфика. Так, например, в одних подразделениях преобладает работа с документами, определяющая гиподинамический режим, в то же время патрульно-постовая и дорожно-патрульная службы характеризуются повышенными требованиями к преимущественному развитию координационных способностей, быстроты и точности двигательных реакций и действий, устойчивости внимания и других мыслительных операций [13, 14, 15].

Безусловно, физическая подготовка, как и другие изучаемые в образовательных организациях МВД России учебные дисциплины, должна способствовать формированию у обучающихся профессионально-прикладных знаний, навыков и умений. Но так как процесс обучения воздействует комплексно на весь организм курсантов и слушателей, то следует рассматривать и физическую подготовку как средство не только совершенствования физических качеств и освоения прикладных двигательных действий, но и как средство воздействия на ментальные механизмы обучающихся. Это требует конкретизации характеристики и принципов построения системы специальной направленности физической подготовки, которая должна быть обусловлена особенностями оперативно-служебной деятельности сотрудника того или иного конкретного подразделения. Причем необходимо также учесть, что профессионализм сотрудника, помимо прочего, характеризуется перспективой видения им вариантов решения неожиданно возникших ситуаций, быстрым ориентированием в сложной постоянно меняющейся обстановке, способностью к реализации принятого решения своими быстрыми действиями, разумным проявлением властных полномочий и порядительности. Такая деятельность проявляется через язык образов, действий, эмоций и неразрывно связан с мотивационной сферой, волей, эмоциональным настроением сотрудника [12].

Практика убедительно показывает, что в любой сфере деятельности человека его профессиональное мастерство прямо пропорционально трудовому стажу. Как правило, оно формируется в конечном виде к 15-17 годам службы. Данное обстоятельство должно нацеливать педагогов на поиск таких средств, которые за время обучения «спрессовали» бы опыт работы выпускника, уходящие на его адаптацию к условиям служебной деятельности, осознание ее специфики, вхождение в должность, приобретение навыков работы, формирование профессиональной зрелости и мастерства [12].

Этот фактор обуславливает необходимость использования нетрадиционных методов и средств в образовательном процессе для развития профессионального интел-

лекта будущих сотрудников ОВД. Поэтому целесообразно в ходе занятий по физической подготовке не ограничиваться выполнением только физических упражнений с установкой как можно быстрее «догнать», только «задержать», непременно «поразить правонарушителя» и т.д. Существенное влияние на формирование профессионально важных качеств, умений и навыков оказывают создание конкретных ситуаций служебного характера с необходимостью выбора двигательных действий.

Кроме того, специально направленная физическая подготовка курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России, помимо формирования у них способностей к обеспечению личной безопасности и безопасности граждан в условиях непосредственного силового противоборства с правонарушителями, должна включать и второе направление – подготовка к эффективному выполнению служебных обязанностей в рамках повседневной служебно-профессиональной деятельности с учетом широкого спектра ее особенностей (регламент, климатические и санитарно-гигиенические условия службы, двигательный режим и психические нагрузки, профессиональные вредности и др.).

Список использованных источников

1. Губанов Э.В., Подрезов И.Н. Развитие профессионально значимых физических качеств у курсантов вузов МВД России // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов: сборник статей. Орел: ОрЮИ МВД России имени В.В. Лукьянова, 2018. С. 78-80.
2. Еремин Р.В. Профессионально-прикладная физическая подготовка как одно из направлений обучения слушателей вузов МВД России // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 3 (76). С. 124-126.
3. Калашников А.Ф., Панферов Р.Г. Формирование профессиональной компетентности курсантов вузов МВД России, обучающихся по профилю ГИБДД, средствами физической подготовки // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов: сборник статей. Орел: ОрЮИ МВД России имени В.В. Лукьянова, 2018. С. 111-115.
4. Панферов Р.Г. Физическая подготовка как неотъемлемый элемент оперативно-боевой подготовки сотрудников органов внутренних дел // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 76-79.
5. Герасимов И.В. Содержание специально направленной физической подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России с использованием спортивных и подвижных игр (на примере подготовки оперуполномоченных уголовного розыска): дис. ... канд. пед. наук. СПб. 2003. 222 с.
6. Калашников А.Ф., Савкин А.Н., Еремин Р.В. Специальная направленность физической подготовки курсантов к службе в подразделениях ГИБДД: учебное пособие. Орел: ОрЮИ МВД России, 2008. 61 с.
7. Моськин С.А., Губанов Э.В. Специальная направленность физической подготовки сотрудников правоохранительных органов // Физическая культура и спорт в системе профессионального образования: опыт и инновационные технологии физического воспитания: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Екатеринбург: УрЮИ МВД России, 2018. С. 101-106.
8. Подрезов И.Н. Специальная направленность физической подготовки сотрудников ГИБДД на примере физических качеств, методов и средств их развития // Физическая культура и спорт в системе профессионального образования: опыт и инно-

вационные технологии физического воспитания: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Екатеринбург: УрЮИ МВД России, 2018. С. 127-131.

9. Кузнецов М.Б. К вопросу о комплексных занятиях как основному средству повышения профессиональной компетентности курсантов образовательных организаций МВД России // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 52-57.

10. Кузнецов М.Б., Осипов Д.В. Комплексное применение средств физической подготовки на практических занятиях с курсантами и слушателями образовательных организаций МВД России // Актуальные проблемы развития физической культуры слушателей образовательных организаций МВД России: сборник статей. Орел: ОрЮИ МВД России имени В.В. Лукьянова, 2018. С. 99-104.

11. Моськин С.А. Подготовка курсантов и слушателей при помощи комплексных занятий по физической подготовке // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: сборник статей Международной научно-практической конференции. Иркутск: ВСИ МВД России, 2018. С. 121-125.

12. Степанюк В.И. Проблемы обучения курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России специальным мерам административного пресечения // Наука и практика. 2008. № 1 (34). С. 143-148.

13. Баркалов С.Н. Основные направления интенсификации физической подготовки обучающихся по профилю ГИБДД в образовательных организациях МВД России (на примере выпускников, которым предстоит осуществлять дорожно-патрульную службу) // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2016. № 1 (66). С. 23-27.

14. Баркалов С.Н., Флусов Е.В. Исследование особенностей служебной деятельности сотрудников патрульно-постовой службы полиции для целей совершенствования физической подготовки в период профессионального обучения // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 2 (75). С. 129-133.

15. Алдошин А.В. Анализ особенностей профессиональной деятельности операторской направленности у сотрудников ОВД при работе в нештатном режиме // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 3 (76). С. 110-113.

Будаков Амил Намигович, преподаватель кафедры физической подготовки,
Перцев Андрей Константинович, преподаватель кафедры физической подготовки,
Нижегородская академия МВД России,
Россия, 603950, г. Н. Новгород, Анкудиновское шоссе, 3,
e-mail: poll-kilo@mail.ru

ГРУППОВОЕ ЗАДЕРЖАНИЕ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО НЕЙТРАЛИЗАЦИИ ПРЕСТУПНИКА

Аннотация. В данной статье рассматриваются вопросы необходимости разработки методики группового задержания в высших учебных заведениях системы МВД России для успешной нейтрализации преступника в практической деятельности

Ключевые слова: органы внутренних дел, задержание, групповое задержание, тактика, нейтрализация преступника.

С каждым днём работа сотрудников полиции становится все менее безопасной и более тяжелой. Каждый год от рук людей, нарушающих закон, погибают, получают увечья или становятся инвалидами тысячи сотрудников органов внутренних дел. Рецидивисты, преступники, нарушители правопорядка, обычно подготовленные молодые люди, обладающие навыками боевых схваток. Слабо обученные, плохо подготовленные или физически неразвитые сотрудники полиции рискуют лишиться жизни и здоровья. Не задержав преступника, сотрудник не только опорочит свою честь, но и честь всей системы МВД. Он еще раз докажет, что совершив преступление, можно остаться безнаказанным.

Обучение задержанию преступников, а также развитие общей физической подготовки происходит на занятиях по физической подготовке. В рамках физической подготовки изучаются боевые приёмы борьбы, а также техника защиты и нанесение ударов. Чтобы продолжить дальнейшую службу в ОВД сотрудник должен освоить специальную базу, без которой он не сможет успешно проводить задержания, а также защитить себя либо других граждан от насильственных посягательств.

Стоит отметить, что существуют различные пособия индивидуального задержания преступника, к примеру, существует учебно-методическое пособие «Методика самостоятельной подготовки к выполнению контрольных упражнений общей физической подготовки и демонстрации боевых приемов борьбы». В учебном пособии авторы (С.В. Кузнецов, А.Н. Волков) рассматривают порядок действий задержания лиц единолично. Но что, если преступник превосходит сотрудника в массе, росте, физических навыках или же боевой подготовке? Встаёт вопрос о разработке учебного пособия группового задержания как для подготовки курсантов высших учебных заведений системы МВД России, так и для переподготовки или повышения квалификации уже действующих сотрудников ОВД.

На сегодняшний день существует проблемный аспект. Дело в том, что методически система не развивается. Не нашлось людей, которые бы смогли сгруппировать и систематизировать многолетний опыт практических сотрудников ОВД. Существует лишь только идея важности задержания группой.

Успех при задержании обусловлен четкой организацией подготовки к нему. Ни для кого не секрет, что в практической деятельности уровень эффективности задержания зависит от количества сотрудников, которые будут задействованы в проведе-

нии операции. Действия оперативной группы должны быть так спланированы и осуществлены, чтобы преступник не скрылся, при этом необходимо обеспечить безопасность посторонних лиц и других сотрудников полиции.

Определений количественного и качественного состава участников осуществляется исходя из количества задерживаемых, информации о личности, уровне подготовки, ожидаемом сопротивлении, месте задержания. Минимально рекомендуемое количество участников – два-три сотрудника ОВД на одного задерживаемого. В большинстве случаев целесообразно будет разделение ролей между участниками группы.

Стоит разобрать технико-тактическую подготовку взаимодействия при силовом задержании. Разберём несколько примеров, чтобы заложить базу в данной области.

I. Задержание оказывается путём обхвата руки (рис. 1, 2, 4) или шеи (рис. 3) задерживаемого. При необходимости, нанося из этих положений удары коленом в пах, пяткой в подъем, носком в голень или проводя удушающий прием.



Рис. 1.



Рис. 2.



Рис. 3.



Рис. 4.

II. Взаимодействие при задержании в схватке (рис. 5).

1. Сотрудник № 1 подходит сзади и блокирует левую руку.
2. Сотрудник № 2 подходит спереди и одновременно с № 1 наносит расслабляющие удары руками и ногами и проводит на правую руку болевой приём.

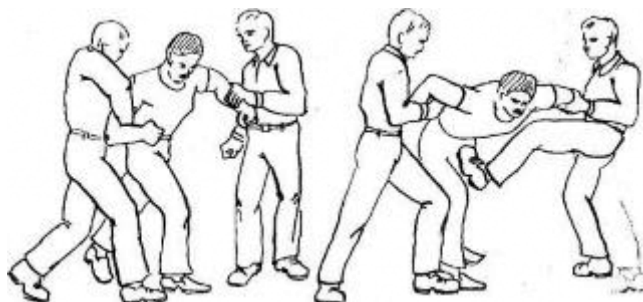


Рис. 5.

III. Оказание помощи при задержании.

1. Сотрудник №1 подходит спереди и крепко держит преступника за одну из его рук.
2. Сотрудник № 2 проводит загиб другой руки за спину:
 - а) Нырком (Рис. 6).

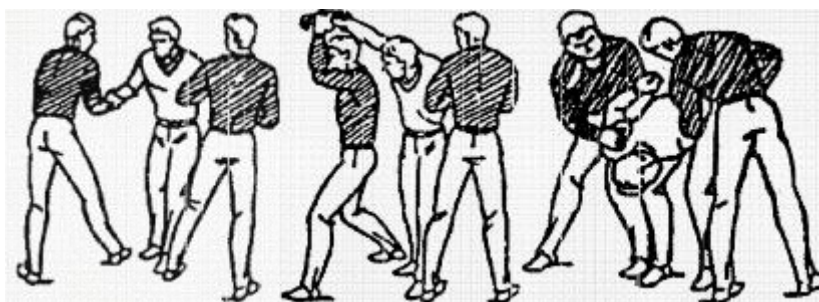


Рис. 6.

- б) Рычагом локтя (рис. 7).



Рис. 7.

Исходя из выше изложенного, стоит отметить, что данный аспект необходимо систематизировать и ввести в учебную программу по физической подготовке. Это увеличит показатель эффективности задержаний в органах внутренних дел. Курсанты, будучи действующими сотрудниками, уже изначально будут знать, как грамотно и в рамках действующего законодательства проводить задержания.

Список использованных источников

1. Кузнецов С.В., Волков А.Н. Методика самостоятельной подготовки к выполнению контрольных упражнений общей физической подготовки и демонстрации боевых приемов борьбы. НА МВД России, 2017.
2. Уголовно-процессуальный кодекс Российской Федерации от 18.12.2001 N 174-ФЗ (ред. от 02.08.2019).
3. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях от 30.12.2001 N 195-ФЗ (ред. от 02.08.2019).
4. Вершинина С.И. О проблемах правовой регламентации уголовно-процессуального задержания подозреваемого.
5. Абдрахманов Р.С. Понятие уголовно-процессуального задержания // Российский следователь. 2014. № 5. С. 18-22.
6. Березина Е.С., Гирько С.И. Правовой институт задержания подозреваемого: история, современное состояние, перспективы развития: Монография. М.: ВНИИ МВД России, 2010. 210 с.
7. Баркалов С.Н., Флусов Е.В. Методические подходы к обучению сотрудников патрульно-постовой службы полиции взаимодействию при силовом задержании правонарушителя // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2018. № 3. С. 8-12.
8. Баркалов С.Н., Флусов Е.В. Исследование особенностей служебной деятельности сотрудников патрульно-постовой службы полиции для целей совершенствования физической подготовки в период профессионального обучения // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 2 (75). С. 129-133.
9. Моськин С.А. Роль физической подготовки в профессиональном обучении курсантов и слушателей для практической деятельности в ОВД // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 104-109.

УДК 351.74

Волков Александр Николаевич, кандидат педагогических наук,
заместитель начальника кафедры физической подготовки,
Кузнецов Сергей Вячеславович, кандидат психологических наук, доцент,
заместитель начальника кафедры физической подготовки,
Нижегородская академия МВД России,
Россия, 603950, г. Нижний Новгород, ул. Анкудиновское шоссе, 3,
e-mail: wolkow.70@mail.ru

БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ БОЕВЫХ ПРИЁМОВ БОРЬБЫ

Аннотация. Авторы, анализируя содержание VII главы «Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации», на примере одного из приемов ограничения свободы передвижения рассматривают биомеханическую, анатомическую, технико-тактическую и методическую сущность боевых приёмов борьбы.

Ключевые слова: физическая подготовка сотрудников полиции, Наставление, структура боевых приёмов борьбы, загиб руки за спину рывком.

Боевые приемы борьбы – это эффективные и правомерные способы физического воздействия сотрудников полиции на граждан, в том числе и с применением специальных средств для принуждения их к выполнению законных требований, если ненасильственные способы не обеспечивают выполнения возложенных на полицию обязанностей. Эти приемы и действия описаны в (далее – Наставление) [1].

В двигательном плане прием – это совокупность операций, составляющая результирующую часть атакующего, контратакующего или защитного действия [2].

В соответствии с п. 53.4.1. Наставления структура боевого приема борьбы складывается из пяти операций: 1) навязывание хвата и подготовка к выведению из равновесия и (или) нанесению расслабляющего удара; 2) выведение из равновесия и (или) нанесение расслабляющего удара; 3) реализация его технической основы; 4) подготовка (переход) к действиям физического контроля, сковывания, сопровождения; 5) сковывание (удержание), сопровождение под воздействием болевого приема.

Представление операциональной структуры боевого приема борьбы обуславливает в необходимой и достаточной мере содержание и структуру ориентировочной основы действия, степень овладения которой и предопределяет способность его эффективного применения в условиях практической деятельности.

Важно иметь в виду, что описание боевого приема борьбы в соответствующей статье (пункте) Наставления не является описанием его операциональной структуры. Оно – описание – лишь в самых общих чертах раскрывает кинематическую структуру приема, то есть «внешнюю картинку» способа его выполнения. Его правильная интерпретация невозможна без знания специальной (спортивной) терминологии, синтаксических правил описания движений относительно друг друга во времени. Оно изначально неполно и рассчитано на его дополнение наглядным примером.

Описание и иллюстрация боевого приема борьбы позволяют только создать образ того, как выполняется боевой прием борьбы. Для представления сущности приема, то есть понимания того, почему он выполняется именно так, а не иначе необходимо знать его анатомическую, биомеханическую и технико-тактическую сущность.

Собственно, описание примера экспликации операциональной структуры боевого приема борьбы и составляет предмет этой статьи.

Обратимся к описанию в Наставлении загиба руки за спину «рывком» [1. п. 57.3]: «Захватить левой рукой правое предплечье ассистента сверху (большой палец в сторону кисти). Нанести расслабляющий удар правой голенью по внутренней стороне правого бедра или локтем правой руки в грудь. Правой рукой захватить его руку за плечо (ближе к локтю сверху или снизу) и резко потянуть к себе («рвануть»). Отпуская предплечье, быстро переместить левую руку под него, и, загибая руку ассистента за спину, захватить ладонью локоть. Прижимая предплечье и локоть своей руки к его спине, надавить на локоть вниз, а другой рукой захватить за плечо (одежду на его плече, ворот) либо за подбородок снизу, встать к нему боком. Сопроводить, сковывая подвижность загибом руки за спину».

Анатомическим механизмом этого болевого приема выступает выкрут (вращательное движение руки в плечевом суставе) вперед к пределу его пассивной (анатомической) подвижности. Собственно, это действие и вызывает непереносимое болевое воздействие на мышцы и связки плечевого сустава.

Биомеханической сущностью основного механизма болевых приемов, как известно выступает модель кинематической пары. Кинематическая пара в биомеханике это соединение двух звеньев (частей тела), обеспечивающее определенное относительное движение. Для всех кинематических пар необходимый постоянный контакт

между их звеньями достигается посредством суставного соединения. Механизм приема составляет выкрут руки назад (относительно туловища) в плечевом суставе с фиксацией (удержанием) туловища хватом за плечо.

Понимание технико-тактической сущности приема основывается на представлении о том, что для выполнения загиба руки за спину рывком в условиях противодействия необходимо это противодействие (сопротивление) ослабить или исключить совсем. Это достигается выведением противника из равновесия или расслабляющим ударом. «Расслабляющий удар – это удар, который, не причиняя вреда здоровью человека, позволяет на мгновение изменить его мышечный тонус, обеспечивая тем самым ослабление мышечного напряжения, межмышечной и двигательной координации, сосредоточения внимания, утрату устойчивости, равновесия».

Технико-тактическая сущность приема представляет собой взаимосвязанную структуру последовательно решаемых пяти двигательных задач: 1) создании условий (навязывание своего хвата, принятие относительно противника выгодного взаимоположения, стойки) для эффективной подготовки атаки и преодоления защиты атакуемого; 2) приложение сил в благоприятный момент ситуации с целью выведения атакуемого из равновесия или же нанесение удара, вызывающего его неспособность произвольно координировать свои действия; 3) осуществление основного механизма приема; 4) создание условий для осуществления контроля атакуемого; 5) выполнение необходимого захвата с целью осуществления контроля атакуемого.

Расчленение боевого приема борьбы на операции подразумевает и более полное описание его кинематической структуры (исходные и промежуточные положения; направление, траектория и амплитуда движений), временной структуры (соотношения движений во времени), а также динамической структуры (описания характера, развиваемых мышечных напряжений).

Приведем пооперационное деление боевого приема борьбы на примере уже выбранного нами выше загиба руки за спину «рывком» (табл. 1).

Таблица 1

Операция	Задачи	Действия
1	Подготовка к выведению из равновесия	Положение относительно ассистента: с внутренней стороны захваченной руки; правая нога впереди – правосторонняя стойка; на расстоянии, позволяющем без наклона захватить правую руку ассистента чуть согнутой в локте левой рукой; хват левой рукой за правое предплечье сверху (большой палец в сторону кисти)
2	Выведение из равновесия (и) или расслабляющий удар	Шагая с правой ноги вперед (между ног), отбить правую ногу ассистента назад-влево, нанеся удар правой голенью по внутренней стороне бедра, на расстояние, вынуждающее его оказаться в неустойчивом положении
3	Подготовка и реализация главного механизма приема	Используя неустойчивое положение ассистента,двигающегося назад: не возвращая правую ногу назад, поставить правую ногу в площади его опоры (между ног); захватить правой рукой его левое плечо ближе к локтю сверху (или снизу); шагая левой ногой назад, потянуть («рвануть») его плечо к себе (на себя) и вынудить двигаться ассистента вперед. Используя неустойчивое положение ассистента,двигающегося вперед: отпустить хват левой рукой его правого предплечья; опереться ребром ладони в локтевой сгиб (ладонью в

плечо максимально близко к локтю); шагая правой ногой назад, развернуться направо.

Шагая левой ногой вперед, двигаться в направлении спины ассистента, позволяющем кратчайшим путем прижать локоть левой руки к его спине, а правой рукой потянуться к дальнему плечу (подбородку).

Одновременно упереть локоть левой руки в спину ассистента и захватить левой ладонью его локоть, а правой – дальнее плечо или (подбородок).

Сковывая удержанием за плечо (подбородок) движение туловища ассистента вперед (тянуть к себе), упираясь локтем в спину, надавить ладонью на локоть вниз, не позволяя ассистенту наклониться вперед

4	Подготовка к осуществлению контроля	Не отрывая локоть от спины ассистента и скользя им вдоль спины вверх, добиться выкручивания плечевого сустава вперед к анатомо-физиологическому пределу подвижности
5	Контроль	Сопровождение под воздействием загиба руки за спину

Таким образом, при таком расчленении приема на пять операций смысловая и двигательная структура действия не нарушается. Это выступает главным условием его правильного освоения и совершенствования – от деталей к частям, которые собираются, образуя операцию, которая, в свою очередь, является составляющим компонентом приема в целом.

Список использованных источников

1. Наставление по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 // URL: <http://publication.pravo.gov.ru>: 18.08.2017 г.
2. Шахмурадов Ю.А. Вольная борьба. Научно-методические основы многолетней подготовки борцов. – М.: Высш. шк., 1997. – С. 13.

Волошин Григорий Григорьевич, старший преподаватель кафедры физической подготовки и прикладных единоборств,
Костин Александр Валерьевич, доцент кафедры физической подготовки и прикладных единоборств,
Санкт-Петербургский университет МВД России,
Россия, 198206, г. Санкт-Петербург, ул. Летчика Пилютова, 1,
e-mail: fppe@yandex.ru

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКА ОВД

Аннотация. В статье рассматриваются роль физической подготовки в деятельности сотрудников полиции и развитие профессионально важных физических качеств на уровне, необходимом для успешного выполнения оперативно-служебных задач.

Ключевые слова: сотрудники полиции, физическая подготовка, профессионально важные физические качества.

Полиция Российской Федерации, при фактическом толковании положения нормы, предусмотренной ст. 1 Федерального закон от 07.02.2011 N 3-ФЗ (ред. от 01.04.2019) «О полиции» выполняет ряд особых задач, таких как [1, 2]:

1. Защиты жизни, здоровья, прав и свобод граждан Российской Федерации, иностранных граждан, лиц без гражданства.
2. Оказывает противодействия преступности.
3. Обеспечивает охрану общественного порядка, общественной безопасности и собственности.
4. Осуществляет немедленное реагирование на поступающие сообщения и заявления о преступлениях, административных правонарушениях и происшествиях.
5. Осуществление защиты лиц от противоправных посягательств.

Отмечая данные выполняемые полицией задачи, необходимо отметить, что специфика их связана с ежедневным контактом с антиобщественным элементом, с лицами, не приемлющими общественные нормы и правила поведения, не уважающие конституционные права человека и гражданина, с маргиналами. Нередки случаи возникновения конфликтов, в связи с выполняемой служебной деятельности полиции, между сотрудниками полиции и гражданами, нарушающими нормальное функционирование общественных отношений, которые в некоторых случаях перерастают в одиночные, групповые и даже вооруженные сопротивления, нередко случаи при осуществлении административно-процессуальной, уголовно-процессуальной, оперативно-розыскной деятельности осуществление фактического задержания лиц. Данные мероприятия требуют широкой подготовки сотрудников полиции по различным аспектам.

Показатели общей физической подготовки сотрудника ОВД в наше время являются если не определяющими, то, как минимум одними из важнейших критериев подготовки и работоспособности сотрудников не только профессиональных силовых структур, но и иных подразделений полиции и ведомств [7].

Занятия физической подготовкой всегда являлись инструментом не только здоровья и развития физических качеств, таких как скорость, выносливость, сила, но и прежде всего характера человека, его дисциплинированности и развития, что, без-

условно, идет только на пользу человеку как личности. Из вышесказанного можно сделать выводы, что эффективное выполнение возложенных на полицию обязанностей напрямую зависит от состояния сотрудника полиции, его физической развитости, от его силы, выносливости, ловкости, от его навыков и умений в сфере применения физической силы, в том числе и приемов боевой борьбы [3]. Четко определенны задачи физической подготовки в системе МВД:

1. Развитие и поддержание профессионально важных физических качеств на уровне, необходимом для успешного выполнения оперативно-служебных задач.
2. Формирование двигательных навыков и умений эффективного и правомерного применения физической силы, в том числе боевых приемов борьбы.
3. Поддержание и укрепление здоровья, сохранение продуктивного уровня общей работоспособности, повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов служебной деятельности.

Таким образом, система физической подготовки в системе ОВД направлена на формирование высокого уровня физического состояния сотрудника ОВД [5].

Однако в складывавшейся действительности заметен ряд проблем, который пагубно влияет на физическое состояние сотрудника ОВД. В настоящее время, заметна тенденция снижения физической активности среди практических сотрудников Полиции, вызвано это огромной нагрузкой, спровоцированной нехваткой кадров, тем, что сотрудник полиции должен большое количество личного времени тратить на решение оперативно-служебных задач, так же так же пагубное влияние оказывает на сотрудника систематическое питание в заведениях быстрого питания. Пища, приготовленная в подобных заведениях насыщена быстрыми углеводами, и прочими веществами, способствующими ожирению в случае частого употребления. Пагубное влияние может оказывать несистематический, прерывистый сон. Так же пагубное влияние оказывают постоянные стрессовые ситуации, конфликты в коллективе, которые понижают желание к физической активности. Негативным моментом для физического состояния являются вредные привычки, провоцируемые спецификой профессиональной деятельности, такие как курение и употребление алкоголя.

В таких условиях сотруднику полиции необходимо самостоятельно и систематически уделять время спорту, первоначально необходимо определить цели физических занятий, ими могут быть [4]:

1. Развивающая (то есть направленная на повышение физических показателей).
2. Превентивная (профилактика заболеваний).
3. Восстанавливающая (нормализация состояния организма после различных потрясений).

Далее, после определения цели занятий, необходимо осуществлять самостоятельные тренировки либо в одной, а при возможности в комплексе форм, таких как:

1. Утренняя зарядка.
2. Упражнения в течение рабочего или учебного дня.
3. Самостоятельные тренировочные занятия.

Отсюда следует, что для наиболее эффективного выполнения оперативно-служебных задач сотруднику полиции необходимо самостоятельно и регулярно принимать меры к духовному и физическому самосовершенствованию, отказаться от негативных привычек и самое главное, помнить, что здоровье и физическое состояние сотрудника ОВД, находится в его собственных руках и он, в связи с выбранной профессией ответственен не только перед собой, но и перед всем обществом, которое он защищает.

Список использованных источников

1. ФЗ от 07.02.2011 N 3-ФЗ «О полиции» (Принят ГД 28.01.2011г. Одобрен СФ 2.02.2011).
2. ФЗ «О внесении изменений в ч. 3, ст. 45 ФЗ «О полиции» от 18.06.2017 N 122-ФЗ, (принят ГД ФС РФ 07.06.2017).
3. Баркалов С.Н. Основные направления взаимосвязи физкультурной и профессиональной деятельности // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 5-9.
4. Золотенко В.А. Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки курсантов в ОУ МВД РФ: мат. диссерт. канд. пед. наук: 13.00.08 / Золотенко В.А. СПб, 2011. С. 89-91.
5. Науменко С.В., Кононов В.А., Силкин Н.Н. Особенности построения профессионально-прикладной физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России // Актуальные вопросы совершенствования тактико-специальной, огневой и профессионально-прикладной физической подготовки в современном контексте практического обучения сотрудников ОВД: материалы внутриведомственной научно-практической конференции. СПб.: СПбУ МВД России, 2017. С. 147-152.
6. Панова О.С., Шутина Д.Д. Совершенствование физической подготовки сотрудников ОВД России // Современные научные исследования в сфере педагогики и психологии: сборник результатов научных исследований. Киров, 2018. С. 557-561.
7. Баркалов С.Н. Влияние факторов и условий прохождения службы на физическую готовность сотрудников полиции // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 30-35.
8. Махов С.Ю., Осипов Д.В. Методы круговой тренировки в процессе физической подготовки сотрудников ОВД // Наука-2020. 2018. № 5 (21). С. 20-31.

Гайдук Сергей Александрович, кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры физического воспитания и спорта,
Закудовский Георгий Сергеевич, преподаватель цикла физической подготовки,
Белорусский государственный педагогический университет им. Максима Танка,
Центр повышения квалификации руководящих работников и специалистов
Департамента охраны МВД Республики Беларусь,
Республика Беларусь, 220030, г. Минск, ул. Советская, 18,
e-mail: gsa.4791@mail.ru

К ВОПРОСУ О ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ КУРСАНТОВ УЧРЕЖДЕНИЙ ОБРАЗОВАНИЯ МВД РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы профессионально-прикладной физической подготовки курсантов первоначальной подготовки УО «Центр повышения квалификации руководящих работников и специалистов Департамента охраны МВД Республики Беларусь» с целью повышения их уровня физической подготовленности и владения приемами самообороны в ограниченном лимите учебного времени на этапах повышения квалификации.

Ключевые слова: профессионально-прикладной физической подготовка, первоначальная подготовка, учреждения образования, приемы самообороны, общая физическая подготовка, курсанты.

Противостоять преступным посягательствам могут физически подготовленные сотрудники органов внутренних дел (ОВД), обладающие развитыми физическими качествами, способные применять в любых условиях приемы самообороны для защиты себя и граждан, обезвреживания преступников, только от высококвалифицированных сотрудников правоохранительных органов зависит безопасность и покой наших граждан. К личности защитника правопорядка предъявляются особые требования – он должен являться человеком, олицетворяющим законность, гуманизм, справедливость.

Прийти на помощь в любую минуту, в любой ситуации, нередко связанной с риском для жизни, не растеряться в сложных ситуациях, действовать адекватно складывающейся оперативно-служебной (служебно-боевой) обстановке, защитить граждан от преступных посягательств, справиться с колоссальными психическими и физическим перегрузками может сотрудник в полной мере подготовленный профессионально, в первую очередь, физически.

Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) является важной составляющей профессиональной подготовки сотрудников ОВД, от уровня которой зависит успешность выполнения ими оперативно-служебных задач [1, 2, 3, 4, 5 и др.]. Вышесказанное в полной мере относится и к курсантам первоначальной подготовки, так они должны обладать сформированными специальными (прикладными) двигательными навыками и умениями для успешного выполнения любой поставленной оперативно-служебной задачи: поиска, задержания нарушителя в различных внешних условиях с применением оружия, спецсредств, приемов самообороны. Естественно, что данные навыки должны приобретаться и совершенствоваться в процессе последующей служебной деятельности, по мере

накопления опыта практической работы. Однако, поскольку курсанты сразу после окончания первоначальной подготовки полноценно приступают к исполнению служебных обязанностей, и, соответственно, сразу сталкиваются с различными оперативно-служебными ситуациями, необходимо, чтобы их уровень владения практическими навыками был как можно выше.

Так, перед тем, как преступить к охране общественного порядка каждый сотрудник ОВД проходит первоначальную подготовку в учреждениях образования (УО). В УО «Центр повышения квалификации руководящих работников и специалистов Департамента охраны МВД Республики Беларусь» курсанты первоначальной подготовки получают знания, навыки и умения необходимые для выполнения служебных задач, связанных с предотвращением преступлений, охране общественного порядка и имущества.

Для поступления в УО необходимы базовые умения выполнения нормативов, определяющих уровень аэробной выносливости, скоростной и скоростно-силовой выносливости: бег на дистанции 1500м, челночный бег 10х10 м или бег 100 м (на выбор), одно из трех контрольных упражнений – подтягивание на перекладине, сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях, рывок гири 24 кг. Для женщин: бег 500 м, челночный бег 10х10 м или бег 60 м и один из трех следующих нормативов – подтягивание на низкой перекладине, сгибание-разгибание рук в упоре о скамейку, поднятие туловища лежа на спине (за 1 мин).

После успешного выполнения нормативов по физической подготовке, кандидаты на службу в ОВД, становятся курсантами первоначальной подготовки – начинается период обучения. Период обучения курсантов составляет 3 месяца, после чего он переходит в орган комплектования и приступает к несению службы, за это время лимит учебного времени на ППФП составляет 100 часов и включает обучение по следующим темам:

- 1) Организация физической подготовки в ОВД;
- 2) Приемы страховки и самостраховки. Боевые стойки, дистанции и передвижения;
- 3) Боевые приемы задержания и сопровождения;
- 4) Удары и защита от ударов;
- 5) Удушающие приемы;
- 6) Наружный досмотр и связывание под воздействием болевого приема и угрозы огнестрельным оружием;
- 7) Защитные действия от нападений – ножом, предметом;
- 8) Действия с использованием палки резиновой;
- 9) Освобождение от захватов и обхватов;
- 10) Пресечение действий с огнестрельным оружием;
- 11) Взаимодействие сотрудников при задержании правонарушителя;
- 12) Общефизическая подготовка.

На наш взгляд, 100 часов по ППФП недостаточно только в связи с тем, что курсант не успевает довести приобретенные навыки и умения до автоматизма, а лишь для сдачи экзамена и последующих сдачах при проверках в органах комплектования. Но вместе с тем, за этот период у большинства курсантов улучшаются показатели по уровню общей физической подготовке, но этого недостаточно для задержания правонарушителя в реальных условиях. Для этого необходимо включать курсантов в состав группы задержания или на стационарном посту несения службы вторым номером для практического ознакомления с деятельностью ОВД.

На наш взгляд, необходимо менять условия проведения занятий, например, на данный момент все занятия проходят в спортивном зале, а при хорошей погоде – на улице, так приемы задержания и сопровождения необходимо совершенствовать в замкнутых пространствах, при недостаточной освещённости, или в ветреную (при дожде) погоду для того, чтобы при любых внешних факторах курсантами умели задерживать правонарушителей. Необходимо использовать эффекты неожиданности при отработке конкретного приема (звуко-световые, например), что будет способствовать, в большей степени, формированию специальных навыков и умений и, развивая специальные физические и психологические качества, повышать психическую устойчивость к выполнению длительных физических нагрузок.

Таким образом, использование в образовательном процессе курсантов первоначальной подготовки УО ОВД новых методик ППФП будет способствовать подготовке курсантов к успешному выполнению будущей профессиональной деятельности, что актуализирует проведение дальнейших исследований.

Список использованных источников

1. Гайдук С.А. Особенности профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников правоохранительных органов // Учен. зап. : сб. рец. науч. тр. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры. Минск, 2006. Вып. 9. С.155–161.
2. Каранкевич А.И. Формирование профессионально важных качеств курсантов учреждений образования МВЛ Республики Беларусь средствами профессионально-прикладной физической подготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / А.И. Каранкевич ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. Минск, 2019. 32 с.
3. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников правоохранительных органов : учеб. пособие / В.В. Леонов [и др.] ; под общ. ред. В.В. Леонова. Минск : Акад. М-ва внутр. дел Респ. Беларусь, 2011. 201с.
4. Шиян В.В. Перспективы и пути совершенствования системы служебно-боевой подготовки сотрудников силовых ведомств на основе опыта современной спортивной науки // Актуальные проблемы огневой, тактико-специальной и профессионально-прикладной физической подготовки : сб. ст. III Междунар. науч.-метод. конф. Могилев, 10–11 нояб. 2016 г. / Могилев. ин-т М-ва внутр. дел Респ. Беларусь ; редкол.: Ю.А. Матвейчев (отв. ред.) [и др.]. Могилев, 2016. С. 3–9.
5. Шукан, С.В. Повышение уровня физической подготовленности курсантов учреждений образования Министерства внутренних дел Республики Беларусь в процессе профессионально-прикладной физической подготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / С.В. Шукан ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. Минск, 2012. 23 с.

Галимова Алена Геннадьевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической подготовки, Восточно-Сибирский институт МВД России, Россия, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 110;

Кудрявцев Михаил Дмитриевич доктор педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой валеологии, профессор Торгово-экономический институт Сибирского федерального университета», Россия, 660041, г. Красноярск, пр. Свободный, 79; профессор кафедры физического воспитания Сибирский государственный аэрокосмический университет им. Академика М.Ф. Решетнёва, Россия, 660037, г. Красноярск, проспект Красноярский рабочий, 31; профессор кафедры теоретических основ физического воспитания, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, Россия, 660049, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, 89; профессор кафедры физической подготовки Сибирский юридический институт МВД России, Россия, 660131, г. Красноярск, ул. Рокоссовского, 20
e-mail: 89027602726@mail.ru, kumid@yandex.ru

ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ОТБОРА КАНДИДАТОВ ДЛЯ СЛУЖБЫ В «СИЛОВЫХ» СТРУКТУРАХ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АНАЛИЗА ДНК

Аннотация. Стремительное изучение ДНК человека открывает перед человечеством большие перспективы в различных областях научных знаний о человеке. Еще совсем недавно казалось научной фантастикой мысли о создании биочипов, в котором будет храниться информация человека о его наследственной предрасположенности к различным видам спорта, о его наследственных заболеваниях, уровне энергетического обмена и т.п., а сегодня вполне себе есть научные результаты. Однако, до сих пор, очень медленно осуществляется внедрение подобных инноваций в отбор кандидатов для службы в различные подразделения Росгвардии, МВД и другие, где требуются них, определенный уровень здоровья и физической подготовленности, интеллектуального развития, стрессоустойчивость, развитую морально – волевой сферу. В статье мы предприняли попытку, теоретического внедрения достижений генетики в сферу профессионального отбора граждан для службы в различные «силовые» структуры.

Ключевые слова: сотрудники силовых структур, анализ ДНК, отбор, кандидатов для службы, генетика.

Существует ли наследственная предрасположенность в спортивной деятельности? На этот вопрос нам ответит спортивная генетика. Генетика (от греч. «Генезис» - происхождение) – наука заключается в способности живых организмов передавать свои признаки следующим поколениям.

Спортивная генетика – это направление генетики, изучающее геном человека в аспекте физической, в частности спортивной деятельности. Впервые термин «генети-

ка физической деятельности был предложен в 1983 году ученым Клодом Бушаром, он публиковал в своей научной статье обобщающие факты о наследуемости многих физических, физиологических и биологических качеств людей, вовлеченных в процесс физической деятельности [5].

Генетика физической деятельности включает в себя взаимосвязи спортивной генетики, а также антропогенетику и медицинскую генетику. В арсенале выявления генетических маркеров имеются самые различные методы: молекулярные (выявление полиморфизмов генов, с помощью полимеразной цепной реакции (ПЦР), QTL – картирование, биочиповая технология), цитогенетический способ: изучение структуры хромосомного набора и отдельных хромосом, молекулярно–цитогенетический: это метод флюоресцентной гибридизации, генетические и биохимические [4].

Ещё задолго до опубликования Клодом Бушаром своей научной статьи а также задолго до становления официальной спортивной генетики, на базе Всероссийского научно–исследовательского института физической культуры и спорта (ВНИИФК) в 1972 году, появилась лаборатория спортивной антропологии, которая в дальнейшем была названа «Лаборатория спортивной антропологии, морфологии и генетики», инициатором являлся ведущий специалист (основоположник) в области функциональной и спортивной антропологии, доктор биологических наук, профессор Эдуард Георгиевич Мартыросов который возглавлял ВНИИФК в течение 20 лет а также основал школу спортивной антропологии.

Все исследования лаборатории были непосредственно связаны с разработкой медико-биологических критериев и выявления методов диагностики одаренности в системе отбора и подготовки перспективных спортсменов.

В России генетические аспекты физической деятельности развивались без использования молекулярных методов, а генетическими маркерами предрасположенности к физической деятельности считались: группа крови, тип телосложения, дерматоглифы, состав мышечных волокон, тип сенсомоторных реакций и другие фенотипические признаки, которые не давали в полной мере произвести анализ и изучение предрасположенности человека и выявления генетических маркеров спорта.

Новой эпохой генетики физической деятельности в российской истории приходится на 90–е года, когда появилась возможность применять молекулярно–генетические методы в выявлении генетической предрасположенности к выполнению физических нагрузок различной продолжительности и направленности [1, 6].

В 2001 году в России была организована первая специализированная лаборатория спортивной генетики, использующая молекулярные методы, а в 2003 году произошло официальное формирование группы спортивной генетики.

Анализ ДНК даёт возможность определить наследственность по аллелям – вариантам генов от которых зависят различия и появления фенотипичных признаков, приобретенных в ходе индивидуального развития [3].

К примеру: существуют аллели выносливости данные показатели помогают установить предрасположенность человека к определенным физическим качествам, а также определить дистанцию, на которых спортсмен сможет показать наилучшие результаты. Также выделяются генетические маркеры быстроты, силы [2].

Анализ ДНК и его расшифровка открывает возможность выбора профессиональной предрасположенности человека, также и на выявление патологий (рисков), которые могут указывать на отсутствие тех или иных физических показателей, которые в определенные периоды жизни могут негативно сказаться на развитии человека.

Однако дела обстоят несколько сложнее, чем кажется на первый взгляд. За кажущейся простотой математического подсчёта генов стоят некоторые актуальные проблемы, дело в том, что на сегодняшний день пока ещё существует значительная сложность в оценке генетической предрасположенности ребенка (взрослого) к выполнению определённого вида физических нагрузок и определённого ряда деятельности, которая заключается в том, что любое физическое качество человека определяется не одним геном, а большим количеством полиморфных (разнообразных) генов.

Кроме того, практически ни один признак нашего организма не зависит только от генов. В его проявление вносят свой вклад образ жизни, окружающая среда, возраст, а также действие других генов.

Учеными доказано, что здоровье человека только на 10–15% зависит от деятельности учреждений здравоохранения, на 15–20% – генетических факторов, на 20–25% – состояния окружающей среды и на 50–55% – условий и образа жизни.

По мере стремительного увеличения числа генов–маркеров физической активности человека всё более очевидным становится недостаток данных о функциях генов и, прежде всего, о функциональной значимости тех полиморфизмов, которые они содержат. Исследования в этой области нуждаются в привлечении кадров и в государственном финансировании.

Зарубежные ученые считают, что помимо физических качеств также генетическим путем передаются интеллектуальные способности, на 50–70% определяются генетической предрасположенностью.

Генетики, работающие с ДНК кодом человека, открывают новые взаимосвязи, оказывающие воздействие генетической предрасположенностью и выбором профессиональной деятельности, вероятностью свыше 40%, также ученые сделали вывод что склонность к определенному поведению генетически заложена примерно на 30%.

С помощью генетической предрасположенности становится возможным выявить определённые качества и феномены человека, такие как: стрессоустойчивость, терпеливость, волевые качества, быстроту реакции, интеллектуальные качества, возможность овладения иностранных языков, одним словом – выявление людей способных находиться в экстремальных и тяжелых условиях с минимальной затратой психофизиологических и моральных ресурсов.

На данный момент кандидаты на прохождение службы в органах внутренних дел проходят профессиональный отбор, затрагивающий в первую очередь интеллектуальные, физические способности и стрессоустойчивость в экстремальных ситуациях, но зачастую происходят случаи, когда отобранные кандидаты на ряду тех или иных обстоятельств не могут нести дальнейшую службу на ряду с выявленными в момент прохождения службы болезнями или психофизиологическими отклонениями.

После изучения статистических данных стало известно, что в момент профессионального отбора физическое, психическое состояние кандидатов было абсолютно в норме и даже выше допустимых показателей.

Даже в вышеприведенной ситуации избежать негативных последствий при отборе кандидатов нам бы помог генетический анализ и изучение предрасположенности человека в определенных условиях.

Мы представляем это так, кандидат на ряду с остальными проходит военно–врачебную комиссию, сдает определённые вступительные экзамены и нормативы, по заключению, когда по общим показателям кандидат соответствует всем критериям для успешного несения службы в органах внутренних дел, у кандидата берётся обра-

зец генетической дактилоскопии «ДНК» и производится подробное изучение материала на генетическую предрасположенность человека (геномный уровень).

Генетический анализ даст нам уверенность в отборе кандидата для прохождения службы в органах внутренних дел, будет точно известно к чему предрасположен кандидат, как он будет вести себя в тех или иных стресса– эмоциональных ситуациях, какие на генетическом уровне интеллектуальные способности человека, соответствуют ли они для служебной должности кандидата, а также появятся ли у человека возможные заболевания на ряду которых дальнейшее прохождение службы не может быть возможным.

При изучении генетической предрасположенности человека будет проще и самому человеку понимать тяжело или легко будет даваться та или иная профессия.

Наряду со всеми вышеперечисленными ситуациями можно сделать вывод, что изучение генетических маркеров человека на данный момент является ключевой тенденцией в развитии генетической предрасположенности в спортивной и профессиональной деятельности. Для более подробного изучения нужно оказать поддержку институтам занимающимся изучением генотипов человека

Каждое открытие в области генома человека делает ещё один шаг к главной цели – созданию полного генетического портрета человека.

Список использованных источников

1. Аксенов М.О. Генетические технологии и генный допинг в спорте высших достижений // Стратегии и практики развития инновационных видов спорта: опыт поколений и новые технологии: материалы международного научного симпозиума, (Улан–Удэ, 1–3 июля 2015г.). БГУ? 2018. С. 84–89.
2. Баркалов С.Н. Перспективы использования результатов профессиографических исследований в физической подготовке курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России (на примере обучающихся по профилю ГИБДД, предстоящая служебная деятельность которых предполагает операторскую направленность) // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2016. № 2 (67). С. 115-118.
3. Зайцева А.О. Педагогические аспекты спортивной подготовки с учетом экспрессии генов // В сборнике: Физическая культура, спорт, туризм: инновационные проекты и передовые практики Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 90-летию основания кафедры физического воспитания. Под ред. Л.Б. Андрющенко, С.И. Филимоновой. Москва, 2019. С. 121-126.
4. Рогозкин В.А., Назаров И.Б., Казаков В.И. Генетические маркеры физической работоспособности человека // Теор. и практ. физ. культ., 2000. № 12. С. 34–36.
5. Сологуб Е.Б., Таймазов В.А. Спортивная генетика: Учебное пособие. М.: Терра-Спорт, 2000. 127 с.
6. Aksenov M.O. Weightlifter training process design tailored to individual genetic traits. Buryat state university/Russia. 21-st Annual Congress of the European College of Sport Science. Vienna. 2016. P. 81-82.

Гальцев Сергей Александрович, заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, кандидат философских наук, профессор, доцент кафедры физической культуры,
Иркутский национальный исследовательский технический университет,
Россия, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83,
e-mail: gans1958@mail.ru

ЗНАЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ СИЛОВЫХ ВЕДОМСТВ

Аннотация. В данной статье раскрываются особенности организации и проведения самостоятельной физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций силовых ведомств, обосновываются методы её реализации и системный подход.

Ключевые слова: физическая подготовка, самостоятельные занятия, физическая нагрузка, спортивные игры, служебная деятельность, двигательная активность.

Физическая подготовка – важнейшая основа, являющаяся базисом здоровья каждого курсанта и слушателя. Она дает понять физическую и телесную потребность. Занятия физическими упражнениями играют немаловажную роль в развитии работоспособности, с самого детства закладываются и формируются основы физической подготовки, начиная с самого важного и основного, постепенно увеличивая тренирующую нагрузку и познания в практической деятельности.

Проведение физической подготовки для курсантов и слушателей может носить как групповую, так и индивидуальную форму проведения практических занятий. Большую роль, в повышении физической подготовленности играет увлечение различными видами спорта. Особое значение играют служебно-прикладные виды спорта, которые способствуют развитию и совершенствованию профессионально важных физических качеств, умений и навыков.

Изучив специфику профессии, первостепенным становится внимание на выборе профессиональных видов спорта, которые способны повысить их подготовку. От правильного выбора и вектора зависит дальнейшая подготовка профессиональных специалистов, их трудовая деятельность соприкасается со всеми аспектами личной жизни, тем самым способствуя ее улучшению.

В настоящее время видна тенденция снижения физической культуры у курсантов и слушателей. Каждый их день расписан по часам, но это не говорит о том, что их физическая подготовка находится не на должном уровне. Повышение уровня зависит от организации самостоятельных занятий физическими упражнениями. От неё зависит эффективность трудовой и профессиональной деятельности. Самостоятельная подготовка играет немаловажную роль в процессе которой необходимо научить занимающегося выделять необходимые комплексы упражнений, которые положительно влияют на организм и способствуют его развитию.

Целью и задачей самостоятельной подготовки является развитие профессионально важных физических качества служебной деятельности, знание своего организма, умение подстраиваться под необходимый режим, а также самое главное – укрепление психофизического состояния.

Чем меньше двигательная активность, тем хуже качество работы сердечнососудистой, дыхательной систем, а также ухудшение обмена веществ [4]. Говоря о физических упражнениях для курсантов и слушателей, стоит остановиться на следующих аспектах:

- упражнения должны обладать оздоровительным эффектом;
- способ выполнения зависит от индивидуальных предпочтений;
- упражнения должны быть легко дозируемыми.

Самостоятельные занятия зависят от различных факторов. Если имеется лишний вес, то внимание уделяется специальной сбалансированной диете, нагрузки проводятся продолжительными по времени. При улучшении сердечнососудистой системы режим занятий должен способствовать совершенствованию физиологических регуляций [1].

Утренняя физическая гимнастика держит в тонусе организм в течение всего рабочего дня, полезна для каждого, для курсанта является обязательным компонентом для достижения физической подготовки. По определению профессора Л.П. Матвеева, общая физическая подготовка представляет собой неспециализированный (или относительно мало специализированный) процесс физического воспитания, содержание которого ориентировано на то, чтобы создать широкие общие предпосылки успеха в самых различных видах деятельности (либо в некоторых из них) [3].

Бег, плавание, спортивные игры положительно влияют на психологическое состояние организма человека. Соблюдение рациона питания способствуют нормализации существования организма и является основным звеном соблюдения здорового образа жизни. Значительную роль в формировании самостоятельной физической подготовки играет режим дня, он является значимым для каждого курсанта и слушателя, без этого физические нагрузки не будут иметь смысла и не поднимут на достойный уровень физическую подготовленность.

Говоря о спортивных играх, к наиболее популярным относятся: футбол, баскетбол, хоккей, волейбол, настольный теннис. Эти виды спорта являются хорошим активным отдыхом после продолжительного учебного дня. Они способствуют поддержанию физической формы, психологической разгрузки, снятию напряженности с центральной нервной системы. Спортивные игры курсантам и слушателям также помогают формированию профессиональных умений и навыков, повышению мастерства и привносят разнообразие в повседневную жизнь [2].

Физическая подготовка строится с учетом тематических планов занятий, она охватывает все стороны профессиональной деятельности курсантов и слушателей на протяжении всего периода обучения в образовательных организациях. Её особенность заключается в выработке у курсантов и слушателей дисциплинированности, силы духа, упорства и выносливости.

Список использованных источников

1. Болотин А.Э. О преимущественной направленности физической подготовки курсантов военного училища // Военно-профессиональное обучение и физическая подготовка. Л., 1982. С. 78-79.
2. Войтицкий О.Н. О механизмах переноса физической подготовки на профессиональное обучение курсантов вузов // Проблема отбора кандидатов в высшие военно-учебные заведения. Л., 1983.

3. Демьяненко Ю.К., Петрушевский И.И. Рекомендации по организации экспериментальных исследований по физической подготовке военнослужащих. Л.: ВДКИФК, 1977. 135 с.
4. Ендальцев Б.В. Механизмы влияния физических упражнений на формирование новых признаков и свойств организма человека // Теория и практика образования в области физической культуры. СПб., 2001. С. 182-185.
5. Панова О.С. Особенности самостоятельной физической подготовки курсантов женского пола образовательных организаций МВД России // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 5. (159). С 201-205.
6. Баркалов С.Н. Основные направления взаимосвязи физкультурной и профессиональной деятельности // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 5-9.
7. Баркалов С.Н. Актуальные аспекты оптимизации образовательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 77-80.
8. Макеева В.С., Баркалов С.Н., Герасимов И.В. Дифференцированная физическая подготовка атлетической направленности для курсантов юридических вузов // Вестник спортивной науки. 2018. № 2. С. 51-54.
9. Струганов С.М., Иванов А.К. Самостоятельная физическая подготовка как способ совершенствования профессиональных качеств сотрудников органов внутренних дел // Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности: современные направления и образовательные технологии: материалы V международной научно-практической конференции (Хабаровск, 18-20 октября 2017 г.). Хабаровск: РИО ДВЮИ МВД России, 2017. С. 215-219.

УДК 796.7012.68

Геращенко Александр Семенович, начальник учебной части – заместитель
начальника отдела,
Учебный военный центр при Южном федеральном университете,
Россия, 347922, г. Таганрог, пер. Некрасовский, 44;
Лысова Екатерина Дмитриевна, студент 1 курса Майкопского государственного
технологического университета,
Россия, 385000, Республика Адыгея, г. Майкоп ул. Первомайская, 191,
e-mail: semenjch@rambler.ru, yekaterina.lysova.01@mail.ru

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ

Аннотация. В данной статье рассматриваются основные направления и способы совершенствования физической подготовки с учётом реализации практической направленности, а также обучение в образовательных организациях силовых ведомств.

Ключевые слова: практическая направленность обучения, служебная деятельность, физическая подготовка, курсанты.

Учёные, проведя анализ статистических обзоров МВД России, дают нам понять, что современная преступность постоянно совершенствуется, применяя различные средства и способы для совершения преступления, не останавливаясь перед применением насилия в самых жестоких формах. На базе проведённых анализов, составлена таблица, в которой собраны данные совершённых преступлений. Например, за период январь - апрель 2015 года зарегистрировано 730,5 тыс. преступлений, или на 2,5% больше, чем за аналогичный период прошлого года. Рост регистрируемых преступлений отмечен в 56 субъектах Российской Федерации. В результате преступных посягательств погибло 11 тыс. человек, здоровью 16,8 тыс. человек причинен тяжкий вред. За данный период зарегистрировано 533 преступления террористического характера (+62,5%) и 887 преступлений экстремистской направленности (+27,8%) [1].

Правоохранительная деятельность сотрудников внутренних дел носит весьма тяжёлый и экстремальный характер. Именно поэтому физическая подготовка в образовательных организациях МВД России подразумевает собой составную часть системы ведомственного образования, которая неразрывно связана с процессами, происходящими в общественно-политической и социально-экономической жизни государства [2].

Увеличение объёма и осложнение задач, решаемых органами силовых ведомств, изменение качественных параметров преступной деятельности предопределяет потребность уточнения довольно высокой готовности сотрудников внутренних дел к эффективной правоохранительной деятельности. На сегодняшний день специалисты акцентируют внимание на низкий уровень готовности выпускников вузов МВД России и призывают к необходимости модернизировать и повысить эффективность профессиональной, а также и физической подготовки, ведь физическая подготовка курсантов силовых ведомств является обязательной учебной дисциплиной [9].

Опытным путём доказано, что приуменьшение значимости физической подготовленности личного состава внутренних дел зачастую приводит к вопиющим профессиональным ошибкам. Довольно часто причины такого положения дел таятся не только в недостаточной правовой готовности и защищённости сотрудников, но и в отсутствии у курсантов достаточно твердых навыков применения боевых дисциплин борьбы, огнестрельного оружия. В результате чего, в сложных ситуациях оперативно-служебной деятельности курсанты не способны быстро оценивать обстановку и незамедлительно разрешить данную проблему.

Существуют различные виды спортивных тренировок. Каждый человек устанавливает для себя определенную программу занятий, следование которой должно привести к желаемому результату [5, 6, 7]. Это может быть какой-либо профессиональный вид спорта, который требует долгого времяпровождения на тренировочном месте, или же обычная повседневная зарядка для поддержания тонуса мышц тела. Допустим, у людей, занимающихся бодибилдингом, и у тех, кто занимается футболом, безусловно, разные программы тренировок. И каждая такая программа направлена на достижение нужного результата.

Основными методами физической подготовки курсантов МВД России являются систематические физические упражнения. В зависимости от преимущественного значения упражнений развиваются определённые физические качества. Физические упражнения разделяются на категории, которые развивают силу, быстроту, ловкость и выносливость, а также формирующие профессионально-прикладные навыки быстрого передвижения, преодоления препятствий и применения боевых приемов борьбы. Навыки формируются и совершенствуются путем неоднократного повторения

упражнений. Использование на занятиях по физической подготовке специализированных полос препятствий, моделирующих ситуации оперативно-служебной деятельности позволяет комплексно усовершенствовать все основные физические качества: быстроту, ловкость, силу и выносливость. В содержание занятий включаются упражнения на преодоление различных искусственных и естественных, горизонтальных и вертикальных препятствий [3].

Если учитывать во внимание то, что выпускаемые курсанты образовательных организаций системы МВД России навсегда связывают свою судьбу с работой в правоохранительных органах, то, они всегда должны быть на страже гражданского населения, общества и предотвращать противоправные действия со стороны преступных элементов, т.е. противостоять вооруженным или невооруженным преступникам. Таким образом, план подготовки спортсменов различных единоборств в условиях образовательных организаций системы МВД России можно по аналогии перенести на занятия по физической подготовке курсантов и слушателей.

Если физическую подготовку курсантов переносить на образовательный процесс, то он должен состоять из 2 этапов, как в учебном году, т.е. подготовка к итоговому и рубежному контролю, т.е. к экзамену и зачету (в конце каждого семестра). Каждый этап подразделяется на обще-подготовительный период, специально-подготовительный период и предэкзаменационный. Содержание учебной программы практически отображает эти вопросы и элементы физической подготовки курсантов и слушателей. Так, например, к обще-подготовительному периоду можно отнести занятия старших курсов в условиях института. В сентябре месяце занятия должны проводиться в основном на открытом воздухе, где необходимо большое внимание уделять преимущественно кроссовой подготовке, силовой подготовки, разучиванию элементов рукопашного боя. Как раз это все соответствует необходимой направленности для обще-подготовительного периода, только крайне важно до 50% занятий уделять обучению и совершенствованию элементов рукопашного боя. На втором этапе специально-подготовительной направленности занятия должны проходить в основном в спортзале на борцовском ковре, что соответствует 2-му этапу специально-подготовительной направленности подготовки спортсменов. В это время происходит разучивание и усовершенствование элементов рукопашного боя (броски, удары и защиты от ударов, болевые приемы), развитие специальных физических и морально-волевых качеств. Третий период является предэкзаменационным, т.е. соответствует предсоревновательному периоду. На этом этапе должны усовершенствоваться навыки боевых приемов борьбы рукопашного боя в условиях, приближенных к соревновательным (экзаменационным). Если вся работа с курсантами будет проводиться по определенному плану по подготовке к конкретным стартам и если курсанты будут знать, что, только пройдя эти ступени обучения они получают зачет, то отдача и мотивация работы на занятиях повысится, т.к. курсанты будут знать к чему стремиться.

Конечно же, одних практических занятий для усвоения умений и навыков, технических и тактических действий боевых приемов борьбы недостаточно. Необходимо максимально использовать внеурочные формы физической подготовки. То есть самостоятельные занятия, занятия в группе спортивного усовершенствования, а также спортивно-массовые мероприятия с проведением соревнований по правилам бокса, кикбоксинга и рукопашного боя [5, 8].

При принятии семестровых экзаменов и зачетов одним из вопросов нужно включать учебно-тренировочные спарринги по правилам рукопашного боя. Только моделируя ситуации, приближенные к реальному задержанию, мы сможем воспитать у курсантов и слушателей морально-волевые качества, технико-тактические данные и

функциональную подготовку, следовательно, подготовить их к противоборству с правонарушителями с применением боевых приемов борьбы.

Таким образом, основными направлениями усовершенствования физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России являются:

1. Концепция формирования профессионально-прикладной физической культуры личности курсантов и слушателей.
2. Обеспечение физической подготовленности курсантов и слушателей в решении оперативно-служебных задач в экстремальных условиях.
3. Обеспечения соответствия организации физической подготовки условиям учебной и служебной деятельности курсантов и слушателей.

Реализация данных направлений обеспечит повышение эффективности решения как общекультурных, так и профессионально-прикладных задач дисциплины, а также окажет положительное влияние на общую работоспособность и состояние здоровья курсантов и слушателей.

Список использованных источников

1. Ахматгатин А.А. Основы подготовки сотрудников полиции к действиям в экстремальных ситуациях // Вестник Восточно-Сибирского института МВД России. 2013. № 3 (66). С. 3-8.
2. Баркалов С.Н. Организация рубежного контроля физической подготовленности курсантов образовательных организаций МВД России // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2017. № 2 (71). С. 115-118.
3. Панова О.С., Шилихин А.С. Метод видеовизуализации как средство повышения качества процесса обучения по дисциплинам модуля «Физическая подготовка» у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 11. (159). С. 243-246.
4. Свечкарёв В.Г., Ломакина Е.Д., Поляков С.В., Семенцов М.В. Обоснование педагогической технологии физического воспитания, базирующейся на использовании искусственной среды адаптивного воздействия // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2004. № 3. С. 23-26.
5. Свечкарёв В.Г., Козлов Р.С., Ашхамахов К.И., Иващенко Т.А. Подвижные игры как система совершенствования физических качеств // Научные Известия. 2017. № 7. С. 78-86.
6. Свечкарёв В.Г., Геращенко А.С., Свечкарёва Л.Н. Современная стратегия совершенствования двигательных возможностей человека посредством автоматизированных систем управления // Новые технологии. 2010. № 1. С. 96-98.
7. Свечкарёв, В.Г. Управление процессом совершенствования двигательных возможностей человека на основе ответной реакции организма. Майкоп, 2006.
8. Свечкарёв, В.Г. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту: Учебное пособие. Майкоп, 2019.
9. Струганов С.М., Стародубцев В.В., Бакин А.В. Актуальные проблемы дисциплины «Физическая подготовка» в образовательных организациях силовых ведомств // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: Материалы XVII Международной научно-практической конференции. Иркутск: ФГКОУ ВПО ВСИ МВД России, 2015. С. 159-162.

ФОРМИРОВАНИЕ ТЕХНИКИ ЗАЩИТЫ ОТ УДАРОВ У СЛУШАТЕЛЕЙ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОГРАММАМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ДОЛЖНОСТИ СЛУЖАЩЕГО «ПОЛИЦЕЙСКИЙ»

Аннотация. В статье представлены результаты научной работы, выполненной в Сибирском юридическом институте МВД России, в ходе которой были определены методические особенности формирования техники защиты от ударов у слушателей, обучающихся по программам профессиональной подготовки по должности служащего «Полицейский». В основу методики обучения боевым приемам борьбы сотрудники полиции положены базовые (унифицированные) движения руками, ногами, стойки и перемещения.

Ключевые слова: базовые двигательные действия, боевые приемы борьбы, профессиональная подготовка, физическая подготовка.

Проведение учебных занятий по дисциплине «Физическая подготовка» на факультете профессиональной подготовки Сибирского юридического института МВД России показало, что лица, считающиеся сотрудниками полиции, имеют разный уровень физической подготовленности.[1] Данное обстоятельство отрицательно сказывается на процессе обучения. Это связано с тем, что слушатели, с недостаточно развитыми двигательными способностями, вынуждены тратить большее количество времени на обучение боевым приемам борьбы. Мы предположили, что если техника боевых приемов борьбы будет построена на относительно простых (базовых) движениях, то это позволит сократить время на учебный процесс [2]. К таким движениям относятся – несколько перемещений в стойках, отбивы и подставки руками, движения туловищем и головой. Стойки, защиты, передвижения и перемещения представлены в Наставлении по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации [3].

Сочетание в различных комбинациях базовых стоек, защит и передвижений позволяет рационально выстраивать порядок обучения сотрудников полиции боевым приемам борьбы. При проведении занятий со слушателями, обучающимся по программам профессиональной подготовки по должности служащего «Полицейский», следует руководствоваться положением о том, что выполнение боевых приемов борьбы сотрудниками полиции заключается в защитно-контратакующих действиях с последующим ограничением свободы передвижения правонарушителя. Кроме того, считаем, что все защиты от ударов рукой, ногой с последующими контратакующими действиями и ограничением свободы передвижения ассистента должны быть идентичны защитным действиям от ударов ножом, предметом. Учет этого обстоятельства позволяет ускорить процесс обучения по формированию навыков демонстрации боевых приемов борьбы.

Целью проведенного научного исследования являлась разработка методики обучения боевым приемам борьбы, в основу которой положена единая (унифицирован-

ная) форма защитных действий от ударов руками, ногами, колюще-режущими предметами.

Научно-исследовательская работа выполнялась на базе Сибирского юридического института МВД России с 2017 по 2019 г. В целях сбора информации по теме исследования изучены научные и методические материалы, видеоматериалы по методике обучения защитным действиям в спортивных и прикладных направлениях единоборств. Кроме того, рассмотрены нормативные акты, регламентирующие организацию и проведение физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации.

В исследовании принимали участие слушатели (n=60) факультета профессиональной подготовки, обучающиеся в 2017-2018 учебном году по образовательным программам профессиональной подготовки по должности служащего «Полицейский». Педагогический эксперимент проводился в ходе учебного процесса по дисциплине «Физическая подготовка». Педагогическое наблюдение осуществлялось в ходе учебного процесса, а также во время взаимных посещений занятий, проводимых другими преподавателями кафедры физической подготовки СибЮИ МВД России.

Техника боевых приемов борьбы оценивалась в ходе проведения занятий по физической подготовке, а также на промежуточной аттестации (экзамене). При оценивании демонстрации техники боевых приемов борьбы использовался метод экспертной оценки. Критерии оценки боевых приемов борьбы прописаны в Порядке организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации [4].

В ходе проделанной работы были выяснены следующие обстоятельства, которые необходимо учитывать при проведении занятий по физической подготовке со слушателями, обучающимися по программам профессиональной подготовки по должности служащего «Полицейский»:

1. Перед обучением защитным действиям, у слушателей необходимо сформировать умения и навыки ограничения свободы передвижения болевыми приемами: «рывком», «нырком», «толчком», «замком», «рычагом (скручиванием) руки наружу», «рычагом (скручиванием) руки внутрь». Особое внимание при обучении должно уделяться рычагу руки внутрь и рычагу руки наружу с последующим переходом на загиб руки за спину.

2. Базовой стойкой перед выполнением боевого приема борьбы является фронтальная стойка, затем следует обучать переходам в левостороннюю, правостороннюю стойки. Базовыми движениями ногами являются – шаг, подшаг, передвижение приставными шагами. Базовыми движениями туловищем являются скручивание туловища вправо-влево и маятникообразные движения. Базовыми движениями руками являются: удары руками – прямой в голову, туловище, боковой в голову, туловище; удар ногой снизу.

3. Защитными действиями руками являются: от прямых ударов – отбивы внутрь, от боковых ударов в туловище – подставки предплечья с одновременным скручиванием туловища в сторону удара; от боковых ударов – подставки предплечий с одновременным разворотом туловища в сторону удара; от ударов сверху подставки предплечья с уходом с линии атаки наружу по отношению к бьющей конечности. Защита от ударов наотмашь идентична защитам от ударов руками сбоку в туловище и голову.

4. Уходы с линии атаки при ударах сверху, прямо и снизу осуществляются шагом вперед под углом 45° по отношению к ассистенту влево или вправо с последую-

щим разворотом лицом к ассистенту и переходом во фронтальную стойку или левостороннюю боевую (правостороннюю боевую) стойку. Отмечаем, что защита от угрозы огнестрельным оружием в упор спереди идентична защите от прямого удара рукой в туловище или голове.

5. Первоначально необходимо обучать стойкам и передвижениям в стойке, переходам из одной стойки в другую, затем осуществляется обучение передвижениям, параллельно с передвижениями начинается формирование умений выполнять болевые приемы ограничения свободы передвижения, после чего рассматриваются защиты от ударов, подставками, отбивами с одновременным уходом с линии удара (атаки).

6. Когда у слушателей сформированы умения выполнять двигательные действия по отдельности, начинается обучение защитным действиям от ударов руками, ножом или предметом по схеме «защита от удара (подставкой, отбивом с уходом с линии атаки) – захват конечности (руки) с последующим расслабляющим ударом – выполнение болевого приема ограничения свободы передвижения (рычаг руки внутрь или рычаг руки наружу) с последующим переходом на загиб руки за спину – сопровождение (конвоирование) под воздействием болевого приема (загиб руки за спину)». При обучении защитным действиям от ударов необходимо обращать внимание обучающихся на правильный выбор дистанции, она должна составлять не менее 1,5 метра от ассистента.

7. Траектория ударов ножом, палкой или другим предметом схожа с траекторией ударов невооруженной рукой. В связи с этим не имеет смысла обучать среднестатистического сотрудника полиции сложным техникам защиты. Следовательно, защитные действия от ударов вооруженной рукой аналогичны защитным действиям от ударов кулаком, ребром ладони или ладонью. В связи с этим следует придерживаться схожих по структуре двигательных действий, что способствует более быстрому процессу обучения боевым приемам борьбы.

8. Формируя технику боевых приемов борьбы акцент должен смещаться к полицейской технике задержания правонарушителя. Слушатель должен учиться действовать с учетом создавшейся обстановки, характера и степени опасности действий лиц, в отношении которых применяются физическая сила, специальные средства. Сотрудник органов внутренних дел обязан стремиться к минимизации любого ущерба. Он должен учитывать характер и силу оказываемого ему сопротивления, т.е. в зависимости от степени угрозы защита от ударов руками и ногами должна выстраиваться с возможностью применения специальных средств. При защите от ударов колюще-режущими предметами возможностью применения огнестрельного оружия, а, при отсутствии спецсредств или оружия, с использованием любых подручных средств.

9. Формирование техники защиты должно происходить параллельно с обучением приемам задержания и сопровождения, освобождения от захватов и обхватов, действиям по личному (наружному) досмотру. Такая форма построения учебных занятий не влияет отрицательно на результаты обучения, а оказывает только положительное воздействие.

10. Для подготовки к применению физической силы у обучающихся необходимо развивать скоростно-силовые и координационные способности [5].

Учет вышеуказанных обстоятельств позволяет успешно применять методику обучения защитным действиям основанную на единой форме двигательных действий. Проведение учебных занятий с использованием техники, основанной на базовых движениях, по темам, связанным с обучением защитам от ударов руками, ногами, защитам от ударов ножом (предметом) или защитам от угрозы огнестрельным оружием,

позволяет за 60-100 часов на достаточном уровне сформировать навыки демонстрации боевых приемов борьбы.

Список использованных источников

1. Глубокий В.А. Методика обучения сотрудников полиции защитам от ударов руками, ногами, ножом (предметом) // Научный журнал «Дискурс». 2018. № 1 (15). С. 49-56.
2. Глубокий В.А. Обоснование действий сотрудников полиции, связанных с защитой от ударов руками, ногами, колюще-режущими предметами // Вестник Сибирского юридического института МВД России. 2018. № 2 (31). С.85-89.
3. Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 01.07.2017 № 450.
4. Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 05.05.2018 № 275.
5. Панов Е.В. Теория и методика использования элементов основных видов единоборств в профессиональной подготовке курсантов образовательных учреждений МВД России : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Е.В. Панов. Красноярск, 2002. 147 с.
6. Баркалов С.Н., Флусов Е.В. Методические подходы к обучению сотрудников патрульно-постовой службы полиции взаимодействию при силовом задержании правонарушителя // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2018. № 3. С. 8-12.
7. Кузнецов М.Б. Особенности применения педагогических технологий в конфликтных ситуациях на занятиях по физической подготовке с курсантами образовательных организаций МВД России // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 4 (77). С. 146-149.
8. Кузнецов М.Б. К вопросу о комплексных занятиях как основному средству повышения профессиональной компетентности курсантов образовательных организаций МВД России // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 52-57.

Гуща Роман Александрович, преподаватель кафедры физической подготовки
и спорта,
Колесников Андрей Станиславович, курсант 3 курса факультета сил специального
назначения,
Новосибирский военный институт имени генерала армии И.К. Яковлева войск
национальной гвардии Российской Федерации,
Россия, 630114, г. Новосибирск, ул. Ключ-Камышенское плато, 6/2,
e-mail: gusha.roman@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ БОЕВЫХ ПРИЕМОВ У КУРСАНТОВ ФАКУЛЬТЕТА СИЛ СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ ВОЙСК НАЦИОНАЛЬНОЙ ГВАРДИИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО САМБО

Аннотация. В статье раскрыты вопросы повышения эффективности обучения курсантов факультета сил специального назначения боевым приемам. Авторы обращают внимание на то, что самбо как система самозащиты без оружия дополняет и усиливает содержание профессиональной подготовки будущих офицеров. В работе отмечается, что внедрение инновационного курса «Системы самозащиты без оружия» на основе самбо в подготовку курсантов факультета сил специального назначения является необходимым в условиях повышения требований к уровню подготовки будущих выпускников.

Ключевые слова: самбо, воспитание, оптимизация, физические качества, физические кондиции, боевые приемы борьбы, профессиональная подготовка, развитие

Совершенствование системы профессионального образования в войсках национальной гвардии направлено на создания силового ведомства способного быстро и профессионально реагировать на современные угрозы как внутри страны, так и за ее пределами. Военнослужащие войск национальной гвардии обеспечивают государственную и общественную безопасность, стоят на страже защиты прав и свобод каждого жителя нашей большой страны.

Особую роль в поддержании национальной безопасности играют силы специального назначения, которые укомплектовываются наиболее подготовленными военнослужащими.

Формирование нового облика офицера сил специального назначения войск национальной гвардии происходит в процессе профессиональной подготовки, которая строится на научной основе с использованием последних достижений науки и техники, обеспечивающая единство физического, психического и нравственного развития. [4, с. 66]

Сформированность навыков владения боевыми приемами рассматривается нами как результат физической подготовки курсантов.

Вопросами совершенствования физической подготовки в военных вузах занимались такие исследователи как А.А. Ахматгатин, С.Н. Баркалов, Г.Г. Дмитриев, А.В. Дружинин, С.М. Ашкинази и др.

Так, по мнению Ахматгатина А.А. физическая подготовка в военном вузе должна обеспечить формирование необходимых компетенций у курсанта для выбранной профессии, будущий офицер должен обладать необходимым уровнем физической, морально-психологической и волевой подготовкой, а также быть мотивирован на фи-

зическое, психологическое и интеллектуальное самосовершенствование, способен весь период службы быть в физической форме, поддерживать свою работоспособность и крепкое здоровье [1, с. 283].

Таким образом, по нашему мнению, современный офицер должен не только обладать высокими физическими кондициями, сформированными военно-прикладными навыками, умением регулировать свое психическое состояние, но и должен быть носителем истинных ценностей физической культуры.

Физические кондиции мы рассматриваем как состояние физической дееспособности организма военнослужащего, которое характеризуется определенной степенью развития его физических качеств.

В организационно-методических указаниях и нормативно-правовых актах, регулирующих сферу физической культуры и спорта в войсках национальной гвардии указано, что приоритетными задачами физической подготовки в системе профессиональной подготовки военнослужащих сил специального назначения войск национальной гвардии являются повышение уровня физических кондиций организма и формирование устойчивых навыков владения боевыми приемами.

Обучение военнослужащих боевым приемам борьбы должно быть направленно на реализацию принципа великих полководцев М.И. Драгомирова, А.В. Суворова «Учить войска тому, что необходимо на войне» [4, с. 269].

Вместе с тем, анализ результатов сдачи экзаменационной сессии курсантами факультета сил специального назначения по дисциплине физическая подготовка в разделе «Боевые приемы» указывает на недостаточный уровень владения навыками боевых приемов. В этой связи осуществляется поиск путей оптимизации развития профессиональных качеств у курсантов факультета сил специального назначения.

Оптимизация рассматривается нами как обеспечение специальными условиями, в которых имеются возможности выбора эффективных средств для достижения ожидаемых результатов. С этих позиций сущность оптимизации заключается в предоставлении комплекса мероприятий в военном институте для оптимального развития профессиональных качеств у курсантов, в процессе профессиональной подготовки [3, с. 113].

Таким образом, для оптимального развития навыков боевых приемов у курсантов факультета сил специального назначения нами была предложена отечественная и эффективная система самозащиты без оружия - самбо.

В профессиональной подготовке будущих офицеров самбо позиционируется как система воспитания, способствующая гармоничному развитию курсантов в единстве нравственных, психических, физических качеств, формированию патриотизма и гражданственности.

Занятия самбо позволяют курсантам не только повысить свои физические кондиции и овладеть боевыми приемами, но и способствует выработке самодисциплины, формирует внутреннюю нравственную опору, твердый мужской характер, стойкость и выносливость, которые необходимы в работе будущего офицера [6, с. 23].

Основными формами организации физической подготовки в военном институте войск национальной гвардии являются: практические учебные занятия, утренняя физическая зарядка; спортивно-массовая работа; физическая тренировка в процессе учебно-боевой деятельности.

Для совершенствования навыков боевых приемов на кафедре физической подготовки и спорта для курсантов факультета сил специального назначения был разработан специальный курс «Самозащита без оружия» на основе самбо. При разработке

курса были проанализированы современные подходы к обучению боевых приемов и технико-тактическим действиям в стойке и партере лучших школ самбо.

Целями освоения специального курса «Самозащиты без оружия» являются:

- развитие у будущих офицеров сил специального назначения мотивационно-ценностных установок, посредством присвоения ими характерных для деятельности ценностей, интересов и направленности, оказывающих воздействие на уровень оптимальности профессиональных качеств;
- формирование навыков здорового образа жизни, умений саморегуляции средствами вида спорта самбо, позволяющих офицеру эффективно совершенствовать свои профессиональные качества;
- обеспечение интеллектуального, морального, духовного и физического развития курсантов сил специального назначения;
- формирование навыков самозащиты без оружия и боевых приемов и их практическое применение в различных ситуациях.

Данный курс предусматривает 6 часов (3 раза в неделю по 2 академических часа) занятий самбо в неделю с 1 по 5 курс, в отведенное расписанием дня время для спортивно-массовой работы. Занятия проводятся в современном, специализированном зале самбо, позволяющим в процессе обучения моделировать различные боевые ситуации.

В спорте «модель» рассматривается как совокупность различных параметров, обуславливающих достижение определенного уровня мастерства и прогнозируемых результатов [5, с. 34].

Особое значение в процессе обучения боевым приемам имеет имитационное моделирование, в ходе которого фиксируются определенные события и состояния. При проведении занятий по самбо с курсантами моделируются реальные ситуации, такие как агрессивное поведения толпы, провокационные действия с применением оружия, физической силы.

Такая форма занятий позволяет смоделировать возможные ситуации обострения обстановки и отработать на практике реальные действия военнослужащих, исходя из имеющихся сил и средств у данного подразделения [3, с. 87].

В процессе разработки курса «Самозащита без оружия» нами определены следующие подходы к моделированию:

- создание модели военнослужащего сил специального назначения «нового облика» на основе изучения технико-тактических действий военнослужащих Росгвардии при выполнении ими служебно-боевых задач;
- создание алгоритмов технико-тактических действий на основе ситуаций возникающих при выполнении задач, возложенных на силы специального назначения Росгвардии;
- формирование перечня тактических задач (задержание, обезоруживание, связывание и т.д.) с выделением и упорядочиванием технико-тактических действий.

Как показывает наш опыт, большое значение для эффективности освоения боевых приемов имеет обоснованный подбор физических упражнений, который должны выполняться при прохождении курса.

В содержание курса включены следующие упражнения:

- **общеразвивающие упражнения с партнером, суть которых составляет** преодоление силы тяжести партнера и созданием им нагрузок на различные группы мышц;
- **специально-подготовительные (подводящие) упражнения**, которые по характеру и структуре движений имеют значительное сходство с техническими и так-

тическими действиями (элементы боевых приемов, страховка, самостраховка и простейшие формы борьбы и поединка). Они могут выполняться как без снарядов, так и со снарядами (чучелом, в полной экипировке военнослужащего, в зимней форме одежды, мешком, штангой и т.д.), с партнером;

– **имитационные упражнения**, выполнение боевых приемов борьбы и их элементов без снарядов и со снарядами (борцовским чучелом и мешком). Эти виды упражнений позволяют осваивать и совершенствовать технику, тактику проведения приемов. Но необходимо помнить, что структура технического действия при его выполнении с чучелом и с партнером различна [6, с. 53].

Для сохранения высокого уровня мотивации курсантов к занятиям по теме боевые приемы и повышения эмоционального уровня занятия, целесообразно использовать игровые методы обучения, в процессе игр акцент смещается в сторону развития физических качеств и отработки определенных элементов боевых приемов. Например, такие игры как:

«Бой всадников». Две партии курсантов выстраиваются вдоль черты. Каждая партия делится на «всадников» и «лошадей». «Всадники» садятся верхом на «лошадей». **Задача:** По сигналу "всадники" стаскивают друг друга с «лошадей».

Борьба в кругу. Два курсанта стоят в кругу. **Задача:** вытолкнуть друг друга из круга диаметром 3 – 4 м. Стоять на обеих ногах. Положение рук произвольное.

«Петушинный бой». Курсанты находятся друг против друга на одной ноге, руки за спиной. **Задача:** Прыгая и толкая друг друга плечом, стараются сбить партнера на обе ноги.

Баскетбол с набивным мячом. Две команды по 5 – 8 человек. Вес мяча – 5 кг. Играют на ковре. Бегать с мячом можно любое количество шагов и передавать мяч броском своим партнерам. **Задача:** Отнять мяч любым способом, стараясь свалить противника на ковер. Мяч надо прижать к ковра в специально отмеченном месте.

Борьба за обхват. Курсанты стоят друг напротив друга. **Задача:** первому обхватить туловище партнера спереди и соединить руки на спине.

Борьба за захват. Курсанты стоят друг напротив друга. **Задача:** первым захватить партнера за запястье руки, или за ногу, или за шею.

Выше, указанные специальные упражнения самбо, включенные в содержание курса «Самозащита без оружия» позволяют нам широко применять их с целью воспитания у курсантов психологических качеств, таких как целеустремленность, дисциплинированность, уверенность, инициативность, самостоятельность, решительность, самообладание.

Раскроем некоторые из них:

Целеустремленность – способность к сознательной постановке как общих целей действия (с отдаленными перспективами), так и частных (осуществляемых в ближайшее время и помогающих достижению общей цели).

Дисциплинированность – способность подчинять свои действия установленным правилам и нормам поведения.

Уверенность – способность к трезвому и объективному анализу своих сил и возможностей, в связи с чем курсант без каких-либо сомнений предпринимает данные действия и выполняет их данным образом.

Инициативность – способность объективно оценивать сложившуюся в процессе спортивной борьбы ситуацию и самостоятельно разрешать ее, беря на себя ответственность за предпринимаемые действия и их последствия.

Самостоятельность – способность принимать решения, начинать и доводить до

конца действия, не ожидая указаний и помощи старших командиров или других курсантов, проявляя при этом изобретательность и творчество.

Решительность – способность быстро принимать наиболее правильные в данных условиях решения и активно проводить их в жизнь.

Самообладание – способность не теряться в трудных или неожиданных обстоятельствах, управлять своими действиями, проявляя при этом рассудительность и сдерживая отрицательные эмоции [2, с. с. 671-673].

Таким образом, занятия самбо обладают огромным потенциалом по формированию у курсантов, факультета сил специального назначения, навыков владения боевыми приемами. Прохождение курсантами специального курса «Самозащита без оружия» на основе самбо позволит повысить уровень профессиональной подготовки будущих офицеров и будет способствовать выполнению распоряжения директора Федеральной службы войск национальной гвардии по формированию нового облика офицера войск национальной гвардии.

Список использованных источников

1. Ахматгатин, А.А. Теоретические аспекты профессионально-прикладной физической культуры курсанта образовательного учреждения МВД России // Труды Нижегородского государственного технического университета им. Р.Е. Алексеева. – 2010. – № 1(80). – С. 282-288.
2. Гуца Р.А. Система соматического воспитания профессионально – прикладных физических качеств курсантов военного вуза. Профессиональное образование в современном мире. – 2016. – Т. 6. – № 4. – С. 670-675.
3. Гуца Р.А. Оптимизация развития профессиональных качеств у курсантов факультета сил специального назначения войск национальной гвардии: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08. – Новосибирск, 2019. –189 с.
4. Гуца Р.А. Физическая подготовка как основа профессиональной подготовки военнослужащих войск национальной гвардии к служебно-боевой деятельности / Р.А. Гуца, В.Ф. Шитик // Направления и перспективы развития образования в военных институтах войск национальной гвардии Российской Федерации: сборник научных статей IX межвузовской научно-практической конференции с международным участием. В 3-х частях; Под общей редакцией С.А. Куценко. – Новосибирск: НВИ им. генерала армии И.К. Яковлева ВНГ России, 2018. – С. 64-67.
5. Садковский Е.А. Комплекс учебно-тренировочных заданий по совершенствованию технико-тактических действий в борьбе лежа спортивного самбо: учебно-методическое пособие / Е.А. Садковский, О.А. Шаронова. – Выкса: ИП В.П. Пантелеев, 2016. – С.151.
6. Сергиенко С.В. Методика совершенствования приемов самообороны без оружия на самостоятельных занятиях: учебно-метод. пособие / С.В. Сергиенко, Р.А. Гуца, И.В. Иванов. – Новосибирск: НВИ ВВ имени генерала армии И.К. Яковлева МВД России, 2016. – 78 с.
7. Баркалов С.Н. Боевые приемы борьбы в системе физической подготовки сотрудников ГИБДД // Управление деятельностью по обеспечению безопасности дорожного движения: состояние, проблемы, пути совершенствования. 2018. № 1 (1). С. 61-67.
8. Герасимов И.В. Анализ подготовки сотрудников подразделений специального назначения // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 65-72.

Дзюба Александр Святославович, кандидат педагогических наук, профессор кафедры физической подготовки и спорта,
Украинский Сергей Викторович, старший преподаватель кафедры физической подготовки и спорта,
Краснодарский университет МВД России,
Россия, 350005, г. Краснодар, ул. Ярославская, 128,
e-mail: sasha.aleks-dzu2@yandex.ru

ПРИМЕНЕНИЕ КРУГОВЫХ ТРЕНИРОВОК ВЫСОКОЙ ИНТЕНСИВНОСТИ В ПРОЦЕССЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОСНОВНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Аннотация. В данной статье раскрывается сущность метода высокоинтенсивных круговых тренировок на занятиях по физической подготовке курсантов и слушателей ВУЗов МВД России и степень их влияния на их физические качества.

Ключевые слова: круговая тренировка, интенсивная тренировка, кроссфит, бёрпи, физические качества.

Физическая подготовка в ведомственных ВУЗах МВД России является одной из основных составляющих частей образовательного процесса подготовки будущих защитников правопорядка. Социальные политические и экономические изменения, постоянно происходящие в обществе, требуют от сотрудников полиции высокого уровня профессиональной подготовленности и умелого владения служебных и боевых навыков. Все это, в свою очередь, требует от образовательного процесса внедрения новых методик, техник и инновационных подходов к системе обучения курсантов и слушателей.

Одним из таких инновационных подходов можно считать применение метода тренировок высокой интенсивности на занятиях по физической подготовке. Для более полного понимания сущности данного метода определим понятие и основные характеристики интервальных тренировок высокой интенсивности.

Круговые тренировки высокой интенсивности являются разновидностью кардиотренировок. Они основываются на основном принципе: необходимо чередовать периоды высокой и низкой интенсивности. Высокая интенсивность составляет примерно 100% ЧСС, низкая – около 50% ЧСС. Данный вид тренировок ускоряет метаболизм, помогает нарастить мышечную массу, а также способствует развитию уровня выносливости.

Преподаватель физической подготовки необходимо учитывать, что данный вид тренировок подходит исключительно к тем обучающимся, которые имеют достаточный уровень физической подготовки. Нецелесообразно проводить такой тренинг в начальном периоде обучения.

Стоит обратить внимание на тот факт, что при круговой тренировке необходимо чередовать нагрузку. Иными словами, нагрузка должна быть различная, на разные группы мышц.

При круговых тренировках высокой интенсивности на занятиях по физической подготовке можно применять спортивный инвентарь: гири, гантели, мячи, утяжелители и т.п. В каждом конкретном случае сценарий проведения тренировок будет зави-

сеть от имеющегося спортивного инвентаря, подготовки обучающихся и мастерства педагога.

Какие же физические качества становится возможным развить и улучшить при помощи данных тренировок? Безусловно, это силовые показатели. При тренировках с отягощениями в короткий промежуток времени тренировки мышцы обучаемого работают на максимум, выделяя при этом взрывную силу. Все это сказывается на общих показателях силы.

Следующим развиваемым физическим качеством является быстрота. В рамках круговой интенсивной тренировки именно быстрота отвечает за качество каждого последующего упражнения. Обучаемые за короткий промежуток времени заранее мысленно продумывают свои последующие действия. Здесь наравне с быстротой таким же образом развивается ловкость.

И, конечно, самым важным физическим качеством, развиваемым при круговых высокоинтенсивных тренировках, безусловно является выносливость. Именно это физическое качество является наиболее ценным для сотрудника полиции для использования его в служебной ситуации. При выполнении упражнений развивается как анаэробная, так и аэробная выносливость. Небольшой промежуток отдыха заставляет работать организм в режиме кислородной недостаточности (гипоксии).

Таким образом, круговые интенсивные тренировки позволяют развить широкий спектр физических показателей курсантов и слушателей. Особо ценными указанные тренировки будут являться для будущих сотрудников спецподразделений.

На занятиях по физической подготовке данный вид тренировок целесообразнее применять в заключительной части занятия перед растяжкой. Время, необходимое на выполнение упражнений примерно 5-10 минут. В некоторых случаях круговую тренировку можно применять после спарринга или боевых приемов борьбы. Это нацелит обучающихся на работу в условиях повышенной работоспособности, обстановке, приближенной к боевой.

Основными упражнениями являются:

- планка. Данное упражнение может выполняться как на локтевых суставах, так и на прямых руках. Для разнообразия можно использовать боковую планку;
- бёрпи – сгибание и разгибание рук в упоре лежа с последующим выпрыгиванием вверх;
- приседания с последующим выпрыгиванием. Можно использовать приседания, в которых в качестве утяжелителя применяется партнер;
- сгибания и разгибания рук в упоре лежа;
- запрыгивания на преграду;
- скручивания (упражнения на пресс);
- «Прыгающий Джек». Прыжки с попеременным выпадом ногами в стороны и хлопком руками над головой и др.

Упражнения могут варьироваться в различных направлениях. Основная задача обучаемых – закончить несколько кругов упражнений в минимально короткий временной промежуток. Отдых между кругами – примерно 20 секунд.

Таким образом, можно отметить, что круговые тренировки на занятиях по физической подготовке курсантов и слушателей ВУЗов МВД России значительно способствуют развитию физических качеств, необходимых для дальнейшей профессиональной деятельности.

Список использованных источников

1. Баркалов С.Н. Основные направления взаимосвязи физкультурной и профессиональной деятельности // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 5-9.
2. Герасимов И.В. Содержание физической подготовки с учетом двигательных способностей сотрудников полиции // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 3 (76). С. 115-117.
3. Гузь С.М. Средства и методы развития силы на этапе предварительной подготовки в силовом троеборье // Ученые записки университета имени В.П. Лесгафта. 2009. № 6. С. 28-32.
4. Дворкин Л.С. Научно-педагогические основы системы многолетней подготовки тяжелоатлетов : дис. ... докт. пед. наук. М., 1990. 453 с.
5. Кузнецов М.Б. Применение метода плиометрических тренировок для развития физических качеств курсантов образовательных организаций МВД России // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 2 (75). С. 143-146.
6. Макеева В.С., Баркалов С.Н., Герасимов И.В. Дифференцированная физическая подготовка атлетической направленности для курсантов юридических вузов // Вестник спортивной науки. 2018. № 2. С. 51-54.
7. Остапенко Л.А. Особенности тренировочного процесса в силовом троеборье на этапе отбора и начальной подготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2002. 22 с.
8. Струганов, С.М. Внедрение инновационных технологий в учебный процесс высших образовательных заведений МВД России для подготовки высококвалифицированных специалистов // Вестник Восточно-Сибирского института МВД России. 2012. № 1 (60). С. 31-36.
9. Что такое кроссфит? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://steelsports.ru/chtotakoe-krossfit/> (дата обращения: 14.09.2019).

Зайцева Анна Олеговна, преподаватель кафедры физической подготовки,
Никифорова Наталья Николаевна, курсант 2 курса факультета подготовки
следователей и судебных экспертов,
Восточно-Сибирский институт МВД России,
России, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 110.
e-mail: anuta-panterka@mail.ru

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ, ПРОХОДЯЩИХ ПРОЦЕСС ВОССТАНОВЛЕНИЯ ПОСЛЕ БОЛЕЗНИ

Аннотация. В данной статье рассмотрена проблема восстановления физической подготовленности курсантов и слушателей после перенесенных заболеваний. Особое внимание обращается на период восстановления и процесс реабилитации. Отражены аспекты применения физических нагрузок во время занятий по физической подготовке.

Ключевые слова: физическая подготовка, процесс восстановления, учебная нагрузка.

В настоящее время перед сотрудником полиции стоит множество задач, таких как: обеспечение законности, борьба с преступностью, обеспечение общественной безопасности и общественного порядка, а также защита жизни и здоровья граждан. Для решения данных функций сотруднику правоохранительных органов необходимо поддерживать физическую форму и уровень образования.

Физическая подготовка сотрудника выступает наиболее важным элементом, составляющим профессионализм служителей правопорядка. Руководство МВД России уделяет физической подготовке немаловажное значение, воспитывая в курсантах и слушателях учебных заведений навыки быстроты, выносливости, гибкости и силы. Однако во время учебного процесса нередко перед преподавателями встаёт острый вопрос, который затрагивает проблему обучения курсантов, проходящих реабилитацию после болезни.

Основным средством физической подготовки являются упражнения общефизического и служебно-прикладного характера. По качеству выполнения данных упражнений курсанту и слушателю выставляется балл, который составляет его будущую оценку по дисциплине «физическая подготовка». В такой системе оценивая курсант, пропустивший занятий и потративший время на восстановление после болезни, сдаёт предоставленные нормативы хуже своих однокурсников, что сказывается на его балле.

Причины заболеваний могут быть разные:

- физическая и эмоциональная усталость, присущая сотрудникам правоохранительных органов, которая приводит к иммунной дисфункции. Данная проблема приобретает всё большую актуальность в связи с рабочей/учебной нагрузкой и сложным распорядком дня;
- окружающая среда, включая локальное экологическое загрязнение;
- характер питания;
- вредные привычки;
- нервно-психическое состояние. В последнее время многие сотрудники поддаются стрессу и депрессиям, связанным со служебной деятельностью;

- образ жизни;
- ослабленный иммунитет;
- наследственность;
- приобретённые заболевания и т.д.

При заболеваниях необходимо знать следующее: при возникновении инфекции организм человека активизирует все доступные ресурсы, по-настоящему истощая иммунную систему, тем самым нанося значительный вред здоровью. Занятие физической культурой во время болезни и после нее заставляет наш организм работать намного быстрее, расходуя энергию на борьбу с внутренней угрозой и на занятия физическими нагрузками, что приводит к полному истощению иммунной системы. Для достижения высоких результатов при выполнении нормативов курсанту или слушателю необходимо дать время организму на восстановления потраченных ресурсов. После болезни процесс восстановления проходит в течении десяти суток.

Однако не стоит забывать об индивидуальности каждого организма и тяжести болезни. Точные сроки необходимо определить совместно с врачом. Любые физические нагрузки могут осложнить состояние организма при заболевании или после него.

При возникновении болезни курсант или слушатель часто не обращает внимание на физическое недомогание и пытается выполнить норматив на высокий балл, подвергая свой организм настоящему стрессу. При этом сотрудник умалчивает о своей болезни, боясь показаться отстающим от программы в глазах преподавателя или однокурсников. Для избежание подобных случаев преподаватель должен обладать профессиональными качествами, позволяющими выявить состояние курсанта и самостоятельно отстранить его от выполнения упражнения.

Но все же некоторые подводящие упражнения выполнять представляется возможным. Такие нагрузки должны включать в себя основательную разминку и заминку. В подобные упражнения обязаны входить легкие кардио-сессии (бег), однако нагрузка должна быть намного легче привычной.

Таким образом, можно сделать вывод, что заниматься спортом вовремя и после болезни, а тем более выполнение нормативов, сотруднику полиции противопоказано во избежание ухудшения состояния организма.

Для курсантов и слушателей, проходящих процесс восстановления после болезни необходимо создать условия, при которых они могли бы сдавать нормативы и выполнять упражнения, не теряя баллы и не получая неудовлетворительные оценки.

Список использованных источников

1. Гендлин Г.Е. Физические нагрузки и продолжительность жизни / Г.Е. Гендлин, Я.И. Учаева, А.В. Мелехов // Атмосфера. Новости кардиологии. 2013. № 3. С. 39-44.
2. Калинин Л.А. Спорт и окружающая среда / Калинин Л.А [и др.] // Вестник спортивной науки. 2008. № 4. С. 109-112.
3. Карданов А.К. Значение физической подготовки в профессиональной деятельности современного полицейского // Теория и практика общественного развития. 2014. № 14. С. 118-120.
4. Хальзов В.И., Кропанов А.С. Физическое воспитание в общей системе профессиональной подготовки курсантов образовательных учреждений МВД России // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. 2012. №2. С. 200-223.
5. Коновалова А.О., Толстихин А.Н. Самоконтроль как один из факторов профилактики травматизма в процессе занятий физической подготовкой и спортом // Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных организациях высшего образования. Здоровый образ жизни как фактор профилактики нарко-

мании: сб. мат-лов всероссийской науч.-практич. конф. 19 мая. Красноярск: ТЭИ СФУ, 2018. С. 52-57.

6. Галимова А.Г., Ворожцов А.М., Ермаков А.Р. Меры безопасности на занятиях по физической подготовке в образовательных организациях МВД России: уч. пособие. Иркутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2018. 56 с.

7. Герасимов И.В. Особенности методики обучения курсантов с низким уровнем физической подготовленности // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 1 (74). С. 99-102.

8. Макеева В.С., Баркалов С.Н., Герасимов И.В. Динамика адаптации курсантов разного пола к условиям обучения в юридическом вузе // Наука и спорт: современные тенденции. 2018. Т. 19. № 2 (19). С. 79-83.

9. Панова О.С. Особенности самостоятельной физической подготовки курсантов женского пола образовательных организаций МВД России // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 5. (159). С. 201-205.

УДК 796.422.14

Залесова Ольга Васильевна, преподаватель кафедры физической подготовки,
Нижегородская академия МВД России
Россия, 603950, г. Н. Новгород, ул. Анкудиновское шоссе, 3;
Самойлюк Ростислав Николаевич, кандидат юридических наук,
преподаватель центра профессиональной подготовки инструкторов по служебной и
боевой подготовке ГУ МВД России по г. Москва,
Россия, 119361, г. Москва, ул. Лобачевского, 116/1,
e-mail: olga.zalesova.96@mail.ru, roman7771777@yandex.ru

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СОТРУДНИКОВ ОВД СРЕДСТВАМИ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Аннотация. Скоростные способности сотрудников полиции являются одними из основополагающих физических качеств сотрудников ОВД. Наиболее благоприятный период для их совершенствования приходится на период курсов подготовки, переподготовки сотрудников ОВД и при обучении курсантов и слушателей в образовательных организациях МВД России.

Ключевые слова: скоростные способности, легкоатлетические упражнения, физическая подготовка, общефизическая подготовка, физические качества, образовательные организации МВД России.

Уровень физической подготовки во многом зависит от профессиональной подготовленности сотрудника полиции [3]. Уровень физической подготовки сотрудника полиции определяется степенью развития его физических качеств. Основная цель физической подготовки – приобретение умений и навыков, психических и физических качеств, способствующих сохранению высокой работоспособности и эффективному выполнению оперативно-служебных задач. Физическая подготовка содержит общефизические упражнения (на силу, быстроту, выносливость) и служебно-прикладные упражнения (боевые приемы борьбы, преодоление полосы препятствий).

Физическая подготовка как учебная дисциплина в образовательных организациях МВД России по организации, содержанию и проведению занятий значительно отличается от занятий по физической культуре в гражданских вузах. Основной задачей, которая решается в процессе обучения, является обеспечение оптимального развития физических качеств, необходимых сотрудникам полиции для эффективного выполнения оперативно-служебных задач [4].

Физическая подготовка – один из ключевых критериев оценки, во время прохождения аттестации сотрудника полиции на соответствие замещаемой должности, данный критерий указывает на необходимость постоянного совершенствования умений и навыков, а также развития физических качеств, применения боевых приемов борьбы [1].

На сегодняшний день вопросам развития физических качеств сотрудников полиции уделяется много внимания. В результатах научных исследований содержатся большое количество эффективных методик способствующих развитию скоростно-силовых качеств, выносливости, силы сотрудников полиции.

При подготовке квалифицированных сотрудников полиции в образовательных организациях МВД России вопросы совершенствования скоростных навыков бега имеет первостепенное значение. Это подтверждается тем, что кандидаты на обучение, уже должны владеть определенными физическими навыками бега в соответствии с нормативами вступительных испытаний в образовательные организации МВД России. Так как требования физической подготовленности курсантов процессе обучения в образовательной организации системы МВД России с каждым курсом только растут.

Выносливость и физические данные формируются у сотрудников ОВД в процессе занятий на физической подготовке:

1) В зимний период:

1. «Круговые тренировки» (осуществление системы упражнений направленных на проработку различных групп мышц, с чередованием разных дистанций скоростным бегом);

2. Упражнения для развития силовых физических качеств (упражнения на мышцы пресса и другие группы мышц, подтягивания, отжимания, борьба);

2) В летний период:

1. Тренировки, проводимые на открытых стадионах и площадках (бег для юношей на 3 км, для девушек на 1 км).

2. Упражнения, помогающие совершенствовать скорость при беге (бег 10х100, 5х200 и другие комплексы упражнений).

3. Игровые виды спорта (футбол, баскетбол, волейбол) направлены на развитие таких качеств у сотрудников ОВД как скоростная выносливость, тактические навыки, ловкость и быстрота [2].

Помимо общих занятий предлагается развивать навыки скоростного бега самостоятельно по наставлению и рекомендациям от преподавателей кафедр физической подготовки.

В заключение следует отметить, что физическая подготовка сотрудников полиции является приоритетным направлением кадровой политики МВД России [5, 6]. В процессе выполнения профессиональных задач сотрудник полиции постоянно сталкивается с ситуациями, в которых необходимо преследование правонарушителей и преодоления различных препятствий. Успешные действия по задержанию правонарушителя, в том числе во многом будут зависеть от уровня развития скоростно-

силовых качеств. Учитывая это, рассматриваемое нами физическое качество является профессионально значимым.

Список использованных источников

1. Алдошин А.В. Спорт в профессиональной и физической подготовке сотрудников ОВД // Наука и практика. Орел: ОрЮОИ МВД России им. В.В. Лукьянова. 2014. № 3(60). С. 126-129.
2. Ананьев С.И., Апальков А.В., Горбатенко А.В. Развитие физических качеств курсантов образовательных организаций МВД России на основе применения комплексов подвижных игр // Вестник Белгородского юридического института МВД России. 2015. № 1. С. 47–52.
3. Ворончихин Д.В., Залесова О.В. Физическая подготовка как залог успешного выполнения оперативно-служебных задач сотрудников ОВД России в профессиональной деятельности // Актуальные проблемы учебно-воспитательного процесса по дисциплине «Физическая подготовка (культура)» в высшей образовательной организации: сборник трудов Всероссийской научно-практической конференции; под ред. А.Н. Волкова, С.В. Кузнецова. Н. Новгород, 2019. С. 40-42.
4. Панова О.С. Особенности самостоятельной физической подготовки курсантов женского пола образовательных организаций МВД России // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 5. (159). С 201-205.
5. Самойлюк Р.Н. Методы осуществления государственной власти в Российской Федерации: диссертация ... кандидата юридических наук: 12.00.01. Н. Новгород, 2013.
6. Самойлюк Р.Н. Определяющие факторы эффективности методов осуществления государственной власти // Юридическая наука и практика: Вестник Нижегородской академии МВД России. 2014. № 4 (24).
7. Кузнецов М.Б., Осипов Д.В. К вопросу о роле занятий легкой атлетикой в процессе совершенствования физической подготовленности сотрудников ГИБДД // Управление деятельностью по обеспечению безопасности дорожного движения: состояние, проблемы, пути совершенствования. 2018. № 1 (1). С. 233-238.
8. Кузнецов М.Б. Применение метода плиометрических тренировок для развития физических качеств курсантов образовательных организаций МВД России // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 2 (75). С. 143-146.
9. Струганов С.М. Физическая культура и спорт как фактор гармоничного развития человека и социально-экономического развития государства // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Ростов-на-Дону: Ростовский юридический институт МВД России, 2018. С. 263-267.

О ПРИКЛАДНОМ ЗНАЧЕНИИ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ УЧАЩИХСЯ СИЛОВЫХ ВЕДОМСТВ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Аннотация. Рассматриваются аспекты и пути развития профессионально-прикладной подготовки. Роль данной учебной дисциплины в учебном процессе, ее коммуникативная составляющая, а также конкретные предложения современного концептуального подхода к совершенствованию физической подготовки будущих сотрудников правоохранительных органов.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка; сотрудники правоохранительных органов; тренажерные устройства; полоса препятствий.

Анализируя недостатки подготовки сотрудников правоохранительных органов в историческом аспекте можно заметить, что на протяжении многих лет как у нас в стране, так и за рубежом, существенную роль определяет уровень профессионально-прикладной физической подготовленности выпускников учебных заведений силовых ведомств. Профессионально-прикладная физическая подготовка должна обеспечить высокий уровень развития физических качеств, профессионально-прикладных навыков и психологическую устойчивость в экстремальных ситуациях, которые являются отличительной особенностью профессиональной деятельности сотрудников правоохранительных органов.

Отечественные и зарубежные системы профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников используют средства общефизической подготовки, специальной физической подготовки из различных видов спорта (дзюдо, карате, самбо, другие виды единоборств), различные тренажерные устройства.

Одним из наиболее перспективных направлений совершенствования профессионально-прикладной физической подготовки квалифицированных сотрудников является использование специализированной многоцелевой полосы препятствий. Ее можно также использовать как средство контроля и оценки уровня развития координационных и физических способностей сотрудников правоохранительных органов.

На данном этапе профессионально-прикладная физическая подготовка курсантов в образовательных учреждениях силовых ведомств Республики Беларусь очень похожа. И это не означает ничего плохого. Действенность любой прикладной системы в современном этапе развития правоохранительных органов должна опираться не только на теоретический, но и на практический опыт с учетом прогрессивных достижений в области конкретной деятельности.

Подавляющее количество научных работ, пособий в сфере изучения и совершенствования профессионально-прикладной физической подготовки не могут охватить всех нюансов профессиональной деятельности сотрудников правоохранитель-

ных органов. Имеющиеся данные, как правило, разрознены, а иногда и противоречивы, что затрудняет их теоретическое обобщение и практическую реализацию.

Как в нашей стране, так и за рубежом, проблеме совершенствования профессионально-прикладной физической подготовке сотрудников правоохранительных органов придается большое значение. Для этого используются различные средства: средства общей физической подготовки, специальной физической подготовки из различных видов спорта (преимущественно спортивных единоборств), различные тренажерные устройства. А в последние годы больше внимания стали уделять использованию специализированных полос препятствий.

Специалисты в области совершенствования профессионально-прикладной физической подготовки отмечают, что с учетом развития современных технологий использование многоцелевой полосы препятствий в силовых структурах при регулярном ее использовании может раскрыть новые возможности в профессиональной подготовке сотрудников правоохранительных органов и будет способствовать решению следующих задач:

- развитие способностей к быстрым и точным действиям в сложной обстановке;
- обучение наиболее эффективным приемам преодоления препятствий, выполнение их в сочетании с различными способами перемещений;
- выработка выносливости, ловкости, скорости, силы, решительности, быстроты, ориентировки и инициативности в процессе выполнения разнообразных и непрерывно чередующихся напряженных действий;
- воспитание уверенности в своих силах, стремление сблизиться с правонарушителем и обезвредить его.

Далее, можно предположить, что системное применение похожих тренажерных комплексов положительным образом отразится и на психическом состоянии сотрудников, так как многоцелевая полоса препятствий представляет собой техническую конструкцию, сложность которой закладывается на основе четких представлений о профессиональном предназначении конкретного сотрудника или подразделения. Следовательно, преодоление ее связано не только с физическим напряжением испытуемого, но и с умственным.

Разработка и внедрение в учебный процесс профессионально – ориентированных модулей, специализированных тренажерных комплексов может в значительной мере закрепить или даже повысить престиж и значимость профессии сотрудника правоохранительных органов.

Список использованных источников

1. Аксенов В.Б. Милиция и городские слои в период революционного кризиса. Проблемы легитимности // Вопросы истории». 2001. № 8. С.36-37.
2. Демин В.А. Очерки истории органов внутренних дел Российского государства. Екатеринбург: Издательство Уральского юридического института МВД России, 2001. С. 4-5.
3. Иловайский Д.И. История России [Текст]: в 6 кн.; Кн. 2: Становление Руси: Князь Александр Невский. М.: Чарли; Алгоритм, 1996. С. 362-379.
4. Кольцова М.В. Профессиональная подготовка полицейских кадров Российской империи в период с 1907 г. до февраля 1917 г. (историко-правовое исследование): дисс. ... канд. юрид. наук. М., 2005. С. 76.

5. Мясникович М.В., Пузиков В.В. и др. Основные направления обеспечения национальной безопасности Республики Беларусь. Современное состояние и перспективы: Монография. Минск. Изд-во «Экономика и право», 2003. С. 130-150.
6. Панова О.С. Полоса препятствий как элемент реализации профессиональных умений и навыков при задержании правонарушителей сотрудниками полиции // Физическая подготовка и спорт [Электронный ресурс] : тезисы докладов / редкол. Р.В. Камнев [и др.]. Вып. 2. Волгоград : ВА МВД России, 2018. С. 76-82.
7. Петров А.В. К вопросу о правовом обеспечении организации и деятельности милиции Временного правительства и милиции «белых» правительств Урала и Сибири // Вестник Пермского университета. Юридические науки. 2012. № 1 (15).
8. Ранцев Г.М. Технология применения интенсивных методов тренировки в процессе физической подготовки курсантов вузов МВД России // Теоретико-методологические проблемы совершенствования подготовки специалистов на современном этапе реформы образования : сб. науч.-метод. статей / под ред. В.В. Миронова, В.Л. Пашуты. СПб., 2005. С. 71-72.
9. Чумила Е.А. Повышение уровня профессионально-прикладной физической подготовленности курсантов учреждений высшего образования МЧС Республики Беларусь в процессе профессионально-прикладной физической подготовки: дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04 / Е.А. Чумила. Минск, 2016. 219 с.
10. Баркалов С.Н. Актуальные аспекты оптимизации образовательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 77-80.

УДК 796:005

Игнатъев Александр Владимирович, старший преподаватель кафедры физической подготовки и прикладных единоборств,
Лапкин Владимир Иванович, преподаватель кафедры физической подготовки и прикладных единоборств,
Санкт-Петербургский университет МВД России,
Россия, 198206, г. Санкт-Петербург, ул. Летчика Пилютова, 1,
e-mail: fppe@yandex.ru

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ С ПОМОЩЬЮ ИГРОВОГО ВИДА СПОРТА – РЕГБИ

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы возможности развития всех видов координационных способностей у будущих сотрудников полиции с помощью регби.

Ключевые слова: Курсанты образовательных организаций МВД России, развитие физических качеств, координационные способности.

Цель физического воспитания состоит в развитии физических качеств и в укреплении здоровья. При подготовке сотрудников МВД физическая культура направлена на приобретение навыков, физических и психических качеств. Способствующих успешному выполнению оперативно-служебных задач, сохранение высокой работоспособности и включает в себя общефизические упражнения (на силу, быстроту, выносливость) и служебно-прикладные упражнения (боевые приемы борьбы, преодоле-

ние полосы препятствий). Деятельность сотрудника правоохранительных органов неразрывно связана с физической напряженностью. Ему предстоит профессионально и эффективно реагировать в стрессовых сложных ситуациях, связанных с профессиональной деятельностью.

На сегодняшний день практически все учебные заведения МВД идут по традиционному пути развития координационных способностей. Это определенные упражнения и стандартные методики. Но необходимо учитывать, что, например, при задержании преступника, напавшего на сотрудника полиции, создается фактор внезапности и экстремальной ситуации, что приводит к психологическому напряжению и требует от сотрудника концентрации всех резервов его организма. Стрессовая ситуация ухудшает возможность эффективно использовать свои координационные способности и создает сложность в быстроте применения координированных действий. А ведь ухудшение двигательной деятельности, нерасторопность в стрессовых ситуациях чревато и просто недопустимо в работе сотрудников правоохранительных органов. Поэтому создается потребность в усилении работы над координационными способностями курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД. Для этого необходимо скоординировать средства и методы, которые будут способствовать формированию необходимых координационных способностей. Необходимо определить функции мышечных групп, несущих определенную физическую нагрузку при выполнении профессиональной деятельности. Необходимо подобрать и развивать в процессе занятий по физической подготовке такие виды спорта, которые обеспечивают более полное и эффективно развитие координационных способностей. При стрессовых ситуациях координация движений является ведущей и главной. Необходимость учитывать и точно соизмерять временные, пространственные и другие параметры дает основание для определения значимости координационных способностей. Необходимо обладать такими качествами, как преодоление препятствий на пути, навыки постановки блоков защиты, умение крепкого и устойчивого захвата, выполнение других технических действий, учитывать, что все действия сотрудника полиции при задержании проходят в огромном психологическом напряжении.

Все вышесказанное подводит нас к выбору вида спорта, который бы в полной мере раскрыл возможность развития всех видов координационных способностей у будущих сотрудников полиции.

Одним из таких видов спорта является регби. Во-первых – это силовая игра, во-вторых – это игра, в которой равномерно развиваются все группы мышц. Регби – это мужественный вид спорта, который требует постоянной готовности к неожиданным действиям соперника, умения отражать захваты на предельной скорости, требует высокую коллективную дисциплину и постоянный контроль над собой [1]. Поэтому регби является полезным видом спорта для сотрудников органов внутренних дел.

В тренировочном процессе игры в регби происходит высокий уровень развития сложно координационных навыков профессионально-прикладной физической подготовки курсантов учебных заведений МВД [2]. Это и преодоление полосы препятствий, преодоление захвата и борьбы, применения защитных блоков, быстрота реакции, скорость движения и др. факторы. При проведении тренировок регби используются различные методы: повторный метод, расчлененный, сенсорный, идеомоторный и др. Учитывая специфику будущей профессии необходимо основными средствами воспитания координационных способностей считать физические упражнения повышенной координационной сложности и содержащие элементы новизны. Сложность физических упражнений на тренировочных занятиях регби у курсантов МВД можно создать комбинированием двигательных навыков, сочетая ходьбу и прыжки, бег с препятствиями и ловлю мяча, выполняя упражнения во временных рамках, изменяя

порядок расположения снарядов, их вес, высоту, изменяя площадь опоры в упражнениях на равновесие и т.д. Необходимо больше использовать гимнастические упражнения динамического характера, т.к. именно они одновременно охватывают основные группы мышц. Поэтому, именно регби, с внезапно меняющейся обстановкой, является высокоэффективным средством в развитии координационных способностей у будущих сотрудников МВД. Особо необходимо обратить внимание на упражнения с преимущественной направленностью на отдельные психофизиологические функции, которые обеспечивают управление и регуляцию необходимых двигательных действий. Это будут упражнения на отработку чувства пространства и времени, и упражнения на развитие мышечных усилий. Учитывая будущую профессию, необходимо подбирать специальные упражнения для совершенствования координационных движений. Это упражнения технико-тактического характера, применяемые в тренировочном процессе регби. На спортивной тренировке по регби применяются два вида таких средств:

- подводящие, способствующие освоению форм движений новых, специфических для вида спорта регби;
- развивающие, которые направлены непосредственно на воспитание координационных способностей, проявляющихся в регби.

Упражнения необходимо довести до автоматизма. Только тогда они будут эффективны.

Необходимо так же учитывать момент технического проведения физических занятий по развитию координационных способностей, т.к. эти занятия могут привести к утомлению организма из-за их большой насыщенности двигательными, необходимостью управлять, согласованностью и соразмерностью движений с элементами неожиданности и внезапности, которая требует находчивости, быстроты, переключаемости движений. Следовательно, эти упражнения необходимо планировать в первой половине основной части занятия.

В тренировочном процессе по регби у курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД необходимо развивать следующие координационные способности:

- способность к четкому ориентированию в пространстве;
- способность к дифференцированию временных, пространственных, силовых и др. параметров движений;
- способность к равновесию;
- способность к четкому и быстрому перестроению движений;
- способность к комбинированию движений;
- способность к выполнению заданий в необходимом заданном темпе и ритме;
- способность приспосабливаться к постоянному изменению ситуации;
- способность к выполнению необычной постановке задач;
- способность предвидеть различные признаки движений у соперника, предвосхищать их действия в ходе ситуации;
- способность к рациональному расслаблению мышц своего тела.

Все эти способности проявляются в сложном взаимодействии, в постоянно изменяющейся временной и пространственной ситуации игры в регби. Поэтому их развитию необходимо уделять особое внимание, т.к. они важны в профессии сотрудника МВД.

Именно в регби идет ориентация на методические подходы, так необходимые будущему сотруднику для его профессиональной деятельности. Это разработка ситуационных задач, где на основе принципа постепенности, предполагается последовательное изложение технико-тактических заданий и увеличение объема и интенсивности учебных нагрузок [3]. Это и метод повторного эффекта, используемый при отра-

ботке каждой конкретной ситуации. Здесь важна согласованность в действиях команды и умение быстро перестраивать тактику игры при изменяющихся условиях противодействия сопернику.

Особенности физической подготовки будущих сотрудников МВД опираются на специфику будущей работы курсантов МВД, т.к. от уровня специальной подготовки обучаемых в образовательных организациях МВД России в итоге зависит безопасность граждан и эффективность борьбы с преступностью. Для этого и требуется высокий уровень физической подготовленности и сформированных сложно координационных профессионально-прикладных навыков.

именно вид спорта регби, единственная спортивная игра, которая гармонично вписывается в подготовку курсантов МВД, как нельзя лучше. Она развивает умение координировать свои двигательные действия и быстрому мышлению в короткий период времени, что необходимо сотруднику МВД во время противоборства с противником.

Поэтому, можно с уверенностью сказать, что именно регби может оказать огромное содействие в реализации задач по формированию у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России навыков грамотных, профессиональных действий, устойчивых навыков для эффективного выполнения задач, стоящих перед органами внутренних дел [4].

Список использованных источников

1. Иванов В.А. Интегральная подготовка в структуре тренировочного процесса квалифицированных регбистов / В.А. Иванов – М., 2004. – 134 с.
2. Кононов В.А., Ушенин А.И., Наumenко С.В., Хыбыртов Р.Б. Организация и методика проведения занятий по физической подготовке в образовательных учреждениях МВД России: Учебное пособие. СПб.: Санкт-Петербургский университет МВД России, 2014. 185 с.
3. Корох А.Я. Тренер: деятельность и личность: учебное пособие. М.: Терра-спорт, 2000. 120 с.
4. Ушенин А.И., Наumenко С.В., Кононов В.А. Профессиональная готовность сотрудников полиции России, как способ противодействия угрозам национальной безопасности государства // Научно-методические проблемы подготовки инструкторско-педагогических кадров по боевой и физической подготовке для органов внутренних дел: сборник материалов VI межвузовской научно-практической конференции; под общей ред. Л.И. Тимошенко, С.Н. Кашина. СПб.: Санкт-Петербургский университет МВД России, 2013. С. 127-130.
5. Макеева В.С., Баркалов С.Н., Герасимов И.В. Динамика адаптации курсантов разного пола к условиям обучения в юридическом вузе // Наука и спорт: современные тенденции. 2018. Т. 19. № 2 (19). С. 79-83.
6. Подрезов И.Н. Развитие физических качеств курсантов как будущих специалистов ГИБДД средствами спортивных и подвижных игр // Управление деятельностью по обеспечению безопасности дорожного движения: состояние, проблемы, пути совершенствования. 2018. № 1 (1). С. 339-343.
7. Губанов Э.В. Специфика применения спортивных игр в образовательном процессе по физической подготовке // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 3 (76). С. 118-119.
8. Методика проведения занятий по общей физической подготовке в образовательных учреждениях МВД России: учебно-методическое пособие / авт. сост. С.М. Струганов. Иркутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД РФ, 2015. 104 с.

Коваль Юлия Николаевна, кандидат биологических наук,
доцент кафедры пожарно-технических экспертиз,
Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России,
Россия, 662972, Красноярский край, г. Железногорск, ул. Северная, 1
e-mail: a_yulya@inbox.ru

ЛИЧНОСТЬ АЛЕКСАНДРА СУВОРОВА В ФОРМИРОВАНИИ ВОЕННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ ОБУЧЕНИЯ

Аннотация. Автор отмечает взаимосвязь между физической культурой и профессиональной деятельностью будущих специалистов структуры МВД и ГПС России. В России история становления системы физического воспитания неразрывно связана с военной и трудовой деятельностью. Проанализировав исторические справки, автор отмечает вклад А.В. Суворова в формирование основ военно-педагогической системы обучения в России. Изучение и использование военно-педагогического наследия А.В. Суворова в современных условиях имеет практическое значение в деле обучения и воспитания военнослужащих [2, 4].

Ключевые слова: формирование военно-педагогической системы обучения, личность А.В. Суворова, исторические аспекты, физическая культура, профессиональные навыки.

Существует неоспоримая связь между физической культурой и профессиональной деятельностью человека. В результате физической подготовки у будущих специалистов происходит обогащение индивидуальных профессиональных навыков и умений, воспитание значимых психофизических качеств [4].

Прагматичность физической культуры выражается в том, что она является основным компонентом взаимосвязи с различными сторонами жизни, и прежде всего с трудовой и военной практикой.

В России история становления системы физического воспитания неразрывно связана с военной и трудовой деятельностью.

Углубляясь в историю формирования военно-педагогической системы, следует обратить внимание на взгляды А.В. Суворова в вопросах физического воспитания и физической подготовки. Изучая его произведения по военно-педагогической системе «Полковое учреждение» определяется основная цель – подготовка к победе. Сам А.В. Суворов будучи от рождения хилым и больным ребенком в зрелости показывает образец твердой воли и выносливости [3]. Такие важные качества у полководца проявляются после систематических физических и моральных тренировок, которые помогали ему легко переносить боевые трудности и долгие переходы.

Стоит обратить внимание, что именно А.В. Суворов первым создал комплекс индивидуальной гимнастики и закаливания. Позднее данная методика станет лучшей в мире, опередив почти на целое столетие подобные системы в Европе.

Какие же приемы применял А.В. Суворов, чтоб развить определенные навыки и качества в своих солдатах? Прежде всего, это распорядок дня. В утренние часы вводились физические упражнения, включающие медленную и ускоренную ходьбу и повороты. В любое время года и суток и при любой погоде применялись тактические учения и маршевая подготовка. Такие учения и марши способствовали воспитанию выносливости у солдат и их закаливанию. В процессе тактических учений и походов

широко практиковалось форсирование сложных ландшафтов включающих в себя водные рубежи, засеки, рвы и каналы.

Важным отличием методики А.В. Суворова были условия боевого обучения – учить без «жесткости и торопливости», с «подробным растолкованием и показанием» каждого приема или действия [5]. Его приемы были просты и доступны, а изучаемые действия последовательны и шли на повышение нагрузки, что способствовало постепенному и эффективному развитию физических и волевых качеств. Успешное выполнение учебных заданий формировало «основание храбрости».

Проведя анализ личности А.В. Суворова в формировании военно-педагогической системы обучения, можно сказать о прикладном характере системы физического воспитания и физической культуры.

На сегодняшний день в нашей стране профессионально-прикладная физическая подготовка реализуется в качестве основных и наиболее важных разделов обязательного курса физической культуры в образовательных организациях. Необходимо понимание актуальных и перспективных задач, подлежащих осуществлению в профессионально-прикладной физической подготовке будущих специалистов в сфере профессиональной деятельности структуры МВД и ГПС России [1].

Список использованных источников

1. Алдошин А.В., Алдошина Е.А. Физическая культура и спорт как эффективное средство повышения профессиональной готовности выпускников вузов // Инновации в образовании: сборник материалов Международной научно-практической конференции. Орел: ОГАУ, 2010. С. 185-186.
2. Баркалов С.Н. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников ОВД: основные понятия, направления совершенствования, образовательные технологии // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов: сборник статей. Орел: ОрЮИ МВД России имени В.В. Лукьянова, 2016. С. 31-46.
3. Бескровный Л.Г. Очерки по источниковедению военной истории России. М.: Изд-во АН СССР, 1957. 453 с.
4. Еремин Р.В. Физическая подготовка как фактор, определяющий качество профессиональной деятельности и развития личности // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2014. № 2 (59). С. 167-170.
5. Жилин П.А. Военно-теоретическое наследие А.В. Суворова. М., 1984. С. 487-492.
6. Осенко А.С., Струганов С.М., Лузгин А.Ю. Военно-патриотическое воспитание молодежи одна из главных задач государственной политики России // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: Материалы XVII Международной научно-практической конференции. Иркутск: ФГКОУ ВПО ВСИ МВД России, 2015. С. 417-420.

Козицын Алексей Леонидович, старший преподаватель кафедры
физической подготовки,
Сидельников Владислав Олегович, слушатель 5 курса факультета подготовки
оперативного состава подразделений экономической безопасности
и противодействия коррупции,
Нижегородская академия МВД России,
Россия, 603950, г. Н. Новгород, Анкудиновское шоссе, 3,
e-mail: aleksei2205@yandex.ru

МЕТОДИКА ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА» У КУРСАНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ

Аннотация. В статье рассматривается методика внедрения в образовательную систему МВД России, в рамках дисциплины «Физическая подготовка», модернизированной системы проверки теоретических знаний обучающихся в виде тестовых заданий различной трудности. В статье рассмотрена польза внедрения данной системы, позволяющая готовить на службу в органы внутренних дел высококвалифицированные кадры.

Ключевые слова: физическая подготовка, сотрудники полиции, тестовые задания, подготовка высококвалифицированных кадров.

В настоящее время развитие и подготовка высококвалифицированных кадров в системе МВД России представляется возможным только лишь в том случае, если методы диагностики уровня проверки знаний личного состава являются объективными. Необходимо учесть, что в традиционной методике проведения контрольных срезов знаний, касающихся проверки усвоенного материала, в виде опросов, экзаменов, существует высокая вероятность субъективной оценки. Исходя из вышеизложенного, следует отметить, что именно методика тестирования является наиболее подходящей в данном случае оценкой уровня знаний курсантов системы МВД России. Высокая объективность тестовых заданий позволяет независимо рассматривать и в дальнейшем оценивать знания курсантов.

Поэтому, рассматривая дисциплину «Физическая подготовка» нами предлагается активное внедрение методики оценки знаний курсантов при помощи тестирования. Эффективное определение усвоения пройденного материала, включающее в себя объективную оценку показателя качества знаний, всё это подразумевает под собой тестирование.

Тестирование включает в себе метод педагогической диагностики, в которой преобладают принципы пропорциональности, объективности, точности и адекватности измерений [5].

По мнению Аванесова В.С. педагогический тест включает в себе систему синхронных заданий равнозначной сложности, специфической формой которого является диагностика уровня и структуризации полученных знаний обучающихся [2].

Рассмотрим мнение А.Н. Майорова, который предлагает следующую дефиницию – «инструмент, состоящий из сверенной системы заданий на тестовой основе, общепринятой операции проведения и заранее сформулированной технологии переработки и анализа итогов, предопределённого для оценивания качества и свойств

обучаемого, диагностирование которых способно осуществиться в направлении систематического обучения» [7].

Углубляясь в структуризацию, отметим, что по целям использования педагогических тестов их стоит квалифицировать на два вида: нормативно-ориентированные и критериально-ориентированные тесты. Нормативно-ориентированный тест позволяет распределить обучающихся по величине знаний тематики тестирования. Рассматривая критериально-ориентированный тест, отметим, что он позволяет обнаружить степень усвоения обучающимся определенного раздела в указанной предметной области [6].

Рассматривая данные тесты можно обнаружить ряд сходств, в рамках внешней составляющей, но структурирование и внутренние особенности у представленных тестов различны. Отметим такое отличие как цель создания теста.

Нормативно-ориентированные тесты образуются для того, чтобы произвести сравнение знаний обучающихся в той области содержания, для которой тест и предназначен. Использование таких тестов представляется возможным для рассмотрения кандидатов на поступление (абитуриентов) в ВУЗы МВД России. Критериально-ориентированные тесты необходимы для аттестации обучающихся в области содержания. Такие тесты применяются в итоговом проведении тестирования, например, по окончанию обучения. Вопросы ранжирования в данном случае активно не используются [3].

Разработка тестов начинается с установления направленности предлагаемого материала, представленного в тестировании. В зависимости от целей и задач, которых следует достичь и определяется направление.

Направленность критериально-ориентированных тестов более подробно описывает область содержания теста и благодаря этому данное направление позволяет объективно оценивать тестируемых лиц и благополучно вынести результаты тестирования. В рамках данного направления широко распространены вариативные задачи. Данное направление подразумевает под собой выражение итогового тестового балла в процентной составляющей.

Для нормативно-ориентированных тестов огромное значение имеют статистические характеристики – уровень сложности задания, его различающаяся возможность. Если задание подразумевает под собой средний уровень сложности и высокую дифференцирующую способность, то оно считается подходящим для данного вида теста. Для критериально-ориентированного теста перечисленные выше характеристики не имеют большого значения. Здесь главным критерием для включения задания в тест является соответствие специфике и элементу области содержания. Поскольку цели рассматриваемых видов тестов различны, то и интерпретация полученных результатов будет различной [6].

Тестовые задания имеют конкретизированную форму, что отмечено и в его определении. Задание, обладающее правильной формой, позволяет нам адекватно раскрыть содержание, понятного всем обучающимся, исключает возможность появления ошибочных ответов [1].

Подытоживая, отметим, что педагогический тест есть система тестовых заданий различной трудности, которая позволяет качественно и эффективно измерить уровень и структуру подготовленности испытуемых. Данный метод, метод тестирования, поможет выйти курсантам системы МВД России на качественно новый образовательный уровень.

Список использованных источников

1. Аванесов В.С. Композиция тестовых заданий : Учебная книга для преподавателей вузов, учителей школ, аспирантов и студентов педвузов. М.: Адепт, 1998.
2. Аванесов В.С. Тесты: история и теория // Управление школой. 1999. № 12.
3. Баркалов С.Н. Организация рубежного контроля физической подготовленности курсантов образовательных организаций МВД России // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2017. № 2 (71). С. 115-118.
4. Волков А.Н., Кузнецов С.В. Первоначальная профессиональная подготовка // Актуальные проблемы развития физической культуры слушателей образовательных организаций МВД России: сборник статей. Орел: ОЮИ МВД России им. В.В. Лукьянова, 2018. С. 31-34.
5. Ингенкамп К. Педагогическая диагностика. М.: Педагогика, 1991.
6. Ким В.С. Тестирование учебных достижений: Монография. Уссурийск: УГПИ, 2007. С. 36-38.
7. Кузнецов С.В. Теоретические и методические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации: учебник / С.В. Кузнецов, А.Н. Волков, А.И. Воронов; под ред. С.В. Кузнецова. М.: ДГСК МВД России, 2016. 328 с.
8. Майоров А.Н. Теория и практика создания тестов для системы образования. М.: «Интеллект-центр», 2001.

Колегов Антон Леонидович, кандидат юридических наук, старший преподаватель кафедры физической подготовки сотрудников органов внутренних дел, Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России, Россия, 625049, г. Тюмень, ул. Амурская, 75, e-mail: mera_06@mail.ru

ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ БРОСКАМ «ЧЕРЕЗ БЕДРО» И «ЧЕРЕЗ СПИНУ»

Аннотация. В статье обращено внимание на методику обучения броскам «Через бедро» и «Через спину», основанную на активном использовании подводящих упражнений, которые подготавливают сотрудников ОВД к выполнению движений руками, ногами и спиной с целью выведения соперника из равновесия. Сделан вывод о том, что подводящие упражнения позволяют быстрее наработать необходимые двигательные навыки.

Ключевые слова: подводящие упражнения, сотрудники ОВД, броски, методика обучения.

Потребность в воспитании у сотрудников органов внутренних дел (далее сотрудники) смелости, инициативы, находчивости, формировании навыков самозащиты, обезвреживания и задержания лиц, угрожающих общественному порядку или личной безопасности граждан, имеет долгосрочную актуальность. «Развитие и поддержание профессионально важных физических качеств на уровне, необходимом для успешного выполнения оперативно-служебных задач» - одна из основных задач физической подготовки сотрудников [1, с. 1].

Однако, в настоящее время имеется ряд проблем в правовом обеспечении по подготовке сотрудников в указанном направлении. Анализ Наставления по организации физической подготовки в ОВД РФ, утвержденного приказом МВД России от 01.07.2017 № 450 показывает, что эффективная методика преподавания бросков отсутствует.

Исследование теоретических основ обучения броскам и их практического применения позволило автору разработать методику обучения броскам «Через бедро» и «Через спину». Данная методика основывается на активном использовании подводящих упражнений, в структуре которых включены основные фазы выполнения данных бросков. Упражнения подготавливают сотрудников к выполнению движений руками с целью выведения соперника из равновесия. Так же разработаны подводящие упражнения, направленные на совершенствование техники передвижения ногами при выполнении данных бросков [4, с. 243].

1. Исходное положение: ассистент во фронтальной стойке борца (ноги на ширине плеч и полусогнуты в коленных суставах, носки ног прямо, стопы параллельно друг другу, таз и бедра слегка напряжены, спина прямая, плечевой пояс расслаблен), руки скрещены за спиной.

Порядок выполнения подводящего упражнения: правой ногой осуществляем шаг вперед, левой выполняем подшагивание, таким образом, чтобы и правая и левая нога находилась на одной линии. Далее разворачиваемся на носках обеих ног на 180° и занимаем исходное положение. Выполняется по 10 повторений в каждую сторону;

2. Исходное положение: ассистенты в красной и синей куртке самбо в стойке борца стоят друг напротив друга (без захвата). У ассистента в красной куртке самбо руки скрещены за спиной.

Ассистент в красной куртке самбо осуществляет подводящее упражнение № 1. Подшагивание правой и левой ногой выполняется соответственно к одноименной ноге ассистента, а так же на расстоянии удобном для разворота спиной к ассистенту.

Упражнения с партнером позволяют почувствовать дистанцию и самого партнера. Выполняется по 10 повторений в каждую сторону;

3. Исходное положение: ассистенты в красной и синей куртке самбо в стойке борца стоят друг напротив друга. Ассистент в синей куртке самбо находится во фронтальной стойке, а ассистент в красной куртке самбо расположен к нему перпендикулярно правым боком. Ассистентом в красной куртке самбо левой рукой выполнен захват за куртку самбо ассистента на предплечье его правой руки, а правой за отворот куртки самбо ассистента с его левой стороны.

Порядок выполнения подводящего упражнения: ассистент в красной куртке самбо выполняет тягу обеими руками. Левая рука выполняет тягу вперед-вверх таким образом, что бы в конечном положении она была полусогнута, а тыльная сторона ее ладони была развернута к лицу ассистента и находилась на уровне его головы. Правая рука выполняет тягу вперед в сторону (в правую).

Следует обратить внимание на то, что выведение из равновесия будет более эффективным, если в нем будут задействованы так же мышцы ног и спины. Несмотря на то, что в первую очередь была описана тяга руками, выведение из равновесия начинается с тяги ногами и спиной. Тяга ногами выполняется из исходного положения пружинистым (волнообразным) движением с низу вверх. Далее выведение из равновесия сопровождается тягой спиной и руками. Ассистент, при выведении его из равновесия, в конечном положении должен находиться на носках ног. Выполняется по 25-30 повторений в каждую сторону;

4. В четвертом упражнении исходное положение и порядок его выполнения аналогичны упражнению № 3. Его отличие в том, что его необходимо дополнить подшагиванием левой ногой, как указано в упражнении № 1. Выполняется по 15-20 повторений в каждую сторону;

5. После успешного освоения упражнения № 4 к нему необходимо добавить разворот на носках обеих ног на 180°, как описано в упражнении № 1. Выполняется по 10-15 повторений в каждую сторону.

Результаты проведенного исследования позволяют сделать вывод о том, что подводящие упражнения позволяют быстрее наработать необходимые двигательные навыки и наоборот их отсутствие удлиняет время освоения приемов. Количество и разнообразие подводящих упражнений позволяют отработать все необходимые навыки по отдельности, в связи, с чем, если сотрудники хорошо усваивают материал, можно добавить аналогичные подводящие упражнения, но уже в движении (вперед, назад, в право и в лево).

Хотелось бы обратить внимание, что представленные нами варианты подводящих упражнений возможно использовать как разминочные (в том числе и на зарядке). Их применение допустимо не только на татами, но и при проведении занятий на улице, а так же игровом зале.

Таким образом, в целях более эффективной подготовки сотрудников к броскам «Через бедро» и «Через спину» считаем целесообразным внести предложение о дополнении раздела VII Наставления по организации физической подготовки в ОВД

РФ, утвержденного приказом МВД России от 01.07.2017 № 450, приложением, содержащим описание подводящих упражнений к броскам «Через бедро» и «Через спину» (с текстовым и графическим описанием правильной стойки, вариантов захватов, тяги руками и ногами, способов выведения из равновесия с места и в движении).

Список использованных источников

1. Приказ МВД России от 01.07.2017 № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации».
2. Баркалов С.Н. Боевые приемы борьбы в системе физической подготовки сотрудников ГИБДД // Управление деятельностью по обеспечению безопасности дорожного движения: состояние, проблемы, пути совершенствования. 2018. № 1 (1). С. 61-67.
3. Баркалов С.Н., Флусов Е.В., Струганов С.М. Актуальные аспекты обучения боевым приемам борьбы в системе физической подготовки сотрудников полиции // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2019. № 2. С. 3-10.
4. Осипов Д.В. Правовые особенности применения боевых приемов борьбы в служебной деятельности сотрудников полиции // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 4 (77). С. 161-164.
5. Панова О.С., Шилихин А.С. Метод видеовизуализации как средство повышения качества процесса обучения по дисциплинам модуля «Физическая подготовка» у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 11. (159). С. 243-246.
6. Струганов С.М., Чернигова А.Ю. Повышение эффективности обучения курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств боевым приемам борьбы в экстремальных ситуациях // Экстремальные ситуации, конфликты, социальное согласие: материалы восемнадцатой международной научно-практической конференции; технический редактор В.М. Щукин. М. : Академия управления МВД России, 2016. С. 308-313.
7. Струганов С.М. Методы обучения технико-тактической подготовке курсантов и слушателей на занятиях по физической подготовке // Вестник Восточно-Сибирского института МВД России. 2011. № 1 (56). С. 115-119.

Кошевец Геннадий Владимирович, преподаватель цикла профессиональной
служебной и физической подготовки,
Фаткуллин Рустем Ранисович, преподаватель цикла профессиональной служебной и
физической подготовки,
Уфимская школа по подготовке специалистов – кинологов МВД России,
Республика Башкортостан, 452164, с. Ляхово, Школьная улица, 1,
e-mail: kesha_yfa@mail.ru

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И СПОРТА В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Аннотация. В данной статье рассматриваются содержание дисциплины физическая подготовка, содержания служебно-прикладной физической подготовки применительно к профессиональной деятельности МВД России.

Ключевые слова: Физическая подготовка, физическое воспитание, образовательные организации МВД России.

Служба сотрудников ОВД России неразрывно связана с условиями жесткой криминогенной обстановкой в стране, с агрессией и жестоким преступным поведением со стороны правонарушителей. Определенная сложность и ответственность выполнения поставленных задач в подобных условиях требует от сотрудников ОВД определенных умений и навыков быстро адаптироваться в экстремальных ситуациях. Для поддержания правопорядка и успешного выполнения сотрудниками ОВД своих задач требуется не только юридическая подготовка, но и хорошая физическая форма сотрудника, его постоянная готовность к ведению рукопашного боя, эффективное и четкое владение различного вида оружием.

Как показывает практика, любое пресечение преступных действий со стороны правонарушителей, любой захват преступников во многом зависит от уровня профессионально прикладной подготовленности сотрудников ОВД, что в очередной раз отражает актуальность данной темы. Физическая подготовка - это процесс физического воспитания, имеющий выраженную прикладную ориентацию по отношению к тем или иным видам деятельности, предстоящим в жизненной практике.

Физическая подготовка сотрудников ОВД – это сложный процесс физического и психологического воспитания, который имеет выраженную прикладную ориентацию по отношению к различным жизненным ситуациям на практике. Она предусматривает формирование у сотрудника профессионально важных физических и психологических качеств и служебных навыков, в том числе отработку различных боевых приемов борьбы и способов преодоления различных естественных и искусственных препятствий. Говоря о физической подготовке в деятельности сотрудников ОВД необходимо выделить ее цели и задачи. Целью физической подготовки в системе МВД РФ является формирование у сотрудников психологического и физического уровня подготовленности к успешному выполнению различного рода служебных задач, а именно эффективное использование оружия, специальных средств и физической силы сотрудниками ОВД при пресечении и предотвращении различных преступных посягательств.

Задачами физической подготовки сотрудников МВД РФ являются:

- подготовка к погоне за правонарушителем и к длительному ускоренному передвижению на различных участках местности;
- овладение системой практических умений и навыков самозащиты и личной безопасности в экстремальных ситуациях служебной деятельности;
- формирование у сотрудника необходимых интеллектуальных и профессионально-психологических качеств личности (смелость, решительность, самообладание, настойчивость и другие);
- укрепление у них здоровья, развитие физических и волевых качеств, что является немаловажным для успешного выполнения сотрудниками своих обязанностей.

Подготовка сотрудников к выполнению практических задач начинается с первых курсов обучения в институтах системы МВД России. Подготовить отлично физически развитых, координированных, обладающих высокой степенью психической устойчивости, смелых, решительных, уверенных в своих силах и инициативных сотрудников органов внутренних дел, которые способны успешно действовать в сложной, быстроменяющейся, насыщенной опасными и критическими ситуациями обстановках при задержании и обезвреживании вооруженных преступников – такая главная задача преподавателей по физической подготовке в МВД России.

Занятия по физической подготовке в институтах системы МВД России проводятся на основе определенной программы. Основное содержание такой программы составляют упражнения и приемы, которые отрабатываются всем личным составом одновременно. При этом, в зависимости от подразделения, главное внимание обращается на выполнение боевых приемов борьбы, на умение результативно вести рукопашный бой в условиях, приближенных к реальным.

Освоение боевых приемов борьбы осуществляется в соответствии с общеметодическим принципом: от более простого к более сложному, от изучения техники выполнения отдельного элемента, двигательного действия, до изучения тактики применения приема в служебной деятельности. Сознательное усвоение учебного материала, его наглядность и доступность являются одними из основных требований, которые предъявляются к методике обучения боевым приемам борьбы.

Занятия спортом, как для сотрудников, так и для людей не связанных со службой в ОВД, являются средством достижения необходимых человеку двигательных физических качеств. При занятиях спортом совершенствуется умение управлять собой, быстро и правильно ориентироваться в разнообразных сложных ситуациях, своевременно принимать решения, разумно рисковать или воздерживаться от риска, что очень важно для сотрудников ОВД, деятельность которых постоянно связана с рисками, требующими быстрых, грамотных и четких решений. Занимаясь спортом, выступая на различных соревнованиях, будущие сотрудники добиваются определенных результатов. Результаты в спорте оказывают прямое воздействие на результаты в борьбе с преступностью в будущем. Спортивные соревнования укрепляют чувство коллективизма, укрепляют боевой дух будущих сотрудников.

Так же, немаловажным является вопрос воспитания у будущих сотрудников, которые будут выполнять поставленные задачи на практике психологической устойчивости, способности правильно оценить ситуацию, успешно действовать при захвате преступников, проявляя при этом смелость, самообладание и решительность. С этой целью, по моему мнению, следует постоянно вводить в занятия по физической подготовке элементы внезапности и риска, свойственные реальной криминогенной обстановке на практике. Нужно дорабатывать боевые приемы борьбы до автоматизма, чтобы у будущих практических сотрудников ОВД техника выполнения тех данных при-

емов была на подсознательном уровне, в таком случае при необходимой ситуации, при внезапном нападении, сотрудник автоматически выполнит то или иное действие, способствующее задержанию правонарушителя.

В заключении хочется отметить, что в настоящее время в связи со сложной криминальной ситуацией в стране для сотрудников ОВД стало обычным делом применение физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия, что напрямую связано с риском причинения неблагоприятных последствий для жизни и здоровья человека. В связи с этим нами затрагивается проблема обеспечения и соблюдения прав человека, обеспечение законности при проведении различных действий сотрудниками ОВД. Для того чтобы действовать профессионально и грамотно при защите общества и государства от преступных посягательств сотрудники полиции должны постоянно улучшать свою физическую подготовку и систематически изучать нормативно-правовые акты, регламентирующие деятельность сотрудников полиции в данной сфере.

Список использованных источников

1. Смолянинова Е.С. Пути совершенствования физической подготовки сотрудников правоохранительных органов: совершенствование физической, огневой и тактико-специальной подготовки сотрудников правоохранительных органов // Физическая подготовка и спорт. Орёл, 2015.
2. Шохин В. Е. Физическая культура в органах внутренних дел // APRI-ORI. Сер.: Гуманитар. науки. 2016. № 4.
3. Физическая подготовка: курс лекций. Екатеринбург: Уральский юридический институт МВД России, 2016. 144 с.
4. Барчуков И.С. Физическая подготовка личного состава спецподразделений. М.: Спорт-АкадемПресс, 2015. 252 с.
5. Баркалов С.Н. Основные направления взаимосвязи физкультурной и профессиональной деятельности // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 5-9.
6. Панова О.С., Шутина Д.Д. Совершенствование физической подготовки сотрудников ОВД России // Современные научные исследования в сфере педагогики и психологии: сборник результатов научных исследований. Киров, 2018. С. 557-561.
7. Герасимов И.В. Пути совершенствования физической подготовки слушателей профессионального обучения // Наука-2020. 2017. № 2 (13). С. 248-254.
8. Струганов С.М., Чернигова А.Ю. Повышение эффективности обучения курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств боевым приемам борьбы в экстремальных ситуациях // Экстремальные ситуации, конфликты, социальное согласие: материалы восемнадцатой международной научно-практической конференции; технический редактор В.М. Щукин. М. : Академия управления МВД России, 2016. С. 308-313.

К ВОПРОСУ О РАЗВИТИИ ГИБКОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ У КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Аннотация. В специальной научной литературе отмечается, что профессиональная деятельность сотрудников органов внутренних дел требует от них не только специальных профессиональных знаний, но и высокой физической подготовленности. В данной статье рассматривается вопрос развития физического качества гибкости на занятиях физической подготовкой в образовательных организациях МВД России.

Ключевые слова: курсант, физическая подготовка, гибкость, подготовительные упражнения.

Занятия физической подготовкой в МВД России рассматривается как первенствующий фактор успешного решения оперативно-служебных задач, как составная часть профессиональной физической подготовки сотрудников органов внутренних дел.

Служебная деятельность сотрудников органов внутренних дел требует от них не только специальных профессиональных знаний, но и высокой физической подготовленности. Особое значение при этом уделяется знанию боевых приемов борьбы, умению успешно их применять в экстремальной обстановке [5, с. 6].

Для достижения высоких результатов на занятиях по физической подготовке курсанты образовательных организаций МВД России должны совершенствовать технику выполнения боевых приемов борьбы, но и развивать основные физические качества: силу, выносливость, быстроту, ловкость и гибкость.

По мнению многих авторов, развитие гибкости в совершенствовании физической подготовки у курсантов имеет особое значение. Будущие сотрудники ОВД с хорошо развитой гибкостью выполняют поставленные задачи по их боевому предназначению быстро и качественно в постоянно меняющейся современной обстановке. Ведь плохо развитая гибкость препятствует координации перемещений, а целостность их становления объясняет широкие способности для становления ловкости. Гибкость играет важную роль и при выработке служебно-прикладных навыков: она необходима для успешного освоения боевых приемов борьбы, преодоления препятствий, легкой атлетике, передвижениях на лыжах, метании гранаты [1, с. 59; 2, с. 50].

В настоящее время, в теории и практике физической подготовки, гибкость представляет собой одно из пяти основных физических качеств человека, характеризующееся степенью подвижности звеньев опорно-двигательного аппарата и способностью выполнять движения с большой амплитудой.

Основная задача развития гибкости у курсантов состоит в обеспечении высокого уровня всесторонней подвижности в суставах, который позволит благополучно овладевать необходимыми и важными для выполнения служебных задач умениями и

навыками, а также с высокой результативностью проявлять и остальные двигательные способности [3, с. 156].

В настоящее время, на занятиях по физической подготовке развитие гибкости курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России может осуществляться на различных стадиях.

В подготовительной части их используют в ходе разминки, обычно после динамических процедур, равномерно увеличивая амплитуду перемещений и сложность выполнения. В основной части упражнения выполняются сериями, чередуя с работой основной направленности, либо сразу с исполнением силового комплекса упражнений во второй половине данной части занятия, подчеркнув их самостоятельным блоком нагрузки. В заключительной части процедуры на растягивание смешиваются с процедурами на расслабление и самомассажем. Эффективность упражнений на растягивание зависит от направленности тренировочной работы [4, с. 30].

Для курсантов, занимающихся отработкой боевых приемов борьбы, особая гибкость связана, прежде всего, с физической активностью в тазобедренных суставах, а также с физической активностью позвоночника, плечевых и голеностопных суставов. При совершенствовании особой гибкости на занятиях используют комплексы специально-подготовительных процедур, логически выбранных для целенаправленного действия на суставы, маневренность, в которых в большей мере описывается успешность профессиональной либо спортивной деятельности.

Упражнения, выполняемые с большой и максимальной амплитудой (упражнения на растягивание), являются средствами развития гибкости и подвижности в суставах. В зависимости от формы и способа воздействия на мышечный и суставно-связочный аппарат существуют активные, пассивные и статические упражнения на растягивание.

Активная растяжка состоит из контролируемых движений ног и рук, которые мягко пружинят вес тела в рамках диапазона возможностей мышц. Это может быть, как медленное (движение с акцентом), так и быстрое движение. Это могут быть всевозможные махи, перекаты из шпагата в шпагат.

Пример динамического движения: поставить ладонь как цель и делать мах в ладонь, таким образом, не переходя в баллистическое движение, или делать свободный мах, но при этом не бросать, а вести ногу. Но это, конечно, сложнее, чем вариант с ладонью.

Пассивные упражнения включают воздействие партнера, отягощений, специальных приспособлений, а также воздействие веса собственного тела. Упражнения в статике требуют сохранения неподвижного положения с предельно возможной амплитудой в течение некоторого времени, как правило, 6–9 секунд, и после расслабления действие повторяется несколько раз. При выполнении таких упражнений не допускаются болевые ощущения, темп выполнения медленный, амплитуда и степень воздействия внешней силы увеличивается постепенно.

Статическая растяжка – является наиболее распространенной и рекомендуемой. Следует принять положение и удерживать его в течение 30 до 60 секунд. Застыв в позе, следует сфокусировать все внимание на ощущениях в мышцах (должны почувствоваться ощущения мягкого вытягивания, но не боль). Основная нагрузка направлена на мышцы. Мягкое воздействие на сухожилия и суставы. Растяжка своим весом, наклоны вперед. Складочки в вертикальном положении, где самое главное расслабиться и «повиснуть» всей тяжестью своего верха. Шпагат тоже предполагает расслабление, но только в паху, а не в коленях.

Кроме того, необходимо выполнять такие упражнения после разминки и полного разогрева всего организма, в особенности тех мышц, на которые будет осуществляться воздействие.

На наш взгляд, самый действенный метод развития гибкости - это повторный метод, в котором упражнения на растягивание выполняются сериями по 2-3 круга. Так же, в качестве дополнительных, могут применяться игровой и соревновательный методы (в которых необходимо продемонстрировать лучшие показатели гибкости и подвижности в суставах, чем у других занимающихся) [5, с. 8].

Таким образом, можно отметить, что такое физическое качество, как гибкость является равным по значению силе, ловкости, скорости. Оно представляет собой базис для развития всех остальных двигательных качеств. Именно в процессе обучения, в нашем случае будущих сотрудников ОВД, как раз и формируются физические навыки и умения, необходимые для последующей успешной служебной деятельности в органах внутренних дел.

Список использованных источников

1. Подрезов И.Н. Совершенствование профессионально-значимых двигательных качеств слушателей образовательных организаций МВД России в процессе физической подготовки // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 57-61.
2. Махов С.Ю., Губанов Э.В. Формирование волевых качеств спортсменов-рукопашников // Наука-2020. 2018. № 5 (21). С. 45-55.
3. Губанов Э.В. Некоторые особенности развития и тренировки физических качеств у курсантов образовательных организаций МВД России // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 154-157.
4. Баркалов С.Н. Формирование волевых качеств курсантов образовательных организаций МВД России средствами физической подготовки // Актуальные проблемы развития физической культуры слушателей образовательных организаций МВД России: сборник статей. Орел: ОрЮИ МВД России им. В.В. Лукьянова, 2018. С. 28-31.
5. Алдошин А.В. Динамика развития физических качеств в процессе обучения курсантов в Орловском юридическом институте МВД России имени В.В. Лукьянова // Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов, слушателей и студентов: сборник статей. Орел: ОрЮИ МВД России им. В.В. Лукьянова, 2015. С. 6-9.
6. Баркалов С.Н., Флусов Е.В., С.М. Струганов Актуальные аспекты обучения боевым приемам борьбы в системе физической подготовки сотрудников полиции // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2019. № 2. С. 3-10.
7. Плесенская, Т.И., Струганов С.М. Значение комплексного подхода к формированию умений и навыков боевых приемов борьбы у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: Материалы международной научно-практической конференции. Иркутск: ФГКОУ ВПО ВСИ МВД России, 2014. С. 153-155.

Кулагин Анатолий Васильевич, старший преподаватель кафедры
пожарно-строевой, физической подготовки и ГДЗС
(в составе УНК «Пожаротушение»),

Шипилов Роман Михайлович, кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры пожарно-строевой, физической подготовки и ГДЗС (в составе УНК
«Пожаротушение»),

Ивановская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России,
Россия, 153040, г. Иваново, пр. Строителей, 33,
e-mail: rim-sgpu@rambler.ru

К ВОПРОСУ О РАЗРАБОТКЕ ПРОЕКТА МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНОГО КОМПЛЕКСА, КАК СРЕДСТВА ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МЧС РОССИИ

Аннотация. В данной статье представлен разработанный проект многофункционального комплекса, направленного на достижение необходимого уровня физической подготовленности курсантов ФГБОУ ВО Ивановской пожарно-спасательной академии ГПС МЧС России и совершенствование системы их профессиональной подготовки.

Ключевые слова: физическая подготовка, физические качества, тренажер, МЧС России.

На сегодняшний момент повышение требований к физической подготовленности обучающихся образовательных организаций МЧС России определяется поиском наиболее эффективных путей совершенствования физической подготовки [1]. Этот процесс диктует необходимость внедрения в учебно-тренировочные занятия новых, инновационных тренировочных устройств [2]. Применение нового оборудования, направленного на решение профессиональных задач, формирует профессионализм будущих пожарных [3, 4].

Как известно, физическая подготовка обучающихся образовательных организаций МЧС России является обязательной частью профессиональной подготовки и направлена на приобретение различного рода умений и навыков, физических и психических качеств, которые способствуют сохранению высокой работоспособности, а также качественному выполнению своих служебных обязанностей. Физическая подготовка в образовательных организациях МЧС России включает в себя общефизические упражнения, направленные на развитие таких качеств, как выносливость, ловкость, гибкость, сила и быстрота, а также служебно-прикладные упражнения, направленные на развитие профессионально важных качеств, таких как силовая выносливость, скоростная выносливость, скоростно-силовые качества. Исходя из этого, основная цель физической подготовки обучающихся заключается в формировании высокого уровня их физической подготовленности и готовности к будущей профессиональной деятельности.

Целью работы является разработка проекта многофункционального комплекса, как средства повышения уровня физической подготовленности обучающихся образовательных организаций МЧС России.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

- разработать 3D-модель многофункционального комплекса;
- выявить преимущества комплекса;
- определить целесообразность использования многофункционального комплекса в учебно-тренировочном процессе академии.

Описание результатов работы.

На базе ФГБОУ ВО Ивановской пожарно-спасательной академии ГПС МЧС России (далее – академия) на кафедре пожарно-строевой, физической подготовки и ГДЗС (в составе УНК «Пожаротушение») был разработан проект многофункционального комплекса (рис. 1).

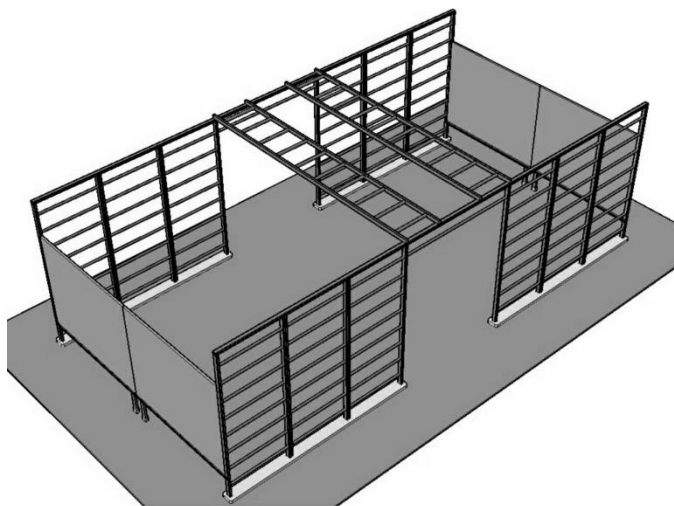


Рис. 1. Многофункциональный комплекс

Представленный многофункциональный комплекс имеет ряд положительных моментов:

- с помощью комплекса возможна быстрая и глубокая проработка мышц, участвующих при выполнении упражнений;
- многофункциональный комплекс создает очень хорошие условия для индивидуальной и коллективной работы;
- комплекс является быстро разборной конструкцией, что придаёт ему высокую мобильность;
- представленный комплекс может использоваться не только на занятиях по физической подготовке, но и на занятиях по пожарно-спасательной подготовке и подготовке газодымозащитника;
- хорошо оформленный и внешне привлекательный многофункциональный комплекс сам по себе создает рабочий настрой и повышает мотивацию у занимающихся.

Разрабатываемый многофункциональный комплекс относится к механическому комбинированному учебно-тренировочному устройству, который искусственно имитирует различные обстоятельства или нагрузки для отработки полезных профессиональных навыков обучающихся образовательных организаций МЧС России. Многофункциональный комплекс может способствовать в формировании у обучающихся необходимых навыков и умений для дальнейшей учебы и работы, качественно повышать профессиональный уровень мастерства, что существенно позволит сократить сроки подготовки, адаптировать занимающихся на нем к работе в различных режимах нагрузки.

На многофункциональном комплексе имеется возможность выполнения упражнений, которые широко используются при подготовке пожарных и спасателей, поскольку он дает возможность избирательного и эффективного воздействия на многие мышечные группы с целью улучшения их функционального состояния и придания им тонуса. Это достигается возможностью фиксации целесообразных исходных положений и строгой выверенностью движений по направлению, амплитуде, что обеспечивается устройством комплекса. Отличительной особенностью многофункционального комплекса является то, что он спроектирован таким образом, что занимаясь на нём, при правильном подходе можно прорабатывать практически все группы мышц. Разработанный проект комплекса позволяет развивать не только общие физические качества, но и специальные. Также комплекс может способствовать повышению устойчивости человеческого организма к воздействию неблагоприятных факторов, с которыми пожарные сталкиваются в реальных условиях и воспитать уверенность в своих силах. Важно отметить, что активное внедрение разнообразных форм занятий физическими упражнениями в режиме работы, учебы и отдыха положительно повлияют на обучающихся.

В результате тренировок на многофункциональном комплексе повысится интерес к занятиям. Каждое тренировочное занятие по развитию физических качеств лежит через определённые упражнения. Например, при выполнении упражнений на развитие специальной выносливости используется специальный вид нагрузки в чередовании работы на вертикальной лестнице и горизонтальной. Для развития взрывной силы и силовой выносливости, можно активно использовать упражнения по преодолению забора и подъёмом по вертикальной лестнице. К большему эффекту приводят занятия упражнениями, преимущественно в умеренном и среднем темпах с длительной работой больших мышечных групп, с активной деятельностью всех систем организма. На занятиях преподаватель имеет возможность менять маршрут прохождения, что исключает «привыкание» к нагрузке. Также данный комплекс незаменим для утренней гимнастики.

Многофункциональный комплекс, используемый при обучении и в практической деятельности необходим как для повышения физической подготовленности, так и психологической. Ведь основой безопасности самих пожарных является качественная психологическая подготовка, не говоря о всей ее важности в практической деятельности, например, при тушении пожаров и ликвидации их последствий. Комплекс позволяет создавать различные режимы нагрузки, что несомненно приведёт к формированию у обучающихся как моральных, так и психологических качеств.

В качестве вывода можно говорить о том, что несомненно, использование многофункционального комплекса в практической деятельности может привести к более эффективной физической подготовке обучающихся образовательных организаций МЧС России.

Список использованных источников

1. Шипилов Р.М., Шарабанова И.Ю., Казанцев С.Г., Соколов Г.П. Особенности психофизиологической адаптации в аспекте воспитания силовой выносливости и скоростно-силовых качеств в профессионально-прикладной подготовке будущих специалистов пожарно-технического профиля // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 1-1. С. 1541.
2. Шипилов Р.М., Казанцев С.Г., Шарабанова И.Ю., Ишухина Е.В., Орлов Е.А. Разработка технических средств для обучения и контроля адаптационной мобильно-

сти курсантов вузов ГПС МЧС России // European Social Science Journal. 2016. № 1. С. 332-335.

3. Шарабанова И.Ю., Шипилов Р.М., Харламов А.В. Применение новых методов подготовки и обучения спасателей, работающих в чрезвычайных ситуациях // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 4.

4. Шарабанова И.Ю., Шипилов Р.М., Харламов А.В. Применение новых технических средств обучения в подготовке будущих пожарных и спасателей, работающих в экстремальных ситуациях // В мире научных открытий. 2014. № 9(57).

5. Баркалов С.Н. Основные направления взаимосвязи физкультурной и профессиональной деятельности // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 5-9.

6. Герасимов И.В. Особенности методики обучения курсантов с низким уровнем физической подготовленности // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 1 (74). С. 99-102.

7. Кузнецов М.Б. Применение метода плиометрических тренировок для развития физических качеств курсантов образовательных организаций МВД России // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 2 (75). С. 143-146.

8. Романенко А.С., Струганов С.М. Повышение физической подготовленности сотрудников ОВД инновационными методами физических упражнений // Проблемы и перспективы формирования здорового образа жизни в информационном обществе : Материалы международной научно-практической конференции (Молодежный, 26-28 октября 2016 г.). Иркутск : Иркутский государственный аграрный университет им. А.А. Ежевского (Молодежный), 2016. С. 160-164.

УДК 371.3

Купавцев Тимофей Сергеевич, кандидат педагогических наук, доцент,
профессор кафедры организации огневой и физической подготовки,
Академия управления МВД России
Россия, 125171, г. Москва, ул. З.и А. Космодемьянских, 8,
e-mail: kupavzev22@yandex.ru

О МЕТОДИЧЕСКОМ ОБЕСПЕЧЕНИИ ОГНЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ТЕРРИТОРИАЛЬНЫХ ОРГАНАХ МВД РОССИИ

Аннотация. Работа посвящена рассмотрению вопросов совершенствования методического обеспечения огневой и физической подготовки в территориальных органах МВД России как одного из путей повышения подготовленности сотрудников к применению физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия в оперативно-служебной деятельности. Методическое обеспечение в статье рассматривается через призму обучения сотрудников, формирования единой методики и обеспечения единого образовательного пространства, а также развития служебно-прикладных видов спорта.

Ключевые слова: сотрудники МВД России, профессиональная подготовка, огневой подготовка, физической подготовка, методическое обеспечение.

Современный этап развития правоохранительной системы в Российской Федерации требует пристального внимания к проблемам подготовки кадров и совершенствования работы органов внутренних дел. Необходимость повышения уровня профессиональной подготовленности сотрудников МВД России продиктована возрастающими требованиями государства и общества к подготовленности сотрудников к осуществлению профессиональных функций по охране общественного порядка и общественной безопасности, а также к обеспечению личной профессиональной безопасности, в т.ч. с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.

Не нуждается в доказательствах суждение о том, что результативность процесса подготовки человека к какому-либо виду деятельности зависит от множества факторов среди которых материальное, финансовое, кадровое информационное обеспечение. Однако несомненным является и то, что главным, среди факторов обуславливающих эффективность обучения личного состава, является методическое обеспечение процесса подготовки. Данное направление также является одним из элементов управленческой деятельности руководителей подразделений территориальных органов МВД России, которое определяет средства, формы и методы достижения целей профессиональной подготовки сотрудников [4, 5, 6].

Методическое обеспечение огневой и физической подготовки представляет собой совокупность мероприятий:

- по обеспечению оформления служебной документации в организации профессиональной подготовки в соответствии установленными требованиями;
- по разработке методических документов для проведения учебных занятий по отдельным видам занятий в соответствии с расписанием занятий и тематическими планами;
- по организации и проведению всех видов и форм учебных занятий, итоговых занятий, испытаний на присвоение (подтверждение) классных званий, испытаний в рамках инспектирований, целевых и контрольных проверок;
- по подготовке специалистов для проведения занятий (руководители учебных групп, инструкторский состав по огневой и физической подготовке);
- по совершенствованию методики проведения занятий с учетом особенностей оперативно-служебной деятельности;
- по выработке единых подходов в организации и проведении учебных занятий с целью обеспечения единого образовательного пространства с учетом требований нормативных правовых актов;
- по оптимальному и целесообразному использованию учебно-материальной базы при проведении занятий;
- по выявлению, обобщению и распространению положительного опыта организации занятий, а также распространению новых эффективных форм и методов организации оперативно-служебной деятельности по тому или иному направлению;
- по организации физкультурных и спортивных мероприятий с сотрудниками (в т.ч. по проведению спортивных соревнований и по подготовке и аттестации спортивных судей по служебно-прикладным видам спорта), а также конкурсов профессионального мастерства на звание «Лучший по профессии».

Результаты методического обеспечения проявляются в *методике*, под которой понимается, с одной стороны – определенная область знаний о конкретных способах, оптимальных и результативных алгоритмах осуществления какой-либо деятельности, с другой стороны – результат этой деятельности, т.е. полученные и систематизиро-

ванные знания по организации деятельности по конкретному направлению.

Формирование и развитие методики осуществляется в процессе *методической работы*, которая выступает как система взаимосвязанных мер, действий, мероприятий, направленных на:

- всестороннее повышение профессионального мастерства руководителей учебных групп и инструкторского состава по огневой и физической подготовке, а также иных лиц, привлекаемых к проведению учебных занятий;
- совершенствование методики обучения личного состава с учетом особенностей оперативно-служебной деятельности;
- обобщение положительного опыта и активизацию обучения личного состава посредством внедрения эффективных методик и технологий;
- развитие служебно-прикладных видов спорта в системе МВД России.

Основными *формами и видами методического обеспечения* в системе огневой и физической подготовки являются: учебные (учебно-методические) сборы и совещания; инструкторско-методические и показательные занятия; спортивные судейские семинары; лекции и доклады по общим вопросам методики обучения и воспитания; разработка методических документов; изучение, обобщение и внедрение в учебный процесс требований руководящих документов, опыта работы подразделений МВД России и положительного опыта учебно-воспитательной работы образовательных организаций; разработка форм и методов текущего и итогового контроля профессиональной подготовленности сотрудников; совершенствование материально-технического обеспечения учебного процесса и спортивной деятельности по служебно-прикладным видам спорта; совершенствование системы подготовки сотрудников для участия в организации спортивных соревнований по служебно-прикладным видам спорта (спортивные судейские семинары).

Методическое обеспечение огневой и физической подготовки направлено на интенсификацию обучения сотрудников с учетом специфики оперативно-служебной деятельности, а также на выработку единых подходов к проведению занятий и развитие служебно-прикладных видов спорта.

Рассматривая вопросы методического обеспечения необходимо отметить, что в системе МВД России применяется весь спектр форм организации учебного процесса, однако наиболее эффективными, с точки зрения прикладной направленности, являются такие формы как практическое занятие в форме тренажа, которое предполагает отработку определенных тренировочных упражнений, искусственно имитирующих различные нагрузки или обстоятельства (ситуации), возникающие по направлениям оперативно-служебной деятельности сотрудников. Также эффективной формой проведения практических занятий являются тренинги *моделирования ситуаций оперативно-служебной деятельности*, которые предполагают отработку служебно-прикладных действий в совокупности проблемных условий, обстоятельств, сбивающих факторов (при недостатке или избытке информации) возникающих в практической деятельности при выполнении сотрудниками оперативно-служебных задач, в условиях неопределенности и стрессогенных ситуациях, требующих незамедлительного разрешения [1, 3, 7].

Выработка единых подходов к проведению занятий и оформлению служебных документов, совершенствование методического мастерства лиц, организующих и проводящих занятия осуществляется в процессе организации и проведения учебных (учебно-методических) сборов, показательных занятий, инструкторско-методических занятий.

Показное занятие направлено на демонстрацию одного из продуктивных (эффективных) способов организации учебного процесса и на усвоение сотрудниками установленной последовательности и наиболее рациональных приемов выполнения определенных приемов, действий, ознакомление с новыми эффективными способами решения профессиональных задач с учетом специфики оперативно-служебной деятельности.

Учебный (учебно-методического) сбор направлен на повышение теоретических знаний и методических навыков руководителей учебных групп, сотрудников инструкторского состава по огневой и физической подготовке, сотрудников кадровых подразделений территориального органа МВД России для обучения личного состава. В процессе учебного (учебно-методического сбора) рассматриваются требования руководящих документов по организации отдельных видов занятий, производится ознакомление с аналитическими материалами по отдельным направлениям, предлагаются пути решения проблемных вопросов в организации и методике обучения личного состава.

Инструкторско-методическое занятие проводится с целью овладения руководителями учебных групп и иных лиц, привлекаемых для организации учебного процесса, эффективными современными методиками подготовки и проведения занятий по конкретным темам, направлениям и оптимальными способами и приемами работы в качестве руководителей предстоящих занятий. Инструкторско-методические занятия могут проводиться также с применением дистанционных образовательных технологий и средств видеоконференцсвязи.

Развитие служебно-прикладных видов спорта осуществляется посредством организации и проведения спортивных соревнований, а также в процессе проведения спортивных судейских семинаров. Данные мероприятия проводятся с целью развития спортивной деятельности как средства повышения функциональных возможностей организма сотрудников в интересах эффективного решения оперативно-служебных задач, для привлечения сотрудников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, формирования у спортивных судей знаний правил конкретных видов спорта, формирования и развития у них навыков судейства на различных должностях и правильного квалифицированного, объективного и беспристрастного применения норм правил в практике [2].

Спортивные судейские семинары как правило проводятся в рамках проведения спортивных соревнований по служебно-прикладным видам спорта в соответствии с программой проведения таких семинаров и предполагают рассмотрение достаточно широкого круга вопросов и тем, которые планируются при формировании календарных планов проведения спортивных и физкультурных мероприятий.

Обобщая изложенное, необходимо отметить, что методическое обеспечение огневой и физической подготовки решает задачу повышения эффективности обучения личного состава в различных формах, а также способствует подготовке лиц, привлекаемых для проведения занятий к реализации учебных и воспитательных задач в системе профессиональной подготовки сотрудников территориальных органов МВД России.

Список использованных источников

1. Купавцев Т.С. Использование метода проблемного обучения в учебно-воспитательном процессе вуза МВД России как средство активизации самосовершенствования курсантов и слушателей // Ученые записки университета им. П.Ф.

Лесгафта. 2008. 9 (43). С. 34-38.

2. Купавцев Т.С., Малиновский А.В., Моисеенко А.А., Юркин Д.В. О состоянии управления спортивной деятельностью в системе МВД России // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2019. № 5 (171). С. 184-188.

3. Купавцев Т.С. Организация огневой подготовки курсантов вузов МВД России на основе метода моделирования практических ситуаций // Актуальные проблемы борьбы с преступностью в Сибирском регионе: Материалы 13 международной научно-практической конференции. Красноярск, 2010. С. 204-207.

4. Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 23 ноября 2017 г. № 880 // URL: <http://www.garant.ru>

5. Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 // URL: <http://www.garant.ru>

6. Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 5 мая 2018 г. № 275 // URL: <http://www.garant.ru>

7. Организация и проведение занятий, связанных с моделированием ситуаций повседневной деятельности подразделений органов внутренних дел с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия / Под ред. Т.С. Купавцева, В.А. Морозова, Б.А. Федулова. М.: ДГСК МВД России, 2018. 200 с.

8. Баркалов С.Н. Актуальные аспекты оптимизации образовательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 77-80.

УДК 796 : 005.591.6

Лавров Владимир Николаевич, кандидат педагогических наук, профессор, заслуженный работник физической культуры, пенсионер,
Россия, 603155, г. Н. Новгород, ул. Ковалихинская, 57 кв. 13,
e-mail: Lavrov38@mail.ru

О СИСТЕМНОМ ПОДХОДЕ В ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ И СОТРУДНИКОВ ОВД

Аннотация. В основе системного подхода в осуществлении физической подготовки (ФП) должно лежать научно обоснованное методическое обеспечение взаимосвязанное с ним материально-техническое и кадровое обеспечение. При подготовке программно-методических документов дисциплины «Физическая подготовка» УОПК МВД не использует НИР, выполненные по заказу МВД, научно-оценочные работы и предложения, представляемые при обсуждении их проектов. Это приводит к деградации методического обеспечения ФП. Для реального совершенствования методического обеспечения ФП необходимо внедрять в ФП НИР. Для решения проблем кадрового обеспечения ФП необходимо создать курсы переподготовки и аттестации преподавателей ФП, а также подготовку и аттестацию общественных инструкторов в ВУЗах

МВД. Для осуществления учебно-тренировочного процесса по ФП необходимо утвердить минимум материально-технического оснащения ОО и ОВД.

Ключевые слова: физическая подготовка, системный подход, методическое, материально-техническое и кадровое обеспечение, деградация.

Об опыте системного подхода к осуществлению физической подготовки курсантов.

В 1979 году в Горьковской высшей школе МВД СССР (ныне Нижегородская академия) была создана кафедра боевой и физической подготовки. Меня пригласили на должность начальника этой кафедры. Работа началась с разработки плана развития системы физической и огневой подготовки, который был принят ученым советом школы. Ведущим направлением деятельности кафедры явилось совершенствование учебно-методического обеспечения физической и огневой подготовки.

Мы исходили из того, что профессиональная подготовка в ВУЗе МВД должна предусматривать формирование готовности курсантов к насильственному пресечению правонарушений, т.е. к силовой и вооруженной защите закона, и к самозащите. В основе решения этой задачи лежит нефизическая подготовка курсантов. Формирование подобной готовности имеет сходство со спортивной подготовкой. Спортивная подготовка в любом виде спорта содержит в себе физическую, техническую, тактическую, психологическую, морально-волевую и интеллектуальную подготовку. Все эти стороны подготовки должны иметь место в физической подготовке курсантов и сотрудников ОВД.

Техническая подготовка, прежде всего, сводится к обучению боевым приемам борьбы. Наше обоснованное предложение именовать их служебно-боевыми приемами, как многие другие, осталось без рассмотрения (приложение 1) (**Материалы к статье представлены в приложениях, опубликованных в сети Интернет «Боевые приемы борьбы на форуме сотрудников МВД» сообщение № 1742 на стр. 88**). Изначально мы стремились разрабатывать наиболее эффективные варианты техники ранее принятых на вооружение боевых приемов борьбы, а также новые приемы и комбинации приемов, позволяющие эффективно решать служебно-боевые задачи.

Применение боевых приемов борьбы, в том числе с применением резиновой палки или подручных средств, в реальных ситуациях это противоборство с противником, в процессе которого могут наноситься травмы. Из-за травматизма моделировать в учебном процессе подобное противоборство с полной психофизической мобилизацией невозможно. Поэтому при изучении приемов вводятся ограничения. Все это не позволяет эффективно совершенствовать физические, психологические и волевые качества. Вместе с тем, эти стороны подготовки непосредственно к противоборствам с применением приемов в реальных ситуациях является важнейшей задачей физической подготовки. Ведущим средством вышеуказанных сторон подготовки стало разработанное и внедренное в учебный процесс «Служебно-прикладное единоборство» (Это комплексное единоборство было внедрено, когда еще не было «боев без правил», теперь «смешанное единоборство», и «боевого самбо»).

Важной стороной физической подготовки является формирование готовности к преследованию правонарушителей на различных дистанциях и в различных внешних условиях. Подобная готовность может в экстремальных ситуациях обеспечить личную безопасность.

Результативность действий в экстремальных ситуациях оперативно-служебной деятельности сотрудников ОВД во многом определяется уровнем специальной физи-

ческой подготовленности (СФП), Служебно-боевая деятельность требует развития примерно в равной степени всех основных физических качеств: общей выносливости, максимальной силы и силовой выносливости, взрывной силы и быстроты (скоростно-силовых качеств), гибкости и ловкости. Мы считали, что в СФП сотрудника ОВД дифференцированное развитие физических качеств не должно является самоцелью. Изначально мы считали, что ведущими средствами СФП являются комплексные упражнения, позволяющие формировать двигательные способности в рамках комплексных служебно-прикладных упражнения, к которым относятся, прежде всего, полосы препятствий различной направленности, тренировка и соревнования в служебно-прикладном единоборстве. Для тестирования СФП была сконструирована полоса препятствий СФП, которая многие годы являлась основным контрольным упражнением.

Для осуществления подобного методического обеспечения была создана учебно-тренировочная база. На учебных местах в имеющихся залах было установлено нестандартное оборудование (комплексные перекладыны, шесты, консольные тренажеры, заборы), а также стандартное оборудование: брусья, гимнастические бревна и кони, боксерские мешки и подушки, маты гимнастические и татами в необходимых количествах, боксерские перчатки и защитное снаряжение. Кафедре был передан арочный склад, который был установлен над подземным тиром и сблокирован с ним. Помещение оснастили необходимым оборудованием, Появился полигон «Индивидуальной служебно-боевой подготовки». На территории школы был построено учебное место, оснащенное необходимым оборудованием. В лесопарковой зоне, примыкающей к Школе (академии) была построена закольцованная беговая дорожка, протяженностью 1700, и около нее два специализированных городка и игровая площадка. Кроме того, в лесопарковой зоне было построено еще два учебных места, что позволяло эффективно решать не только служебно-прикладные задачи, но и оздоровительные задачи физической подготовки.

В целях равномерной загрузки учебно-тренировочной базы и эффективного проведения учебно-тренировочного процесса по физической подготовке кафедра перед составлением расписания представляла в учебный отдел типовую неделю расписания.

Результат создания основных элементов системы физической подготовки курсантов был отражен в подготовленном авторским коллективом кафедры и опубликованном в 1993 г программно-методическом пособии с видео приложением «Физическая и огневая подготовка» (приложение 2).

Важное место в физической подготовке курсантов занимали внеучебные формы. Повышение квалификации преподавателей кафедры осуществлялось путем систематического проведения методических сборов.

Таким образом, была создана школа преподавания учебной дисциплины «Физическая подготовка».

Учитывая, что кафедра боевой подготовки Нижегородской академии разработала эффективный учебно-методический комплекс и создала учебно-тренировочную базу для его реализации в 1993 году МВД России приняло решение о создании на базе кафедры боевой подготовки курсов повышения квалификации специалистов физической и огневой подготовки образовательных учреждений МВД России и ОВД. В основе методического обеспечения работы курсов лежало программно-методическое пособие и видео приложение «Физическая и огневая подготовка сотрудников милиции».

В последующие годы, после того как меня перевели на должность доцента, а затем профессора кафедры, я с большей активностью осуществлял работу по научному обеспечению физической подготовки курсантов ОО МВД сотрудников ОВД. Частично результаты этих работ на инициативной основе внедрялись в учебный процесс (приложение 3).

Однако все больше стали возникать проблемы внедрения результатов НИР в практику.

Об отсутствие системного подхода к осуществлению физической подготовки курсантов и сотрудников в системе МВД.

Одной из задач реформирования МВД России являлось повышение профессионализма сотрудников ОВД. От уровня физической подготовленности сотрудников ОВД зависит результативность действий в экстремальных ситуациях оперативно-служебной деятельности, а также их личная безопасность. Совершенствованию методического обеспечения физической подготовки курсантов ОО и сотрудников ОВД, которое является системообразующим фактором осуществления физической подготовки, посвящен ряд НИР, выполненных мной по заказу ДГСК и других подразделений МВД (приложение 4). Работы представлялись в установленные сроки. *Однако, несмотря на требования приказа МВД РФ от 28.12.2005 г. №1055 «Об организации научного обеспечения и распространения передового опыта в органах внутренних дел Российской Федерации и внутренних войсках МВД России» заказчиками рецензирование работ не организовывалось и акты приемки научной продукции не оформлялись.*

Учитывая это, по моей инициативе руководство академии направило в ВУЗы МВД УМК дисциплины «Физическая подготовка» для рецензирования. УМК получил положительную оценку (приложение 5).

Казалось бы, в целях совершенствования профессиональной подготовки, работы по научному обеспечению ФП, выполненные по заказу МД, УМК, одобренный ВУЗами МВД, должны были внедряться. Однако этого не происходило. Так при подготовке Наставления по ФП и его переиздание не принимались во внимание НИР, выполненные по заказу МВД, предложения, подготовленные по запросу ДГСК, многочисленные критические статьи (приложение 6), а также научно-оценочные работы (приложение 7), обосновывающие деградацию методического обеспечения. Мои попытки противодействовать с сотрудниками ДГСК при подготовке методического обеспечения ФП (приложение 8) привели к тому, что со мной в 2013 году не был продлен трудовой договор (приложение 9).

Подготовленный мной комментарий к НОФП-2017 и к наглядному пособию к нему (приложение 7: 8-12), который является обоснованием очередного умышленного шага в деградации методического обеспечения ФП, в сентябре 2018 г. я неофициально направил в отдел ФП УОПК для ознакомления, а 10.02.2019 г. официально отправил обращение на имя Министра. Получил отписку, подготовленную А.Б. Балевым. Комментарий этого ответа я отправил в отдел ФП УОПК опубликовал на форуме сотрудников ОВД (приложение 8: 7)

В настоящее время, пытаясь у руководства отдела ФП выяснить, какие дальнейшие мероприятия предполагается проводить по реальному совершенствованию методического обеспечения ФП, получил ответ: отдел ФП не занимается методическим обеспечением дисциплины «ФП». По мнению отдела, проблема не в методическом обеспечении, а в отсутствии на местах учебно-тренировочной базы и низком качестве подготовки курсантов в ОО. Это, очевидно, свидетельствует об отсутствии понима-

ния о системном подходе к ФП и бездеятельности в решении проблем ФП. У ДГСК когда-то были намерения что-то делать по совершенствованию системы ФП. Заказывались работы по научному обеспечению ФП. Наряду с работами по методическому обеспечению ФП (приложение 4), был заказ на подготовку «Программы обучения на квалификационных курсах преподавателей физической подготовки: Проект. (**Заказ ЦОКР МВД России № 1013 от 03.10.2005** (приложение 4: 8). Данный заказ был вызван намерением осуществлять подготовку и аттестацию преподавателей ФП, создав курсы. Кроме того, был заказ на выработку «Предложения в методические рекомендации по строительству и оснащению учебно-материальной базы служебно-боевой подготовки горрайорганов внутренних дел в части огневой и физической подготовки». (**Заказ ДКО МВД России от 20.03.2008 г. № 21/10/2425.**) (приложение 4: 12). Однако эти, как прочие заказные работы, остались без рассмотрения, а намерения остались не реализованными. Умышленная деградация всей системы физической подготовки продолжается. Одним из примеров этого может служить тот факт, что при типовом проекте современного здания районного отдела полиции, который реализуется в г. Москве, содержит убогую учебно-тренировочную базу физической подготовки. Мои предложения по созданию минимума материально-технического обеспечения ФП ОВД изложены в сети Интернет «Боевые приемы борьбы на форуме сотрудников МВД» сообщение №_1710 на стр. 86 и направлены в отдел ФП УОПК.

Для реального совершенствования системы ФП необходимо внедрять результаты НИР в методическое обеспечение курсантов ОО и сотрудников ОВД. Для осуществления ФП в соответствии с научно обоснованным методическим обеспечением ФП разработать и утвердить таблицу положенности материально-технического обеспечения ФП ОВД и ОО. Для кадрового обеспечения учебно-тренировочного процесса по ФП в соответствии с научно обоснованным методическим обеспечением ФП создать курсы переподготовки специалистов ФП преимущественно из лиц, имеющих высшее физкультурное образование. Кроме того, необходимо организовать подготовку и аттестацию общественных инструкторов в ВУЗах МВД, готовых осуществлять ФП в подразделениях по месту службы.

Главное же необходимо укомплектовывать аппарат УОПК компетентными специалистами служебно-боевой и, в частности, физической подготовки.

ПРИЛОЖЕНИЯ <https://cloud.mail.ru/public/pUPH/3M2RBLipv>

Лазаревич Максим Викторович, старший преподаватель кафедры физической подготовки,
Алимжанов Аслан Есембаевич, преподаватель кафедры физической подготовки,
Омская академия МВД России,
Россия, 644092, г. Омск, ул. Комарова, 7,
e-mail: lazarevichmv@mail.ru

ОБУЧЕНИЕ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ УДАРНОЙ ТЕХНИКЕ РУКАМИ

Аннотация. В данной статье авторы рассматривают технику и методику обучения ударов руками, алгоритм последовательности действий при изучении техники ударов руками. Также авторы дают определение удара, видов ударов, их классификации. Задачи и цели, стоящие перед обучающимися при проведении занятий по теме: «Удары руками».

Ключевые слова: удар, техника и классификация ударов руками, процесс обучения, метод и средство обучения.

Физическая подготовка курсантов (слушателей) в образовательных организациях МВД России проводится в соответствии с рабочими учебными программами, планами и другими нормативно-правовыми актами.

При изучении боевых приемов борьбы курсанты (слушатели) знакомятся и практически отрабатывают на занятиях удары руками.

Удар – кратковременное приложение силы к некоторой площади, т.е. воздействие сильным на слабое [1].

Удары руками бывают разные:

- прямые, боковые, снизу, сверху, наотмашь, локтями и т.д.;
- точные, скользящие и т.д.;
- расслабляющие, упреждающие и т.д.;
- сильные, слабые и т.д.;
- абсолютно упругие, абсолютно неупругие и т.д.

Классификация ударов руками встречается разная, как в литературных источниках, так и на практике. Но, в нашем случае, мы должны строго придерживаться приказов МВД России.

На занятиях по физической подготовке курсанты (слушатели) обязаны изучить и в дальнейшем усовершенствовать технику выполнения ударов руками.

Для этого необходимо приложить максимум усилий на занятиях и уложиться в определенное рабочей учебной программой время. Значит, за определенное время, курсант (слушатель) обязан научиться технике ударов руками и уметь применять полученные знания (умения, навыки) на практике.

Учитывая лимит времени и базовую подготовку обучающихся, перед преподавателями стоит непростая задача: в сжатый срок обучить курсантов (слушателей) технике ударов руками. При поставленных задачах, целью обучения будет: вывести обучающихся на необходимый (должный) уровень специальной подготовки, для выполнения оперативно-служебных задач.

Для решения поставленных задач и движения к определенной цели, преподаватель выстраивает планомерный, целенаправленный процесс обучения. Используя на занятиях различные методы обучения, в том числе и дидактические.

Прежде чем приступить к обучению технике ударов руками, курсанту (слушателю) необходимо научиться видам боевых стоек и технике передвижения в этих стойках. После усвоения данного вида специальной подготовки, можно приступать к изучению техники ударов руками.

Как правило, сначала начинаем изучать прямой удар, затем все остальные.

Обучения технике ударов руками можно представить в следующем порядке:

- удары по воздуху на месте;
- удары по воздуху в движении;
- удары по боксерской лапе на месте;
- удары по боксерской лапе в движении;
- удары по боксерскому мешку на месте;
- удары по боксерскому мешку в движении;
- удары с закрытыми глазами по цели;
- удары с максимальной скоростью за ограниченное время;
- спарринг партнер в касание «пятнашки»;
- спарринг партнер в неполную силу;
- спарринг партнер в полную силу;
- бой по правилам бокса с одним бойцом;
- бой по правилам бокса в кругу (с несколькими подряд, поочередно);
- бой по правилам бокса с несколькими бойцами.

Из вышеуказанного понятно, что все действия происходят от простого к сложному, от теории к практике, от умения к навыку, от ежедневных занятий к совершенствованию и т.д.

Удары руками – являются составной частью боевых приемов борьбы. При встрече с преступником, особенно когда идет обмен ударами, владение техникой ударов руками может послужить хорошим средством задержания преступника.

На практических занятиях преподаватели используют разные методики и средства обучения курсантов (слушателей).

Список использованных источников

1. Скогорев Д.В. Русский рукопашный бой. Новосибирск, 2003. – 288 с.
2. Баркалов С.Н. Боевые приемы борьбы в системе физической подготовки сотрудников ГИБДД // Управление деятельностью по обеспечению безопасности дорожного движения: состояние, проблемы, пути совершенствования. 2018. № 1 (1). С. 61-67.
3. Баркалов С.Н., Флусов Е.В., Струганов С.М. Актуальные аспекты обучения боевым приемам борьбы в системе физической подготовки сотрудников полиции // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2019. № 2. С. 3-10.
4. Старицин Д.С., Струганов С.М. Необходимость внедрения приемов из арсенала армейского рукопашного боя в профессиональную деятельность сотрудников полиции // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: Материалы XVII Международной научно-практической конференции. Иркутск: ФГКОУ ВПО ВСИ МВД России, 2015. С. 156-158.

Лигута Владимир Филиппович, почетный работник высшего профессионального образования Российской Федерации, кандидат педагогических наук, профессор, профессор кафедры физической подготовки, Дальневосточный юридический институт МВД России, Россия, 680020, г. Хабаровск, пер. Казарменный, 15, e-mail: liguta01@mail.ru

МНЕНИЕ ИНСТРУКТОРОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ О ЗНАЧИМОСТИ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И БОЕВЫХ ПРИЕМОВ БОРЬБЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Аннотация. В статье на основе социологического опроса инструкторов по физической подготовке определена ранговая профессионально важная значимость для сотрудников органов внутренних дел следующих физических качеств: выносливость, быстрота, ловкость (координация), сила и гибкость. Наиболее значимыми боевыми приемами борьбы являются: задержание и сопровождение, освобождение от захватов и обхватов, обезоруживание, наружный осмотр. Показана необходимость коррекции развития физических качеств и формирования боевых приемов борьбы у сотрудников органов внутренних дел.

Ключевые слова: инструктор по физической подготовке, значимость, физические качества, боевые приемы борьбы, профессиональная деятельность, сотрудники органов внутренних дел.

Главными задачами физической подготовки сотрудников органов внутренних дел (ОВД) являются развитие и поддержание профессионально важных физических качеств на уровне, необходимом для успешного выполнения оперативно-служебных задач, а также формирование двигательных умений и навыков эффективного и правового применения физической силы, в том числе боевых приемов борьбы [1, 2, 3]. Все эти задачи решаются на занятиях по физической подготовке сотрудников ОВД под руководством инструкторов по физической подготовке.

В связи с этим большой интерес представляет их мнение о значимости в профессиональной деятельности сотрудников ОВД физических качеств и боевых приемов борьбы.

Как показал анализ анкетного опроса 324 инструкторов по физической подготовке системы МВД России, осуществляющих свою деятельность в Дальневосточном федеральном округе, 76,3% респондентов неоднократно применяли физическую силу, в том числе боевые приемы борьбы при выполнении оперативно-служебных задач при задержании правонарушителей. Большее число опрошенных (63,3%) имели стаж службы в ОВД от 10 до 20 лет, что дает основание учитывать их мнение, поскольку от их деятельности во многом зависит качество физической подготовленности сотрудников ОВД.

На вопрос, «Какие на Ваш взгляд наиболее важные физические качества необходимы сотрудникам ОВД для успешного выполнения оперативно-служебных задач?» респонденты отметили по ранжированию следующие: выносливость, быстрота, ловкость (координация), сила, гибкость (рис. 1).



Рис. 1. Наиболее важные физические качества, необходимые для сотрудников ОВД при выполнении оперативно-служебных задач (%)

Неважно (не обязательно): гибкость (24,7%), ловкость (координация) (5,7%), сила (5,6%), быстрота (4,3%), выносливость (4,2%).

Оценка уровня физической подготовленности сотрудников ОВД осуществляется на основе выполнения ими физических упражнений на силу, быстроту и ловкость, выносливость. Как отмечают инструкторы, наибольшие затруднения в сдаче контрольных нормативов, характеризующих развитие физических качеств у мужчин (рис. 2), вызывают упражнения на выносливость, у женщин на силу (рис. 3.).



Рис. 2. Виды физических качеств, вызывающие наибольшее затруднение при сдаче контрольных нормативов у мужчин сотрудников ОВД (%)



Рис. 3. Виды физических качеств, вызывающие наибольшее затруднение при сдаче контрольных нормативов у женщин сотрудников ОВД (%)

Если рассматривать виды боевых приемов борьбы, которые формируются и совершенствуются в процессе физической подготовки и используются сотрудниками ОВД при выполнении оперативно-служебных задач, то 70,7% участников опроса считают, что необходимо владеть всем комплексом боевых приемов борьбы (рис. 4).

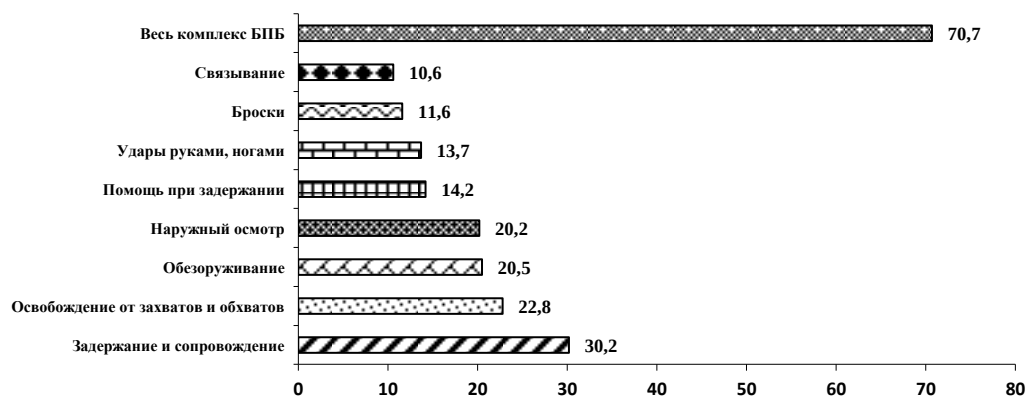


Рис. 4. Ранжирование боевых приемов борьбы в профессиональной деятельности сотрудников ОВД для успешного выполнения оперативно-служебных задач (%)

Наиболее значимыми являются: задержание и сопровождение, освобождение от захватов и обхватов, обезоруживание, наружный осмотр.

В то же время, как отмечают инструктора, наибольшие затруднения сотрудники ОВД испытывают при сдаче практических нормативов по боевым приемам борьбы при решении задач связанных с ограничением свободы передвижения ассистента, предусматривающих пресечения действий с огнестрельным оружием и освобождение от захватов и обхватов (рис.5).

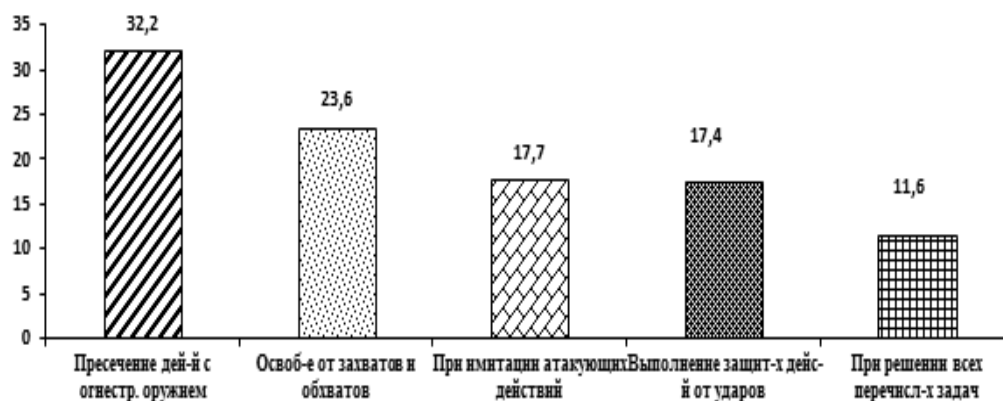


Рис. 5. Виды нормативных боевых приемов борьбы, вызывающие наибольшие затруднения при их сдаче сотрудниками ОВД (%).

Таким образом, полученные результаты исследования свидетельствуют о высокой значимости в профессиональной деятельности сотрудников ОВД таких физических качеств как выносливость, быстрота, ловкость (координация) и боевые приемы борьбы, обеспечивающие задержание и сопровождение, освобождение от захватов и обхватов и обезоруживания которым должно быть уделено особое внимание в процессе физической подготовки.

Список использованных источников

1. Приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Феде-

рации» [Электронный ресурс]. URL: // [http : // base. garant. ru /70805268/](http://base.garant.ru/70805268/) (дата обращения: 01.09.2019).

2. Овчинников В.А., Галкин В.Н., Плешивцев А.Ю. Профессионально важные физические способности сотрудников органов внутренних дел России // Вестник Волгоградской академии МВД России. 2013. Выпуск 4 (27), С. 172-176.

3. Кузнецов С.В., Волков А.Н., Воронов А.И. Теоретические и методические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации: учебник; под ред. С.В. Кузнецова. М.: ДГСК МВД России. 2016. 328 с.

4. Баркалов С.Н. Боевые приемы борьбы в системе физической подготовки сотрудников ГИБДД // Управление деятельностью по обеспечению безопасности дорожного движения: состояние, проблемы, пути совершенствования. 2018. № 1 (1). С. 61-67.

5. Баркалов С.Н. Основные направления взаимосвязи физкультурной и профессиональной деятельности // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 5-9.

6. Герасимов И.В. Содержание физической подготовки с учетом двигательных способностей сотрудников полиции // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 3 (76). С. 115-117.

УДК 796.011.3

Марков Константин Константинович, заслуженный тренер России,
доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры физической культуры,
Иркутский национальный исследовательский технический университет,
Россия, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83,
Лампетова Татьяна Дмитриевна, аспирант Сибирского федерального университета,
преподаватель лицея № 2 г. Красноярска
Россия, 660017, г. Красноярск, ул. Урицкого, 121,
e-mail: k_markov@mail.ru

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ПСИХОМОТОРНЫХ КАЧЕСТВ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ И СОТРУДНИКОВ СИЛОВЫХ ВЕДОМСТВ

Аннотация. В статье рассмотрены проблемы совершенствования двигательной подготовки курсантов образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств к специфическим условиям будущей профессиональной деятельности. Подчеркнута значимость психомоторных качеств сотрудников в реализации эффективных силовых действий в практике их будущей работы. Приведена многоэтапная сенсорная методика практического формирования психомоторной компетенции на основе развития различительной чувствительности сотрудников силовых органов по основным параметрам движений: времени, пространству и усилиям. Предложена тематика научных исследований в институтах системы МВД по указанным направлениям.

Ключевые слова: профессиональная деятельность, психомоторика, различительная чувствительность, время, пространство, усилия.

Актуальность тематики представляемой работы и ее содержание определяется спецификой будущих служебных действий курсантов и сотрудников силовых ведомств в их профессиональной деятельности. Во многих случаях она связана с активным физическим противодействием объекта и содержит значительный риск здоровью сотрудника, а часто и его жизни в целом. Зачастую она протекает в условиях значительной неопределенности и неожиданности, с непрогнозированием возможного исхода силовых контактов, в условиях жесткого лимита времени на ответные действия и при высоком уровне физического сопротивления объекта и физических усилий сотрудника.

Из известных классических работ в области физиологии и психологии деятельности человека, основоположником которых был выдающийся русский ученый Иван Михайлович Сеченов, известно, что любая двигательная деятельность человека содержит две системы, тесно сопряженные в едином действии психических и моторных компонентов. В своей основополагающей работе «Рефлексы головного мозга» И.М. Сеченов [4] утверждал, что «...чувствование определяет и регулирует движение...» и, исходя из этой формулировки, он впервые в мире ввел понятие психомоторики, как целостного двигательного акта, который протекает во временном и пространственном измерении и обеспечивается определенным уровнем физических усилий человека, совершающего определенное целенаправленное двигательное действие.

Согласно отечественным работам по психомоторике [1; 3; 5], и учитывая высокие специфические требования к эффективности различных двигательных действий в разных сферах деятельности, следует, что они обеспечиваются механизмами сенсорного различения, пространственной, временной и динамической дифференцировки движений в сферах зрительной, проприоцептивной и вестибулярной чувствительности. Эффективность рабочих действий определяется уровнем психических процессов восприятия и развитием у человека четких двигательных ощущений, приобретая умения дифференцировать действия по времени, пространству и усилиям. Способность человека различать основные параметры движений служит физиологической основой сенсомоторной культуры, обеспечивая результат его движений.

Психомоторные процессы представляют собой объективное восприятие человеком всех форм психического отражения, начиная с простых ощущений и заканчивая сложными формами интеллектуальной активности. Психомоторика двигательной деятельности отличается многообразием отдельных моторных актов и своеобразием их пространственно-временной организации, особенно антиципации, как интегратора психомоторных действий. При этом такой психофизиологический анализ движений человека (а у сотрудника силовых ведомств в рассматриваемых ситуациях, главным образом) должен исходить из цели, достигаемой этими движениями, которые в совокупности с ней и образуют структуру результативного двигательного действия.

Методика совершенствования психомоторных качеств.

Для успешного решения описанных задач необходим особенно высокий уровень развития сенсомоторных качеств сотрудника, являющихся первоосновой его двигательного мастерства. Особое значение приобретает выработка на их основе вариативных, надежных, автоматизированных навыков и приемов, а также развитие способности к прогнозированию возможных ситуаций, особенно на сенсомоторном и перцептивном уровнях.

Очевидно также, что столь высокие требования к уровню психомоторного развития сотрудников диктует и необходимость их соответствующего **отбора** в рассматриваемые виды деятельности. Конечно, вопрос отбора сотрудников силовых ведомств,

профпригодных для будущей работы, выходит за пределы тематики доклада и уровня компетенции докладчика, однако не вызывает сомнения, что показатели психомоторного развития должны также занять важное место в комплексной системе функциональной диагностики, особенно в тех видах деятельности, где наряду с высоким уровнем физической функциональной подготовки, требуется высокая оперативность сенсомоторных функций, тонкое «мышечное чутье», высокоразвитая «двигательная память».

В большом количестве работ по психофизиологии человека, особенно в двигательной деятельности [2; 3; 5], фигурируют десятки различных психологических, физиологических и моторных показателей, весьма широко и разносторонне характеризующих те или иные человеческие качества. Сюда относятся проблемы психомоторики, все виды различных сенсомоторных реакций, индивидуальные особенности переработки информации, оперативного мышления, внимания. Большое влияние на уровень развития этих качеств оказывают высшие иерархические уровни психики человека (мотивация, социальный статус, тип высшей нервной деятельности и др.).

Заметное место в последнее время в работах по психомоторике двигательной деятельности человека, особенно в ряде специфических ее разделов (в частности, по рассматриваемому на настоящей конференции, в спорте и др.) занимают вопросы способности человека различать, дифференцировать и воспроизводить основные кинематические и динамические параметры движения по времени, пространству и усилиям человека при различных видах движений. Эти способности в научных исследованиях и методических разработках позиционируются как индивидуальная различительная чувствительность по основным параметрам движений.

Эффективность двигательных действий определяется уровнем психических процессов ощущения и восприятия с развитием у человека отчетливости зрительных, двигательных и других ощущений, с приобретением умений тонко дифференцировать действия по времени, пространству и усилиям. Различительная чувствительность параметров движения служит основой сенсомоторной культуры человека. Психомоторные процессы представляют собой объективное восприятие человеком всех форм психического отражения, от простых ощущений и до сложных форм интеллектуальной активности.

Психомоторика двигательной деятельности отличается многообразием отдельных моторных актов и своеобразием их пространственно-временной организации, особенно антиципации, как интегратора психомоторных действий. При этом психофизиологический анализ движений человека (а в рассматриваемой области действий сотрудника силовых органов, главным образом) должен исходить из цели, достигаемой этими движениями, которые в совокупности с ней и образуют структуру двигательного действия.

В основе высокого технического уровня, результативности и надежности таких действий лежит различительная чувствительность параметров движения. Основными являются три вида различительной чувствительности: по времени, пространственная и по усилию.

Различительная чувствительность по времени.

Выполнение сложных двигательных действий, зачастую в условиях жесткого дефицита времени предъявляет высокие требования к способностям человека быстро воспринимать с помощью анализаторов первичные стимулы, оперативно перерабатывать эту информацию и принимать решение быстро, своевременно и точно выполнять собственно моторную часть двигательного акта. Одной из важнейших характеристик

любого двигательного действия человека является время. Усвоение им оптимального ритма и темпа движений, умение дифференцировать сенсомоторные реакции невозможно без обостренного «чувства времени», способности тонко воспринимать интервалы, распределять свои действия в строго заданное время. Способность различать минимальные изменения в движениях по временным переменным определяет уровень двигательных возможностей данного человека.

В ряде работ [1; 3; 5-7] показано, что именно различительная чувствительность интервалов времени, а не собственно скорость простой двигательной реакции, лимитирует способность человека тонко управлять скоростью двигательных реакций. Сенсорный метод предусматривает направленное совершенствование способности различать микроинтервалы времени и обеспечивает перенос точности временных дифференцировок на быстроту и своевременность реакций. Теоретическое обоснование методики развития временной различительной чувствительности основано на положениях физиологии человека. И.М. Сеченов указывал на «регулирование движения чувствованием», позволяющим совершенствовать способность дифференцировать микроинтервалы времени и управлять двигательной реакцией [4].

Методика совершенствования состоит из следующих этапов.

I этап – ознакомительный, 2-3 дня для получения средних данных по скорости двигательной реакции испытуемых, ознакомления с аппаратурой и техникой измерений, психологической адаптации к процессу (мотивация, внимание) [5].

II этап – развитие способности максимально быстро реагировать на стартовый сигнал, постоянно получая информацию о фактическом времени реакции и ее латентном периоде. Задача этапа – установить связь между моторным ответом и временем реакции. В результате тренировок устанавливаются прочные ассоциации между интервалом времени и характером двигательного ощущения, связь действия с ощущением времени после каждой реакции.

III этап – развитие способности максимально быстро реагировать на стартовый сигнал, постоянно получая информацию о фактическом времени реакции и ее латентном периоде. Задача этапа – установить связь между моторным ответом и временем реакции. В результате тренировок устанавливаются прочные ассоциации между интервалом времени и характером двигательного ощущения, связь действия с ощущением времени после каждой реакции.

III этап – формирование навыка максимально точно оценивать свою скорость двигательной реакции, обязательная и осознаваемая игроком самооценка времени реакции, при которой испытуемый словесно и числом характеризует длительность микроинтервала. Сразу же после этой самооценки игроку сообщается точная величина реакции и сделанной ошибки. Этим испытуемые побуждаются к сравнению, сравнению длительности микроинтервалов в ряде попыток, корректируют свои ошибки. Третий этап содержит несколько стадий.

На первой стадии производится только грубая дифференцировка, у испытуемых с быстрой реакцией – около 0,15 с, при худшей реакции – 0,3 с. На следующей стадии требования к точности оценки повышаются, и для улучшения субъективной «осознаваемости ощущений» и последующих действий, надо стремиться уменьшить разрыв между результатом и его самооценкой. После сообщения истинного результата и самооценки следует вычислить разницу данных и оценить ее. Практически возможная и предельно достижимая точность в исследованиях оценивается в пределах 0,03-0,05 с. На данном этапе испытуемым не задаются вопросы о характере их ощущений.

IV этап – формирование навыка управлять скоростью двигательной реакции, проходя последовательно несколько стадий. Задача этапа – достижение эффекта максимальной и осознаваемой стабильности в воспроизведении тех или иных микроинтервалов. Временной эталон – показатель стабильности, способности управлять «чувством времени». На первой стадии этапа испытуемый, реагируя на внешний стимул, на каждый последующий сигнал воспроизводит интервалы по заданию (максимально быстро, медленнее, с заданным шагом и т.д.) с достаточно грубым различием между двумя последовательными попытками. После попытки – самооценка, потом сообщение истинного результата.

На второй стадии различие между двумя последовательными попытками, задаваемое испытуемым извне, становится более «тонким» и качественным (чуть-чуть быстрее, чуть-чуть медленнее), что может определяться индивидуально и находится в пределах 0,03-0,05 с. Далее снова самооценка и сообщение истинного результата.

На третьей стадии выбор задания на требуемую скорость двигательной реакции делает сам испытуемый, выполняя свое задание.

На четвертой стадии этапа основная задача – максимально точно управлять скоростью двигательной реакции. Перед каждой попыткой задается точное значение скорости двигательной реакции, остальные манипуляции – аналогичны предыдущим. Осознаваемость ощущений, организация связи между предыдущим результатом, его субъективным ощущением и последующими действиями – основа успеха тренировки. Стремление уменьшить разрыв между попыткой и ее самооценкой достигается только при высокой степени мотивации игрока.

IV этап – формирование навыка управлять скоростью двигательной реакции, проходя последовательно несколько стадий. Задача этапа – достижение эффекта максимальной и осознаваемой стабильности в воспроизведении разных микроинтервалов. Временной эталон – показатель способности управлять «чувством времени».

На первой стадии этапа испытуемый, реагируя на внешний стимул, на каждый последующий сигнал воспроизводит интервалы по заданию (максимально быстро, в два раза медленнее, с заданным шагом и т.д.) с достаточно грубым различием между двумя последовательными попытками. После попытки – самооценка и сообщение истинного результата.

На второй стадии различие между двумя последовательными попытками, задаваемое извне, становится более «тонким» и качественным (чуть-чуть быстрее, чуть-чуть медленнее), причем эта мера «чуть-чуть» может определяться индивидуально и находится в пределах 0,03-0,05 с. Далее снова самооценка и сообщение истинного результата.

На третьей стадии выбор задания на требуемую скорость двигательной реакции делает сам испытуемый, выполняя свое задание.

На четвертой стадии этапа основная задача – максимально точно управлять скоростью двигательной реакции. Перед каждой попыткой задается точное значение скорости двигательной реакции, остальные манипуляции – аналогичны предыдущим. Осознаваемость ощущений, организация связи между предыдущим результатом, его субъективным ощущением и последующими действиями – основа успеха тренировки. Стремление уменьшить разрыв между попыткой и ее самооценкой достигается только при высокой степени мотивации игрока.

В заключение следует отметить, что использование отечественных разработок в области психомоторики для решения важных прикладных задач подготовки кадров силовых ведомств обогащает новой информацией и новыми взглядами на теорию и

методику нашей дисциплины, расширяя возможности применения смежных дисциплин.

С чисто научной точки зрения, это позволяет также наметить круг новых исследований и решений таких прикладных задач. Не претендуя на абсолютный охват тем для подобных исследований научно-методического и прикладного характера, представляется рациональным рассмотреть, например, такие варианты тем научных исследований:

- «Формирование психомоторных двигательных качеств у курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России».
- «Разработка и внедрение системы профессионального отбора и подготовки сотрудников силовых ведомств на основе развития их психомоторных двигательных качеств».

Список использованных источников

1. Геллерштейн С.Г. Чувство времени и скорость двигательной реакции. М.: Медгиз, 1958. 148 с.
2. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М., 2004. 352 с.
3. Озеров В.П. Психомоторные способности человека. Дубна: Феникс+, 2002. 320 с.
4. Сеченов И.М. Рефлексы головного мозга. – М.: 1926. 156 с.
5. Марков К.К. Педагогические и психологические аспекты деятельности тренера по волейболу в тренировочном и соревновательном процессах: дис. д-ра пед. наук / РГУФК. М., 2001. 370 с.
6. Марков К.К., Кудрявцев М.Д., Лампетова Т.Д. Формирование навыков здорового образа жизни и психомоторных качеств у учащихся младшего школьного возраста // Теория и практика физической культуры. 2019. № 1.
7. Марков К.К., Лампетова Т.Д. О возможности использования мини-волейбола в других видах спорта // Дружба-2019: междунар. научно-практ. семинар (Красноярск, 29-30 августа 2019 г.). Красноярск, 2019.
8. Макеева В.С., Баркалов С.Н., Герасимов И.В. Динамика адаптации курсантов разного пола к условиям обучения в юридическом вузе // Наука и спорт: современные тенденции. 2018. Т. 19. № 2 (19). С. 79-83.
9. Струганов С.М., Чернигова А.Ю. Повышение эффективности обучения курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств боевым приемам борьбы в экстремальных ситуациях // Экстремальные ситуации, конфликты, социальное согласие: материалы восемнадцатой международной научно-практической конференции; технический редактор В.М. Щукин. М. : Академия управления МВД России, 2016. С. 308-313.

Морщинина Диана Викторовна, заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, кандидат педагогических наук, доцент, старший преподаватель кафедры физической подготовки, Военная академия Ракетных войск стратегического назначения имени Петра Великого, Россия, 143900, Московская обл., г. Балашиха, ул. Карбышева, 8;
Гаврилов Дмитрий Анатольевич, преподаватель кафедры физической подготовки, Восточно-Сибирский институт МВД России, Россия, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 110, e-mail: stayer-87@list.ru

ЗНАЧЕНИЕ МЕТОДОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ ДЛЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СОТРУДНИКОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ К СТРЕССОВЫМ СИТУАЦИЯМ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. В статье рассматриваются методы саморегуляции сотрудников специальных подразделений для повышения их боеготовности к любым экстремальным ситуациям служебно-боевой деятельности и выполнения поставленных задач.

Ключевые слова: саморегуляция, сотрудники спецподразделений, работоспособность, физическая активность, функциональное состояние, гомеостаз.

Процесс саморегуляция любого биологического организма заключается в способности организма адаптироваться к определенным изменениям внешней среды или внешних факторов с целью поддержания внутреннего равновесия, т.е. гомеостаза для систематизации своих дальнейших двигательных действий. При определенном настрое, внешние факторы не имеют значения для процессов, протекающих в организме человека. Раздражители, которые требуют своеобразного ответа от рецепторов человека появляются в нем самом. Такие процессы имеют циклический характер. С точки зрения психологии, саморегуляция - это влияние личности на свою психику, путем использования ее энергии в нужном русле.

Вся саморегуляция основывается на ряде закономерностей психического функционирования, именуемых психологическими эффектами [1].

К ним можно отнести:

- мотивировочная деятельность субъекта, которая порождает его целенаправленные действия;
- осознанное и неосознанное управление образами, возникающими в сознании субъекта;
- функциональная целостность всех когнитивных процессов психики;
- функциональная связь телесного опыта субъекта с эмоционально-волевой областью личности.

Саморегуляция личности представляет собой установление контроля над психоэмоциональным состоянием организма, который достигается путем слов, визуализации, регулирования мышечного тонуса или дыхания. Благодаря такой саморегуляции, организм человека приобретает ряд полезных эффектов: спокойствие; активизация; восстановление.

Благодаря этим методам, личность освобождает свой разум от противоречий и позволяет снизить уровень психологической напряженности, приобрести взгляд через

холодную призму интеллекта и разума, не позволяя эмоциям пагубно влиять на обстановку. Наиболее используемые приемы, это самовнушение, самоприказ.

Работа сотрудников любой силовой структуры, так или иначе, сопряжена с насилием [2]. Ежедневная угроза жизни и здоровья – это неотъемлемая часть жизни любого сотрудника. Сотрудники специальных подразделений – элита Российских силовых структур. Наиболее физически и морально подготовленные люди, проходящие жесточайший отбор. Каждый день они сталкиваются с ситуациями, при которых применение физической силы или огнестрельного оружия – это лишь вопрос времени. Личности, представляющие криминальный мир, террористы и экстремисты, наркомамы и незащищенные слои населения. Ежедневная, столь напряженная работа, требует постоянного поддержания психики сотрудника для борьбы с внешними раздражителями.

Психологическую подготовку сотрудников специальных подразделений сложно переоценить. Для сохранения эмоционального фона каждого сотрудника и коллектива в целом разрабатываются и создаются целые курсы психологической разрядки. Ежедневно с личным составом занимаются психологи, которые при выявлении отклонений у сотрудников, начинают интенсивное наблюдение за их психологическим здоровьем.

Немаловажным аспектом в обеспечении здоровой психологической составляющей личности является двигательная активность. Она не дает зажаться человеку, дает возможность выплеснуть адреналин и эмоции, без вреда для службы [3]. В свободное от работы время, активно занимаются спортом, снимая стресс, накопившийся за рабочие дни. Как подсказывает психология, это отличный способ внутренней саморегуляции. И это не только слова.

В середине июля, сотрудники пермского интернет портала BEZFORMATA.RU связались с командиром сводного отряда быстрого реагирования Главного управления МВД России по Пермскому краю подполковником полиции Сергеем Леонидовичем Яшкиным, который, на тот момент времени, вместе с личным составом своего отряда находился на территории республики Дагестан, обеспечивая защиту конституционного порядка [4]. На вопрос: «Как у вас дела?» отвечают - «Все отлично»! Даже если вчера было «жарко» и пули свистели над головой, да и жизнь висела на волоске, настоящий мужчина в этом не признается, в очередной раз сохранит все в тайне. «В свободные от работы дни, ходим с ребятами в спортивный зал. Потягаем железо, пробежимся пару километров, погоняем мяч и сразу легче на душе становится». Именно так ответил боевой офицер на вопрос: Как проводите свободное время?» После всех пережитых потрясений, Сергей Леонидович разговаривал абсолютно спокойным голосом, где-то смеясь, где-то шутя, отвечая на все поставленные вопросы. Это наглядный пример психологической саморегуляции на практике.

Таким образом, мы дали развернутый ответ на вопрос: «Что такое психофизическая саморегуляция и как на нее влияет двигательная активность?» Разобрались в системе подготовки кадров спецподразделений в аспекте психофизической настройки. Мы увидели на сколько нужна двигательная активности как средство психофизической саморегуляции.

Абсолютно все сотрудники специальных подразделений подвергнуты стрессу, как и любой нормальный человек. В самой экстремальной ситуации, когда на кону стоит успешное выполнение боевой задачи, это может сыграть очень злую шутку. Но благодаря специальной подготовке сотрудников, факторов, которые могут стать психологическими преградами на пути выполнения приказа можно избежать. Можно из-

бежать нервных срывов на службе, конфликтов между сотрудниками, профессиональной деформации и многих других факторов. В очередной раз мы доказали, что психологическая составляющая в системе подготовке кадров для спецподразделений занимает лидирующие места. Нет никакой разницы, при помощи какого из методов психофизической саморегуляции добиваться обеспечения и поддержания психоэмоционального фона сотрудника. Главное, чтобы данная практика была под чутким руководством и отвечала всем веяниям современности.

Список использованных источников

1. Алдошин А.В., Алдошина Е.А., Демина А.В., Иванина Л.И. Регулирование процессов самопознания и самоуправления психофизическим состоянием обучающихся вузов в образовательном пространстве физической культуры // Ученые записки Орловского государственного университета. 2018. № 2 (79). С. 209-213.
2. Баркалов С.Н., Флусов Е.В. Методические подходы к обучению сотрудников патрульно-постовой службы полиции взаимодействию при силовом задержании правонарушителя // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2018. № 3. С. 8-12.
3. Герасимов И.В. Анализ подготовки сотрудников подразделений специального назначения // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 65-72.
4. Панфёров Р.Г. Физическая подготовка как неотъемлемый элемент оперативно-боевой подготовки сотрудников органов внутренних дел // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 76-79.
5. Струганов С.М. Роль и значение формирования основ личной безопасности у сотрудников органов внутренних дел при решении оперативно-служебных задач // Правоохранительные органы: теория и практика. 2019. № 1 (36). С. 114-117.
6. Старицин Д.С., Струганов С.М. Необходимость внедрения приемов из арсенала армейского рукопашного боя в профессиональную деятельность сотрудников полиции // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: Материалы XVII Международной научно-практической конференции. Иркутск: ФГКОУ ВПО ВСИ МВД России, 2015. С. 156-158.
7. Струганов С.М., Чернигова А.Ю. Повышение эффективности обучения курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств боевым приемам борьбы в экстремальных ситуациях // Экстремальные ситуации, конфликты, социальное согласие: материалы восемнадцатой международной научно-практической конференции; технический редактор В.М. Щукин. М. : Академия управления МВД России, 2016. С. 308-313.

Никулин Леонид Валерьевич, доцент кафедры физической культуры и спорта,
Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина,
Россия, 196605, г. Санкт-Петербург, г. Пушкино, Петербургское ш., 10;
Проскуров Дмитрий Вячеславович, старший преподаватель кафедры огне-
вой подготовки,
Санкт-Петербургский университет МВД России,
Россия, 198206, г. Санкт-Петербург, ул. Лётчика Пилютова, 1,
e-mail: bobrovik1966@yandex.ru

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СОТРУДНИКОВ СИЛОВЫХ СТРУКТУР: ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ

Аннотация. В данной работе рассматриваются основные проблемы физической подготовки сотрудников силовых структур на современном этапе, дается анализ эффективности внедрения нового наставления по физической подготовке сотрудников внутренних дел.

Ключевые слова: физическая подготовка, сотрудники силовых структур, сотрудник полиции, физические упражнения, служебно-профессиональная деятельность.

Анализ эффективности внедрения нового наставления по физической подготовке в практику повседневной деятельности сотрудников силовых структур Министерства внутренних дел позволяет сделать следующие выводы:

- специальные задачи не в полной мере отвечают особенностям служебно – профессиональной деятельности сотрудников полиции;
- в содержании физической подготовки включены в основном контрольные упражнения, что в свою очередь снижает эффективность проведения занятий;
- специальные упражнения не в полной мере отражают специфику профессионального труда сотрудников силовых структур и имеют слабую связь с реальной профессиональной деятельностью;
- проверка и оценка физической подготовленности сотрудников полиции в содержательно – нормативно и организационно-методическом аспектах играет существенную роль и отрицательно влияет на психическое состояние сотрудников полиции, так как вызывает негативные эмоции [4, с. 43; 6, с. 80].

В связи с этим мы считаем, что возникла проблемная ситуация, разрешение которой будет способствовать реализации актуальных задач современной физической подготовки с сотрудниками полиции. На наш взгляд, возникла необходимость в обосновании основной цели физической подготовки сотрудников силовых структур на современном этапе, которая состоит в теоретическом и экспериментальном обосновании различных направлений физической подготовки как составной части системы служебно-профессиональной подготовки [1, с. 92].

Первое направление связывает ряд вопросов по обоснованию общих и специальных задач физической подготовки с сотрудниками полиции (как выполняющим обязанности по охране общественного порядка, так и не связанные с ними), как системообразующего фактора. Именно задачи физической подготовки для той или иной специальности определяют и средства, и методику, и формы физической подготовки, а также содержание ее проверки и оценки.

Второе направление объединяет комплекс проблем, связанных с совершенствованием компонентов физической подготовки: средств, форм, методов (методик). Как показывает практика, для более эффективного влияния физической подготовки на профессиональную деятельность сотрудников полиции надо существенно расширить набор физических упражнений – основного средства физической тренировки [2, с. 214]. Что касается ее форм, то существенная роль отводится самостоятельному выполнению физических упражнений офицерским составом всех категорий. В связи с этим основной акцент в деятельности специалистов по физической подготовке будет приходиться на методическую работу с сотрудниками силовых структур [3, с. 23].

Третье направление включает поиск путей, нацеленных на дальнейшее повышение эффективности таких компонентов системы по физической подготовке, как организация, обеспечение, управление [7, с. 244]. Наиболее существенному пересмотру на наш взгляд должен подвергнуться элемент управления – проверка и оценка физической подготовки сотрудников силовых структур связанных с выполнением обязанностей по охране общественного порядка. Это касается систематичности проверок в отделах и подразделениях, подбора контрольных упражнений, уточнения возрастных групп и оценочных нормативов, принципах выставления общей оценки по физической подготовке.

Авторы данной работы считают, что внедрение в процесс физической подготовки сотрудников силовых структур изложенных выше концепций и предложений существенно повысит влияние на успешность служебно – профессиональной деятельности полицейских.

Список использованных источников

1. Белова С.Н., Бобровик А.П., Никулин Л.В. Физическая подготовка как основа профессиональной готовности сотрудника полиции // В сборнике: нравственное воспитание в современном мире: психологический и педагогический аспект. 2017. С. 90-93.
2. Бобровик А.П., Грачев К.А., Чудинова О.А. Физические упражнения и их роль в психологической подготовке сотрудников силовых структур // Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных заведениях высшего профессионального образования : Материалы Всероссийской научно-практической конференции ответственный; редактор: Е.В. Панов. Красноярск, 2011. С. 212-215.
3. Бобровик А.П., Ошев А.А. Методологические основы самосовершенствования физических качеств и навыков у сотрудника силовых ведомств // Физическая культура в профессиональном образовании учащихся высшей школы : сборник материалов 2 Всероссийской научно практической конференции; под общ. ред. С.Н. Кашина, А.В. Шульженко. Ставрополь: СФ Кр УМВД России, 2015. С. 20-24.
4. Дьяков Ю.Е., Бобровик А.П. Основы саморегуляции, аутотренинг, снятие проявлений воздействия экстремальных нагрузок на организм сотрудников полиции после выполнения после оперативно-служебных задач // Физическая культура и спорт в структуре профессионального образования: ретроспектива, реальность и будущее : Сборник материалов межведомственного круглого стола. Иркутск : ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2017. С. 42-45.
5. Любаков А.А., Бобровик А.П. Актуальные вопросы применения сотрудниками полиции боевых приемов борьбы // Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности: современные направления и образовательные технологии :

Сборник материалов IV Международной научно-практической конференции. Хабаровск, 2016. С. 224-226.

6. Баркалов С.Н. Актуальные аспекты оптимизации образовательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 77-80.

7. Панова О.С., Шилихин А.С. Метод видеовизуализации как средство повышения качества процесса обучения по дисциплинам модуля «Физическая подготовка» у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 11. (159). С. 243-246.

8. Струганов С.М., Стародубцев В.В., Бакин А.В. Актуальные проблемы дисциплины «Физическая подготовка» в образовательных организациях силовых ведомств // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: Материалы XVII Международной научно-практической конференции. Иркутск: ФГКОУ ВПО ВСИ МВД России, 2015. С. 159-162.

УДК: 378

Прокопенко Владимир Викторович, кандидат педагогических наук, доцент,
профессор кафедры физической подготовки и спорта,
Кабаев Игорь Евгеньевич, кандидат педагогических наук, профессор кафедры
физической подготовки и спорта,
Санкт-Петербургский военный ордена Жукова институт войск национальной гвардии
Российской Федерации,
Россия, 198206, г. Санкт-Петербург, ул. Летчика Пилютова, 1,
e-mail: vvbars@yandex.ru

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ВОЕННО-ПРИКЛАДНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ, КАК ОДНОГО ИЗ ФАКТОРОВ БЫСТРОЙ АДАПТАЦИИ КУРСАНТОВ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. Статья посвящена вопросам совершенствования военно-прикладной направленности физической подготовки в военном институте войск национальной гвардии, в интересах повышения военно-профессиональной подготовленности и ускорения адаптации курсантов к предстоящей профессиональной деятельности в войсках.

Определены основные направления, способствующие совершенствованию процесса военно-профессиональной подготовки курсантов в ходе проведения разных форм физической подготовки.

Ключевые слова: физическая подготовка, курсанты, военно-прикладная направленность, военно-прикладная подготовленность, адаптация, профессиональная деятельность, военный вуз, войска.

В современных условиях, образовательный процесс в военных институтах войск национальной гвардии Российской Федерации выдвигает ряд отдельных проблемных направлений образовательной практики, где одним из вопросов является процесс совершенствования военно-прикладных навыков и умений у курсантов в ходе

физической подготовки, в целях ускорения их адаптации к последующей профессиональной деятельности в войсках.

Исходя из изложенных выше задач, для их реализации можно выделить четыре основных направления, решение которых будет способствовать повышению эффективности и совершенствованию процесса военно-прикладной физической подготовки курсантов, в целях достижения необходимых результатов обучения в соответствии с установленными квалификационными требованиями и ускоренной адаптации выпускников военных институтов к предстоящей профессиональной деятельности.

Одним из проблемных направлений является противоречие между тем, что и как делает курсант в процессе проведения физической подготовки и тем, как он будет в последующем применять полученные знания, методические и прикладные двигательные навыки по предназначению.

Другим проблемным направлением является усиление военно-прикладной направленности физической подготовки, повышение ее эффективности через повышение интереса курсантов к занятиям военно-прикладными физическими упражнениями и прикладными видами спорта, схожими по своим техническим характеристикам с двигательными действиями по предназначению.

Третьим проблемным направлением является имеющееся противоречие между организацией и методикой проведения практической прикладной физической подготовки с курсантами и организацией и методикой проведения методической подготовки курсантов, поиском их оптимального сочетания и нахождением наиболее эффективного педагогического пути.

Четвертым проблемным направлением можно определить, появление и внедрение в войсках национальной гвардии абсолютно новых нормативно-правовых актов по физической подготовке, где появился новый раздел «Специальная функциональная подготовка», а также большой перечень новых военно-прикладных и служебно-прикладных упражнений, который должны освоить курсанты за пятилетний период обучения в вузе [1, с. 12].

Недостаточная профессионально-прикладная физическая подготовленность курсантов является следствием не всегда качественного планирования физической подготовки в вузе по семестрам и в годичном цикле обучения, недостаточного объема учебного материала прикладной направленности в учебных программах по физической подготовке, не оптимальной методики организации и проведения с военно-прикладной направленностью всех имеющихся форм физической подготовки.

Вместе с тем, у курсантов имеется временной потенциал в часы спортивно-массовой работы и самостоятельной подготовки для совершенствования своей профессионально-прикладной физической подготовленности.

Основная причина недостаточной военно-прикладной физической подготовленности курсантов, это не сформированность у курсантов личного интереса, личной ответственности, устойчивых мотивов и потребности к систематическим занятиям военно-прикладными физическими упражнениями, военно-прикладными и служебно-прикладными видами спорта, в том числе и для самостоятельных занятий.

Наличие данной проблемы у курсантов в процессе их обучения в военном институте, в большей степени и объясняет недостаточную военно-прикладную физическую подготовленность отдельных выпускников вуза [2, с. 14].

Это происходит из-за того, что в основном, все формы физической подготовки с

курсантами организуются и проводятся преподавателями или командирами учебных подразделений, где, как правило, личной инициативы курсантов не требуется, или она не востребована.

Другая причина, это недостаточный объем методической практики у курсантов при обучении военно-прикладным упражнениям, что ведет к возникновению определенных трудностей у курсантов в проявлении самостоятельности при занятиях прикладными физическими упражнениями.

Одними командными методами, решить проблему воспитания у курсантов потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями невозможно, поскольку в силу природных особенностей, в каждом человеке не заложена потребность в выполнении внешних волевых воздействий.

Излишняя заорганизованность процесса физической подготовки в вузе, выполнение курсантами повседневных и внеплановых задач в ущерб образовательной деятельности, принципиальный нормативный подход преподавателей при оценке военно-прикладной физической подготовленности курсантов на 1-2 курсах обучения, также не способствуют формированию у курсантов потребности к систематическим занятиям военно-прикладными физическими упражнениями и прикладными видами спорта, приводят к снижению интереса и к самому предмету «Физическая подготовка».

Другой причиной недостаточного уровня военно-прикладной физической подготовленности курсантов, является отсутствие усложнения практических нормативов по физической подготовке для курсантов 4-5 курсов.

Система проверки и оценки прикладной физической подготовленности курсантов, действующая до недавнего времени, также не в полной мере выполняла свои основные функции: контрольную, оценивающую, информационную, обучающую, ориентирующую и стимулирующую.

Педагогический контроль в процессе физической подготовки, является эффективным стимулирующим фактором обучения и воспитания курсантов, но только при его оптимальной организации, проведении и подборе соответствующих объективных критериев оценки.

Недостаток в оптимальности системы обучения курсантов приводит к тому, что на выпускном курсе приходится «натаскивать» на требуемый результат отдельных обучаемых, что не способствует формированию у выпускников мотивации к своему дальнейшему военно-прикладному физическому совершенствованию в войсках.

Поэтому, необходимо систематизировать процесс военно-прикладной физической подготовки курсантов с использованием всех форм физической подготовки на весь пятилетний период их обучения в вузе [2, с. 20].

Одной из наиболее перспективных форм, способствующей формированию у курсантов устойчивой мотивации к занятиям военно-прикладными физическими упражнениями, может стать самостоятельная физическая подготовка курсантов при методическом руководстве специалистов физической подготовки и контроле командиров подразделений.

Другим направлением, способствующим повышению военно-прикладной физической подготовленности курсантов, станет применение в образовательной деятельности военного вуза современных интерактивных и других 3D технологий, активно применяемых в спортивной практике.

Ведь по отдельным военно-профессиональным дисциплинам в военных институтах уже давно применяются современные технические средства обучения, моделирующие профессиональную деятельность [3, с. 42].

К примеру, на занятиях по огневой подготовке с курсантами используется электронный тир, на занятиях по автомобильной подготовке используются тренажеры-имитаторы БМП и БТР, повышающие эффективность обучения.

Поэтому, внедрение в военных институтах в процесс физической подготовки курсантов современных информационных технологий и технических средств обучения, также будут способствовать совершенствованию их военно-прикладной физической подготовленности.

В образовательной практике военного вуза часто видна определенная односторонность и неторопливость в развитии теории и практики.

Много говорится о том, что необходимо в образовательном процессе учитывать индивидуальные особенности каждого курсанта, но на практике, в ходе физической подготовки курсантов, индивидуальный подход в обучении практически не применяется или применяется не эффективно [4, с. 87].

Отдельные педагоги и командиры учебных подразделений, часто принижают значение стимулирования самостоятельной физической подготовки курсантов, практикуют усредненный подход к оценке этой формы физической подготовки без учета индивидуальных особенностей курсантов, тем самым, они не способствуют созданию условий, способствующих становлению курсанта, как личности, способной к самообучению и саморазвитию.

Тем самым напрямую или косвенно оказывается влияние на качество профессиональной подготовки курсантов и в итоге на их несоответствие квалификационным требованиям по военно-учетной специальности.

Процесс физического развития и совершенствования военно-прикладных навыков у курсантов в военном вузе имеет утилитарно-прикладную направленность, где главным является не конкретная личность обучаемого, а ее чисто внешние показатели, характеризующиеся в физической подготовке результатами выполнения конкретных практических нормативов [4, с. 99].

Поэтому у отдельных курсантов в ходе обучения в вузе преобладает пассивно-созерцательное отношение к прикладной физической подготовке.

В заключение можно сделать вывод, что, несмотря на значительное наличие научно-методической литературы, без внедрения современных информационных технологий и технических средств обучения, применения моделирования учебно-тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей курсантов, проблема совершенствования военно-прикладной физической подготовки курсантов по-прежнему остается актуальной.

Список использованных источников

1. Кабаев И.Е., Прокопенко В.В., Воробьев С.Н. Особенности организации и методики проведения прикладной физической подготовки с курсантами: учебное пособие. СПб.: СПВИ войск национальной гвардии РФ, 2017. 94 с.
2. Лобанов Ю.Я. Научное обоснование практической физической и методической подготовки курсантов военного вуза: научно-аналитический обзор. СПб.: СПВИ войск национальной гвардии РФ, 2017. 26 с.
3. Щеголев В.А., Прокопенко В.В., Воробьев С.Н. Формирование командно-методических навыков по физической подготовке у курсантов ВООВО войск

национальной гвардии Российской Федерации: методическое пособие. СПб.: СПВИ войск национальной гвардии РФ, 2017. 88 с.

4. Прокопенко В.В. Индивидуализация физической подготовки курсантов вузов внутренних войск МВД России: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. СПб., 2007. 183 с.

5. Макеева В.С., Баркалов С.Н., Герасимов И.В. Динамика адаптации курсантов разного пола к условиям обучения в юридическом вузе // Наука и спорт: современные тенденции. 2018. Т. 19. № 2 (19). С. 79-83.

6. Алдошин А.В., Алдошина Е.А., Демина А.В., Иванина Л.И. Регулирование процессов самопознания и самоуправления психофизическим состоянием обучающихся вузов в образовательном пространстве физической культуры // Ученые записки Орловского государственного университета. 2018. № 2 (79). С. 209-213.

7. Баркалов С.Н. Перспективы использования результатов профессиографических исследований в физической подготовке курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России (на примере обучающихся по профилю ГИБДД, предстоящая служебная деятельность которых предполагает операторскую направленность) // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2016. № 2 (67). С. 115-118.

УДК 796.8

Серебрянников Виктор Анатольевич, заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, кандидат педагогических наук, профессор,
профессор кафедры физической подготовки,

Мудренко Николай Александрович, доцент, доцент кафедры физической подготовки,
Дальневосточный юридический институт МВД России,
Россия, 680020, г. Хабаровск, пер. Казарменный, 15,
e-mail: sportdvui@mail.ru

ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КУРСАНТОВ (ДЕВУШЕК) ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ НА ОСНОВЕ ТРЕБОВАНИЙ НОРМАТИВНЫХ ДОКУМЕНТОВ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Аннотация. В статье приведен сравнительный анализ результатов сдачи контрольных упражнений курсантами (девушками), с требованиями нормативных документов по физической подготовке. Исследовалась эффективность влияния требований к промежуточной аттестации и к текущим оценкам курсантов (девушек) по физической подготовке, на их мотивацию к физическому самосовершенствованию.

Ключевые слова: физическая подготовленность курсантов (девушек), контрольные нормативы, документы регламентирующие физическую подготовку курсантов, мотивация, физическое самосовершенствование.

В настоящее время в образовательных организациях МВД России проходит обучение значительное число девушек, которые наравне с юношами, согласно закону, обязаны проходить специальную подготовку, а также периодическую проверку на профессиональную пригодность к действиям связанным с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия [1, 4].

Одной из важнейших составляющих, такой специальной подготовки, является их физическая подготовленность, имеющая свою специфику и требующая особого внимания. В этой связи, развитие и совершенствование физических качеств курсантов (девушек) во многом зависит от процесса управления физической подготовки в образовательной организации МВД России, и от самих девушек, которые должны быть мотивированы не только на активное участие в обязательных занятиях по физической подготовке, но и на самостоятельные спортивно-оздоровительные занятия. Формирование механизма такой мотивации на физическую самоподготовку является одной из важнейших задач, стоящих перед организаторами физической подготовки в системе образовательных организаций МВД России.

Существующая сегодня, в образовательных организациях МВД России, практика проведения одного или двух обязательных занятий в неделю по физической подготовке, не соответствует требованиям и принципам теории и методики физической подготовки по эффективному развитию и совершенствованию физических качеств. Тем более, что законодательство России предъявляет значительные требования к сотрудникам ОВД не только по уровню развития физических качеств, но и по формированию специальных двигательных умений и навыков, в том числе боевых приемов борьбы [1]. В связи с этим преподаватели физической подготовки вынуждены на практических занятиях основной бюджет времени тратить на изучение и совершенствование специальных двигательных умений и навыков. Физические качества при этом развиваются, как правило, сопряженно с развитием двигательных умений и навыков. Поэтому задача, воспитания у курсантов (девушек) осознанной необходимости дополнительно самостоятельно повышать свою физическую подготовленность, весьма актуальна.

Для того, что бы выяснить, на сколько требования нормативных документов по организации и проведению занятий по физической подготовке стимулируют курсантов (девушек) к физическому самосовершенствованию мы провели исследование. В основе которого лежал сравнительный анализ уровня физической подготовленности 54 курсантов (девушек) факультета «Юриспруденция» Дальневосточного юридического института МВД России (набор 2017 года), показанный по результатам сдачи контрольных нормативов во втором семестре обучения, с требованиями действующих нормативных документов.

В настоящее время, нормативными документами, регламентирующими организацию физической подготовки сотрудников ОВД, курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России, являются – «Наставление по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» (НФП) и «Порядок организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации» [2, 3].

Анализ содержания нормативных документов позволил выяснить, что для определения физической подготовленности сотрудников ОВД, курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России определяются такие физические качества, как сила, выносливость, быстрота и ловкость. Для развития и совершенствования данных физических качеств, предусмотрены физические упражнения, которые в свою очередь являются контрольными для определения уровня общей физической подготовки сотрудников, курсантов и слушателей.

В перечень данных упражнений для определения уровня общей физической подготовки сотрудников полиции (женщин) входят:

- для определения силы - сгибание и разгибание рук в упоре лежа; наклоны туловища вперед из положения, лежа на спине, в течение 1 мин;
- для определения быстроты и ловкости - челночный бег на 10x10 м;
- для определения выносливости - бег (кросс) на 1 км, 3 км; бег на лыжах на 5 км; плавание на 100 м.

Дополнительно в перечень контрольных упражнений для определения уровня общей физической подготовки курсантов и слушателей (девушек) образовательных организаций МВД России входят:

- для определения силы - силовое комплексное упражнение;
- для определения быстроты и ловкости - бег на 100 м;
- для определения выносливости - бег (кросс) 3 км.

Согласно нормативным документам, промежуточная аттестация курсанта, слушателя проводится в форме дифференцированного зачета или экзамена, включающего выполнение ими трех контрольных упражнений по общей физической подготовке (по одному на силу, быстроту и ловкость, выносливость) и служебно-прикладных упражнений (боевых приемов борьбы). При этом, результаты выполнения контрольных упражнений по общей физической подготовке переводятся в баллы. Уровень и оценка общей физической подготовки осуществляется по минимальному количеству баллов, набранных за выполнение контрольных упражнений. Так для курсантов (девушек) поступивших в образовательную организацию МВД России по третьей и четвертой группе предназначения во втором семестре оценке отлично соответствует 140 и более баллов, хорошо – 125-139 баллов, удовлетворительно 110-124 баллов, неудовлетворительно – менее 110 баллов [3].

Исходя из выше перечисленных требований, проведения промежуточной аттестации при определении оценки общей физической подготовленности курсантов (девушек), мы определили:

- величину средних показателей всех контрольных упражнений, показанных курсантами (девушками) - участниками исследования. Однако из всего перечня контрольных упражнений были исключены бег на лыжах на 5 км и плавание на 100 м. Так как, в условиях Дальневосточного юридического института МВД России, занятия по лыжной подготовке и плаванию не проводятся из-за больших финансовых и организационных трудностей;
- количество баллов полученных за эти средние результаты и все возможные варианты, из которых может складываться оценка физической подготовленности.

После чего сравнили полученное количество баллов с нормативными требованиями оценки общей физической подготовки курсантов (девушек) первого года обучения (табл.1).

Анализ полученных результатов показал, что наибольшую трудность при сдаче контрольных нормативов курсанты (девушки) испытывают при сдаче силового комплексного упражнения (45 баллов), бега на 100 м (56 баллов) и на 1 км (39 баллов). Однако сумма средних баллов полученных за результаты этих упражнений соответствует оценке "отлично".

Полученный результат позволяет сделать два неоднозначных вывода. Либо, практически все курсанты (девушки) - участницы исследования, имеют хорошую физическую подготовленность, а значит, процесс их физической подготовки идет правильно. Либо, требования нормативных документов к физической подготовленности курсантов (девушек) несколько занижены, поэтому они без особых видимых усилий достигают такого результата.

Чтобы определить, какой из выводов более верен, мы сравнили критерии текущих оценок за выполнение контрольных нормативов с оценками курсантов (девушек) - участников исследования.

Таблица 1

Сравнительный анализ результатов сдачи контрольных нормативов по общей физической подготовке курсантов (девушек), полученных во втором семестре, с требованиями нормативных документов к промежуточной аттестации

Физическое качество	Контрольное упражнение	Средний рез-тат	Кол-во баллов	Минимально возможный вариант	Фактическая сумма баллов мин. возможного варианта	Оценка "отлично" по приказу
Сила	Сгибание рук в упоре лежа	14	53		140	140
	Наклон туловища вперед за 1 мин	33	66			
	Силовое комплексное упражнение	26	45	45		
Быстрота и ловкость	Ч/бег 10x10 м	29,9	66			
	Бег 100 м	16,6	56	56		
Выносливость	Бег (кросс) 1 км	4,48	39	39		
	Бег (кросс) 3 км	17,04	52			

Критерии оценки упражнений общей физической подготовки при проведении текущего контроля определяются рабочей программой учебной дисциплины «Физическая подготовка» [3]. Но определение критериев оценки за выполнение того или иного контрольного упражнения требует отдельного научного обоснования, результаты которого должны регламентироваться примерными учебными программами или НФП.

В настоящее же время, нормативными документами по организации физической подготовки в образовательных организациях МВД России, текущие оценки за выполнение контрольных упражнений на различных этапах обучения ни как не регламентируются. Поэтому для сравнения с результатами, показанными курсантами (девушками), мы взяли оценки, регламентированные ближайшими, но уже отмененными нормативными документами. Так, оценки за выполнение контрольных упражнений - сгибание и разгибание рук в упоре лежа, наклоны вперед из положения лежа за 1 мин, челночный бег 10x10 м и бег 1000 м мы взяли из предыдущего НФП. А оценки за выполнение контрольных упражнений - силовое комплексное упражнение, бег 100 м и 3000 м взяли из примерной программы по "Физической подготовке" рекомендуемой для подготовки по специальности 030901 - Правовое обеспечение национальной безопасности (2011).

Анализ полученных результатов (табл. 2), показал, что требования к оценке при выполнении контрольных упражнений - сгибание и разгибание рук в упоре лежа, наклоны вперед из положения лежа за 1 мин, челночный бег 10х10 м, бег на 100 м и на 1 км, вряд ли могут стимулировать желание курсантов (девушек) активно заниматься своим физическим самосовершенствованием.

Таблица 2

Сравнительный анализ результатов сдачи контрольных нормативов по общей физической подготовке курсантов (девушек), полученных во втором семестре, с требованиями нормативной текущей оценке за эти нормативы

Контрольное упражнение	Нормативная оценка			% соответствия реальных результатов нормативной оценке				Средний балл показанных результатов
	Отл.	Хор.	Уд.	Отл.	Хор.	Уд.	Неуд.	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	7	5	3	87,0	3,7	3,7	5,6	14,0 $\pm$ 6,36
Наклоны вперед из положения лежа за 1 мин (кол-во раз)	20	15	10	100,0	-	-	-	33,0 $\pm$ 4,39
Силовое комплексное упражнение	30	26	24	25,9	35,2	5,6	33,3	26,0 $\pm$ 5,92
Челночный бег 10х10 м	31,5	32,5	33,5	87,0	13,0			29,9 $\pm$ 1,14
Бег 100 м	17,0	17,5	18,0	81,5	7,4	3,7	7,4	16,6 $\pm$ 1,18
Бег (кросс) 1 км	4,40	5,05	5,20	61,1	29,6	5,6	3,7	4,48 $\pm$ 0,52
Бег (кросс) 3 км	16,40	17,20	18,00	40,7	33,3	5,6	20,4	17,04 $\pm$ 2,04

Таким образом, проведенное исследование результатов сдачи контрольных упражнений курсантами (девушками) факультета «Юриспруденции» по физической подготовке показал, что:

- реальная физическая подготовленность значительно превышает нормативные требования к промежуточной аттестации. А это значит, что комплексная оценка, выставляемая за выполнение трех контрольных нормативов, занижена и не может стимулировать курсантов (девушек) на активное повышение уровня своей физической подготовленности;

- в нормативных документах, регламентирующих физическую подготовку курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России, в настоящее время, отсутствует критерий выставления текущих оценок за выполнение контрольных физических упражнений на различных этапах обучения;

- существует необходимость создания широкой батареи тестовых упражнений по определению уровня развития различных физических качеств, с реальной дифференцированной оценкой, способной показать уровень физической подготовленности курсантов и слушателей и стимулирующей их сознательное и активное отношение к физическому самосовершенствованию.

Список использованных источников

1. О полиции: федеральный закон от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ [Электронный ресурс] // URL:http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_110165/ (дата обращения: 16.03.2019).
2. Приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» [Электронный ресурс] // <http://base.garant.ru/70805268/>. (дата обращения 18.03.2019).
3. Приказ МВД России от 5 мая 2018 г. № 275 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации» [Электронный ресурс] // <http://base.garant.ru/71977330/>. (дата обращения 18.03.2019).
4. Панова О.С., Плешивцев А.Ю. Психолого-педагогические и физиологические особенности физической подготовки женщин-сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2019. № 6 (172). С. 194-198.
5. Баркалов С.Н. Организация рубежного контроля физической подготовленности курсантов образовательных организаций МВД России // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2017. № 2 (71). С. 115-118.
6. Моськин С.А. Физическая подготовка женщин – сотрудников ОВД: проблемы и пути совершенствования // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 4 (77). С. 155-158.
7. Осипов Д.В., Губанов Э.В. Адаптация девушек курсантов к физическим нагрузкам на занятиях по физической подготовке в образовательных организациях системы МВД России // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 53-57.

УДК 796 : 005.591.6

Славко Александр Лукич, кандидат социологических наук, доцент,
доцент кафедры физической подготовки учебно-научного комплекса
специальной подготовки,
Московский университет МВД России имени В.Я. Кикотя,
Россия, 117437, Москва, ул. Академика Волгина, 12,
e-mail: slavko-a@mail.ru

ОБ АКТУАЛЬНОСТИ ФАКУЛЬТАТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ ВНЕШТАТНЫХ ИНСТРУКТОРОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Аннотация. В научной статье дано обоснование актуальности факультативного обучения в образовательных организациях системы МВД России внештатных инструкторов физической подготовки. Предложены способы организации данного процесса, рассматриваются методы и критерии отбора кандидатов для обучения из числа курсантов. Выявлены приоритетные направления деятельности внештатных инструкторов физической подготовки в территориальных органах МВД, особенности ведения

работы, которые будут способствовать успешной педагогической и организаторской деятельности.

Ключевые слова: физическая подготовка, курсант, внештатный инструктор физической подготовки, образовательные организации системы МВД России, профессиональная подготовленность, территориальные органы МВД, критерий, метод, двигательная подготовка.

Как свидетельствуют результаты проведения проверок подразделений органов внутренних дел часто довольно низкий уровень физической подготовки имеет личный состав. Невысокий уровень физической подготовленности сотрудников, также есть следствие некачественное проведение занятий по физической подготовке. Обусловлено низким уровнем профессиональной подготовленности инструкторов физической подготовки в территориальных органах МВД России. Существует дефицит специалистов, способных качественно проводить занятия по физической подготовке. Согласно статистическим данным примерно 60-70% инструкторов физической подготовки в территориальных органах МВД России не имеют соответствующего базового образования (педагогического, физкультурного). Данная проблема является актуальной для органов внутренних дел, для решения которой проводятся научно-исследовательские мероприятия и организуются курсы повышения квалификации.

Мы считаем, что для повышения уровня физической подготовленности сотрудников и качественного (без травм) проведения занятий по физической подготовке, необходимо проведение следующих мероприятий. Организация в высших учебных организациях системы МВД России факультативной работы по подготовке внештатных инструкторов физической подготовки из числа наиболее физически подготовленных курсантов. Молодой сотрудник, особенно выпускник высших образовательных организаций системы МВД России, активно участвует в спортивных соревнованиях и ему часто доверяют организацию и проведение занятий по физической подготовке. В будущем выпускники становятся руководителями подразделений. Руководитель несет персональную ответственность за боевую и физическую подготовку. Факультативная работа по подготовке внештатных инструкторов будет способствовать вооружению курсантов знаниями теории и методики физического воспитания.

Для выявления основных компонентов профессиональной подготовленности инструктора физической подготовки в территориальных органах МВД России (далее – инструктор ФП) и разработки критериев и методов отбора курсантов, выполним анализ научных исследований, который свидетельствует, что данной проблеме был посвящен ряд научных изысканий.

Довольно интересное мнение в своих трудах выдвигает Ю. Войнер [4], качественно проводить занятия многим инструкторам, преподавателям по физической подготовке не позволяет недостаточная двигательная подготовка. Так, по мнению А.В. Чеснокова [8] профессиональная подготовленность специалиста по физической культуре должна основываться на практической подготовленности по различным видам спорта, то есть необходимо иметь спортивный разряд не ниже 2 разряда.

Мы считаем, что данное мнение актуально для инструкторов ФП. Инструктор ФП, имеющий спортивный разряд, особенно по служебно-прикладным видам спорта, способен технически безукоризненно продемонстрировать координационно сложные физические упражнения.

Инструктор ФП, по мнению Е.С. Барчукова [2], должен быть физически подготовлен лучше, чем остальные сотрудники подразделения. Поэтому инструктор ФП

должен оцениваться по выполнению контрольных упражнений и нормативов выше уровня, чем все сотрудники подразделения. Поэтому факультативная работа по подготовке внештатных инструкторов целесообразно проводить среди курсантов – спортсменов.

Процесс проведения практических занятий по физической подготовке с личным составом ОВД является педагогическим. Как отмечает, в своих научных исследованиях Н.В. Астафьев [1], специалист инструктор-методист как педагог должен обладать определенными психологическими свойствами личности. Которые будут способствовать успешной педагогической и организаторской деятельности.

Нельзя не согласиться с мнением ряда ученых В.М. Выдрин [5], А.В. Чеснокова [8], С.М. Погудина [7], которые утверждают, что профессиональная подготовленность инструктора ФП определяется по уровню физической, методической и психологической подготовленности.

Так, навык проведения практических занятий по физической подготовке, считает Л.А. Вейднер-Дубровин [3], складывается из умения правильно демонстрировать технику выполнения физических упражнений, владения методикой развития физических качеств, методикой обучения двигательным действиям, способностью разработки, планирования и ведения служебной документации.

Индивидуальную методическую подготовленность инструкторов ФП, по мнению С.В. Клименко [6], оценивать следует по трем направлениям: знания теории и методики физической подготовки, практические навыки проведения занятий, навыки организации и поведения спортивных соревнований. Для подготовки внештатных инструкторов ФП необходимо организовать занятия по данным направлениям.

Мы считаем, что для определения объективного уровня профессиональной подготовленности необходимо проводить оценивание по указанным выше направлениям при помощи различных шкал, которые позволяют результаты тестов перевести в общепринятые оценки.

Делая вывод, можно констатировать, что уровень физической подготовленности внештатных инструкторов ФП должен оцениваться по выполнению контрольных упражнений и нормативов выше уровня, чем все сотрудники подразделения.

Необходимо проводить тестирование психологической пригодности курсантов к деятельности внештатных инструкторов ФП. Наиболее эффективные результаты достигаются при использовании следующих тестов:

- психологическому тесту ЛОО (лично-ориентированный опросник направленности личности), характеризующий стремление к личным достижениям;
- психологическому тесту МИОМ (методика исследования особенностей мышления), исследующему особенности мышления испытуемых;
- психологическому тесту «МЛО-адаптивность» (многоуровневый личностный опросник), характеризующему коммуникативный потенциал и уровень его поведенческой регуляции в новых условиях;
- психологическому тесту УСК, определяющему уровень субъективного контроля личности;
- опроснику Басса-Дарки, определяющему уровень агрессивности личности;
- индивидуальному типологическому опроснику (ИТО) характеризующему лидерские качества личности.

Результаты данных тестов должны подтвердить, что у курсантов готовящихся выполнять обязанности внештатных инструкторов ФП имеется склонность к педагогической деятельности и организаторские способности, кроме того, при этом обяза-

тельно наличие высокого уровня самоконтроля и стремления к самосовершенствованию и ведение здорового образа жизни. Коммуникативный потенциал также должен быть высоким.

Организация факультативной работы по подготовки внештатных инструкторов физической подготовки из числа курсантов-спортсменов в высших учебных организациях системы МВД России позволит повысить уровень знаний теории и методики физического воспитания, сформировать потребность у курсантов к самостоятельным занятиям и самосовершенствованию. А главное все это будет способствовать качественному проведению занятий по физической подготовке и, следовательно, повысить уровень физической подготовленности сотрудников органов внутренних дел.

Список использованных источников

1. Астафьев Н.В, Литов Н.Л. Подготовка кадров, обеспечивающих организацию и проведение занятий в системе профессиональной служебной и физической подготовки сотрудников органов внутренних дел // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2014. № 4. С. 148-157.
2. Барчуков И.С., Кикоть В.Я. Физическая культура и физическая подготовка. – М.: Юнити-Дана, 2012. 431 с.
3. Вейднер-Дубровин Л.А. Специальная направленность физической подготовки в Вооруженных Силах СССР. – Л., 1966. 54 с.
4. Войнер Ю. Тенденции и проблемы профессионального образования в сфере физической культуры // Теория и практика физической культуры. 1999. № 10. С. 25-26.
5. Выдрин В.М. История и методология науки о физической культуре: учебно-методическое пособие. – СПб., 2006. 151 с.
6. Клименко С.В. Формирование профессионального мастерства преподавателей физической подготовки учебных заведений МВД России: дис. ... канд. пед. наук. – М., 1994. 249 с.
7. Погудин С.М. Концепция непрерывного профессионально направленного физкультурного образования учащихся общеобразовательных учебных заведений силового профиля // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта». 2010. № 11 (69). С. 69-75.
8. Чесноков А.В., Баранова Н.И. Аксеологические аспекты в процессе профессиональной подготовки педагогов физической культуры // Вестник ТГПУ. 2007. № 5. С. 40-42.
9. Герасимов И.В. Пути совершенствования физической подготовки слушателей профессионального обучения // Наука-2020. 2017. № 2 (13). С. 248-254.
10. Подрезов И.Н. Объективные и субъективные трудности в деятельности преподавателя по физической подготовке // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 4 (77). С. 168-170.

Соборнов Александр Вячеславович, старший преподаватель кафедры
физической подготовки,
Фоменков Олег Николаевич, старший преподаватель кафедры
физической подготовки,
Нижегородская академия МВД России,
Россия, 603144, г. Н. Новгород, Анкудиновское шоссе, 3,
e-mail: al_vyach_soborn@mail.ru

ГЕНДЕРНЫЙ ПОДХОД КАК НЕОБХОДИМЫЙ ЭЛЕМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Аннотация. В данной статье представлены вопросы гендерного подхода в обучении курсантов образовательных организаций Министерства внутренних дел Российской Федерации физической подготовке, особенности их мотивации, нормативно-правовое закрепление нормативов, соответствующих половым, возрастным и другим показателям.

Ключевые слова: физическая подготовка, гендерный подход, курсант, преподаватель, тренировки, навыки, боевые приёмы борьбы.

В условиях прохождения профессиональной подготовки курсантам и слушателям образовательных организаций МВД России необходимо обладать совокупностью знаний, навыков и умений для их последующего применения на практике. Сотрудники получают теоретическую базу, моделируют типовые ситуации для применения усвоенных знаний. Но этого недостаточно для достижения полной профессиональной подготовки. Необходимо также выработать основу огневой и физической подготовки. Поэтому важное место в системе образовательного процесса занимает физическое воспитание курсантов и слушателей.

В связи с тем, что работа сотрудника органов внутренних дел связана с защитой жизни и здоровья личности, достаточно важно сформировать систему физических навыков. Причём важно уметь их применять и в условиях повышенной опасности. Кроме того, система зависит от уровня работоспособности сотрудника, резерва его физических и функциональных возможностей, что достигается многолетними упорными тренировками, багажом опыта.

Для этого в образовательных организациях МВД России существует специальная дисциплина «Физическая подготовка», формирующая, накаливающая и оттачивающая полученные знания и умения обучающихся. В настоящее время преподаватели разрабатывают её на основе соответствующих нормативно-правовых актов системы упражнений на тренировку быстроты, силы, ловкости, выносливости, боевых приёмов и правил борьбы.

Важным аспектом при организации учебного процесса по данной дисциплине является гендерный подход в обучении курсантов и слушателей. В последнее время увеличилось число обучающихся женского пола. Это обуславливает необходимость определения специфического направления обучения.

Данная необходимость обусловлена тем, что анализ деятельности в практических органах показывает, что зачастую владение сотрудниками-женщинами боевыми приёмами борьбы не достигает желаемого уровня и не обеспечивает необходимую эффективность. Соответственно данная проблема поступает на разрешение в образо-

вательные организации МВД России, где обучение курсантов-девушек физической подготовке начинается с первых дней учёбы.

Смысл гендерного подхода заключается в том, что преподаватель оценивает способности учащихся не с формальной стороны, а с точки зрения их индивидуальных особенностей и с учётом наблюдений формирует способы, методы и средства организации обучения. Вследствие этого возникают определенные трудности, связанные с формированием нормативных положений по физической подготовке с учетом гендерного признака. Однако Приказ МВД России от 5 мая 2018 г. № 275 “Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации” закрепил и систематизировал виды нормативов по физической подготовке в соответствии с гендерным аспектом (табл. 1) [1, с. 9].

Таблица 1

Дополнительно для курсантов, слушателей, а также слушателей, проходящих профессиональную подготовку по должности служащего «Полицейский», за исключением слушателей Академии управления МВД России

Баллы	Наименование контрольных упражнений общей физической подготовки								
	Сила				Быстрота и ловкость		Выносливость		
	Поднос прямых ног к перекладине	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	Силовое комплексное упражнение		Бег 100 м		Бег (кросс) на 1 км	Бег (кросс) на 3 км	
	количество раз	количество раз	количество раз		секунд		минут секунд	минут секунд	
	мужчины	мужчины	мужчины	Женщины	Мужчины	Женщины	мужчины	Мужчины	Женщины
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
100	более 35	более 46	более 10	более 45	менее 12.0	менее 14.0	менее 3.00	менее 10.30	менее 14.00
99	35	46	10	45	12.0	14.0	3.00	10.30	14.00
98	34	-	-	-	-	-	-	10.31-10.34	14.01-14.04
97	33	45	-	-	-	14.1	3.01	10.35	14.05
96	32	-	-	-	-	-	-	10.36-10.39	14.06-14.09
95	31	44	-	-	12.1	14.2	3.02	10.40	14.10
94	-	-	-	44	-	-	-	10.41-10.44	14.11-14.14
93	30	43	-	-	-	14.3	3.03	10.45	14.15
92	-	-	-	-	-	-	-	10.46-10.49	14.16-14.19
91	29	42	-	-	12.2	14.4	3.04	10.50	14.20
90	-	-	9	43	-	-	-	10.51-10.54	14.21-14.24

Долгое время при поступлении в образовательную организацию МВД России присутствовала тенденция преобладающего количества поступающих девушек. Например, доля курсантов-девушек 2016 и 2017 гг. набора в Нижегородской академии МВД России составила 54% и 56% соответственно. Затем такое направление утратило тенденциозность, что связано с повышением планки выполнения нормативов по физической подготовке. Подобное изменение вызвало необходимость увеличение количества тренировок, их качества, выработки выносливости, ловкости, силы. Основные рекомендации по проведению занятий по физической подготовке закреплены в приказе МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 “Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации”.

Между тем при обучении курсантов-девушек существует ряд психофизиологических проблем, обусловленный их анатомической структурой, антропометрическими особенностями и т.д. Кроме того, имеют место быть определенные отличия в преподавании для девушек и юношей. Например, один из методов обучения соревнования по-разному влияют на курсантов в зависимости от гендерного признака. Так, юношей участие в состязаниях стимулирует, закаляет, а у девушек проигрыш зачастую вызывает отрицательную эмоциональную реакцию на неудачу [4, с. 244].

Также преподаватель может заметить существенную разницу при усваивании нового материала между юношами и девушками. Например, девушкам необходимо разъяснить теоретический аспект, затем показать его применение на практике и проверить закрепленную информацию. Так эффект от занятий даёт большую силу в обучении девушек. Юношей подобный подход устраивает не в полной мере. Для них изучение, например, боевых приёмов происходит эффективно, если преподаватель даст время самостоятельно изучить материал, а затем исправит ошибки и определит направление обучения. Для курсантов-юношей свойственно начинать обучение с конца сначала результат – непосредственно выполненный приём, а затем сам процесс – основные правила выполнения загибов [2, с. 3]. Это подтверждает тот факт, что девушкам важно выстроить алгоритм действий, проработать схему их работы. Они усваивают материал с изучения правил до применения их на практике: право- или левосторонняя стойка, хват левой, правой или обеими руками, расстояние до ассистента, а в результате изученный боевой приём.

Неотъемлемой частью подготовки преподавателя к занятию является необходимость определить эффективные способы стимулирования работоспособности, т. к. юноши и девушки имеют разные мотивационные факторы. Так для девушек процесс обучения носит характер необходимости, в то время как для юношей принимают его как данность. Для курсантов-девушек наличие положительных оценок является залогом стабильности и успеха, и для них процесс обучения преобладает над вопросами несения службы. Юноши легче справляются со служебными обязанностями; они не заиклены на отметках. Например, для курсантов-девушек важна эстетическая мотивация – стремление к красивому телу. Следовательно, преподаватель по физической подготовке может предложить соответствующие упражнения на занятиях, развивающие общую физическую подготовленность и одновременно удовлетворяющие эстетические потребности курсантов-девушек.

Проведенные научными деятелями исследования показали, что курсанты-девушки обладают лучшей координацией своих действий, чем юноши [3, с. 4]. Они также превосходят курсантов мужского пола в ловкости и скорости движений мелких мышечных групп. Девушкам свойственна пластичность и гибкость, что является

следствием психофизиологических и анатомических особенностей. Гармоничное развитие гибкости и координации действий определяет развитие ловкости. Для этого необходимо выполнять определённые тренировки, развивающие двигательные навыки. Следуя вышесказанному, можно сделать вывод о том, что курсанты-девушки имеют своё преимущество в категории навыков. Преподавателю важно подобрать соответствующие упражнения для их развития.

Таким образом, сущность гендерного подхода в обучении физической подготовке курсантов образовательных организаций МВД России заключается в грамотной организации учебного процесса, разработке таких упражнений, которые развивают навыки и курсантов-юношей, и курсантов-девушек. Преодоление проблем, связанных с различием девушек и юношей в физическом плане происходит за счёт применения соответствующих нормативно-правовых актов, разграничивающих их возможности. Применение мотивационного подхода в обучении позволит более эффективно усваивать материал курсантами с точки зрения их физиологического, анатомического, психологического строения. В дальнейшем подобные меры позволят выпустить в практическую служебную жизнь обученного сотрудника, достигшего высокую планку в физической подготовке.

Список использованных источников

1. Приказ МВД России от 05.05.2018 № 275 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации»
2. Браженская Н.Е. Гендерный аспект обучения курсантов вузов МВД России // Преподаватель XXI век. 2016. № 3. 77-84 с.
3. Воротник А.Н. Некоторые проблемы профессиональной физической подготовки курсантов-женщин образовательных организаций МВД России // Педагогическое образование в России. 2014. № 2. 18-21 с.
4. Панова О.С., Дьяков А.С. Гендерные аспекты динамики функциональной подготовленности слушателей образовательных организациях МВД России, обучающихся по программам профессиональной подготовки по должности служащего «Полицейский» // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 11 (159). С. 243-246.
5. Макеева В.С., Баркалов С.Н., Герасимов И.В. Динамика адаптации курсантов разного пола к условиям обучения в юридическом вузе // Наука и спорт: современные тенденции. 2018. Т. 19. № 2 (19). С. 79-83.
6. Моськин С.А. Физическая подготовка женщин – сотрудников ОВД: проблемы и пути совершенствования // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 4 (77). С. 155-158.
7. Осипов Д.В., Губанов Э.В. Адаптация девушек курсантов к физическим нагрузкам на занятиях по физической подготовке в образовательных организациях системы МВД России // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 53-57.

Степановских Виталий Владимирович, преподаватель кафедры физической подготовки и прикладных единоборств,
Фока Андрей Викторович, преподаватель кафедры физической подготовки и прикладных единоборств,
Санкт-Петербургский университет МВД России,
Россия, 198206, г. Санкт-Петербург, ул. Летчика Пилютова, 1,
e-mail: bobrovik1966@yandex.ru

О НЕОБХОДИМОСТИ ОБУЧЕНИЯ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ ПРИКЛАДНОМУ ПЛАВАНИЮ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ

Аннотация. В данной работе раскрываются актуальные вопросы обучения сотрудников полиции прикладному плаванию в образовательных организациях МВД России с первых дней пребывания на службе, а также особенности проведения учебно-тренировочных занятий по прикладному плаванию сотрудников полиции (офицеров-преподавателей) старших возрастных групп.

Ключевые слова: сотрудник полиции, прикладное плавание, физическая подготовка, боевые приемы борьбы в воде, образовательная организация МВД России, профессорско-преподавательский состав.

Вопрос подготовки высококлассного специалиста-полицейского ставится уже давно. Постоянно возрастают требования к его служебно-профессиональной деятельности. В свете последних событий особо остро ощущается слабая физическая подготовка сотрудников полиции при преодолении водных преград (рек, озер, искусственных водохранилищ, прибрежных зонах морей, и т.д.) и как следствие невыполнение поставленной задачи. Особая роль здесь отводится применению боевых приемов борьбы в воде, где обычные способы задержания становятся малоэффективными. При противоборстве в водной стихии зачастую отсутствуют точки опоры о грунт либо подручные средства, что значительно усложняет применение боевых приемов борьбы. Умение держаться на воде еще само по себе не являются основой успешного задержания правонарушителя. Даже устойчивый навык спортивного плавания не в полной мере обеспечивает выполнение служебно-профессиональной задачи по задержанию правонарушителя в воде. Для этого сотруднику полиции необходимо владеть целым комплексом специальных приемов и действий, тренироваться по специально разработанным программам, отсутствие таковых приводит к неоправданным потерям среди личного состава. Опыт проведения учебно-тренировочных занятий по прикладному плаванию во многих подразделениях МВД России отсутствует, специалистов физической подготовки, специализирующихся в области прикладного плавания катастрофически не хватает, а учебно-тренировочные занятия по прикладному плаванию, во многих подразделениях и образовательных организациях МВД России вообще не проводятся.

Проведенный нами анализ специальной литературы показал, что сотрудники полиции гибнут не только при выполнении своих служебно-профессиональных обязанностей связанных с преодолением водных преград, но и на отдыхе, что вообще крайне недопустимо. Забота о жизни и здоровье самого сотрудника полиции должна ставиться на первое место при его подготовке предстоящей служебно-

профессиональной деятельности уже с первых дней его пребывания в образовательных организациях МВД России. Исследования проблемы обучения сотрудников полиции прикладному плаванию проведенное на базе Санкт-Петербургского университета МВД России, показали, что только 65% испытуемых могут уверенно держаться на воде в спортивной форме одежды и преодолевать расстояния от 100 м и более (в исследовании участвовали 108 человек института факультета подготовки и переподготовки кадров Санкт-Петербургского университета МВД России), а о способах задержания, сопровождения и транспортировки правонарушителя находящегося в воде многие не имеют ясного представления особенностью противоборства с правонарушителем, находящемся в воде является то, что сотрудник полиции не всегда, а как показывает практика, как правило оказывается в воде в одежде (гражданской либо в форменной), что значительно осложняет его действия, способствует мобилизации его волевых и психических свойств личности [2, с. 113].

Следует отметить, что вышеперечисленные утверждения относятся в основном к сотрудникам полиции мужского пола, так как для сотрудников полиции женского пола данное положения не рассматривались и на наш взгляд это является темой для дальнейших исследований.

Несомненно, незаменимую роль прикладное плавание оказывает на сотрудников полиции старших возрастных групп. Как известно из многочисленных открытых источников в организме человека после сорока лет происходят дегенеративные возрастные изменения и занятия прикладным плаванием будут способствовать повышению профессионального и спортивного долголетия профессорско-преподавательского состава образовательных организаций МВД России [1, с. 42]. Включение учебно-тренировочных занятий по прикладному плаванию в процесс подготовки высококлассных специалистов-сотрудников полиции в образовательных организациях МВД России внесут особый элемент мотивации к занятиям физической подготовкой, эмоциональность и что наиболее важно, повысят их уровень служебно-профессионального мастерства.

Список использованных источников

1. Бобровик А.П., Арсеньев В.А. Закономерности развития заболеваний у сотрудников ОВД старшего возраста во время службы и после увольнения и средства их предупреждения // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : Материалы XVII Международной научно-практической конференции. Иркутск: ФГКОУ ВПО ВСИ МВД России, 2015. С. 39-42.
2. Бобровик А.П., Любаков А.А., Дьяков Ю.Е. Влияние учебно-тренировочных занятий по преодолению полосы препятствий на психическое состояние сотрудников полиции // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : Сборник материалов XIX международной научно-практической конференции. В 2-х томах. Иркутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2017. С. 109-113.
3. Баркалов С.Н. Основные направления взаимосвязи физкультурной и профессиональной деятельности // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 5-9.
4. Моськин С.А., Еремин Р.В. Организация самостоятельных занятий физической культурой в целях повышения двигательной активности человека // Наука-2020. 2018. № 2-2 (18). С. 47-53.

5. Осипов Д.В., Губанов Э.В. Адаптация девушек курсантов к физическим нагрузкам на занятиях по физической подготовке в образовательных организациях системы МВД России // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 53-57.

УДК 796.06

Степкин Михаил Анатольевич, кандидат педагогических наук, доцент,
начальник научно-исследовательского отдела
Научно-исследовательского центра по физической подготовке
и военно-прикладным видам спорта в Вооруженных Силах Российской Федерации,
Военный институт физической культуры,
Россия, 194044, г. Санкт-Петербург, Большой Сампсониевский пр., 63,
e-mail: mi.an.stpk@mail.ru

ОБОСНОВАНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА ПОВЫШЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Аннотация. Одной из важных задач совершенствования системы физической подготовки военнослужащих является научное обоснование содержания физической подготовки военнослужащих. В статье представлен подход к обоснованию содержания физических упражнений, направленных на повышение специальной физической подготовленности военнослужащих.

Ключевые слова: специальная физическая подготовка, специальная физическая подготовленность, специально-подготовительные упражнения, структурный анализ, двигательные операции.

ВВЕДЕНИЕ

Термины «специальная физическая подготовка» и «специальная физическая подготовленность» в системе физической подготовки военнослужащих ВС РФ в настоящее время в руководящих документах не регламентированы. Вместе с тем, существуют специальные задачи физической подготовки, которые конкретизируют общие задачи физической подготовки с учетом принадлежности военнослужащих к различным видам, родам ВС РФ, группам военно-учетных специальностей, специфики организации их боевой подготовки и повседневной военно-профессиональной деятельности.

В профессионально-прикладной физической подготовке и в физической подготовке системы спортивной тренировки основным средством решения задач специальной физической подготовки являются специально-подготовительные физические упражнения [1].

Недостаточное внимание специально подготовительным упражнениям в физической подготовке военнослужащих может препятствовать качественному решению отдельных специальных задач физической подготовки, а некачественный подбор упражнений – снижать эффективность их решения.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Развитие у военнослужащих способности быстро передвигаться в пешем порядке на поле боя должно обеспечиваться решением задач физической подготовки, установленных Наставлением по физической подготовке в ВС РФ (НФП-2009): развитие и совершенствование физического качества быстрота, формирование навыков в передвижении по пересеченной местности в пешем порядке [2]. Для решения указанных задач в НФП-2009 определены физические упражнения: № 40 «Бег на 60 м», № 41 «Бег на 100 м» и № 42 «Челночный бег 10х10 м». Они включены в программы физической подготовки для военнослужащих различных подразделений и в содержание проверки физической подготовленности военнослужащих.

Результаты проведенного нами сравнительного анализа состава двигательных операций в «перебежке» на поле боя и упражнений № 40 и № 41 наглядно демонстрируют «не в полной мере» достаточность только этих упражнений для обеспечения необходимого уровня физической подготовленности военнослужащих для выполнения быстрых передвижений на поле боя в пешем порядке (табл. 1).

Таблица 1

Результаты сравнительного анализа двигательных операций

ПЕРЕДВИЖЕНИЕ «ПЕРЕБЕЖКОЙ»			БЕГ НА 100 М (60 М)		
Целевая структура		Двигательная структура		Целевая структура	
Цель – быстро преодолеть расстояние (дистанцию)		Действие – перебежка		Действие – бег	Цель – быстро преодолеть дистанцию
Двигательные задачи	1. По команде принять положение для начала бега из изготровки для ведения огня лежа	Вскакивание	Двигательные операции		
	2. Начать бег	Старт		Старт	1. По команде начать бег
	3. Набрать максимальную скорость	Стартовый разбег		Стартовый разбег	2. Набрать максимальную скорость.
	4. Поддерживать максимальную скорость	Бег по дистанции		Бег по дистанции	3. Поддерживать максимальную скорость
	5. Приготовиться к опусканию в положение лежа	Замедление скорости		-	
	6. Достичь указанный рубеж	Добегание		Добегание (финиширование)	4. Пересечь линию финиша
	7. Принять положение лежа на животе	Опускание		-	
	8. Отползти в сторону	Отползание		-	
	9. Принять изготровку для ведения огня лежа	Изготовка		-	
Количество двигательных операций:		9		4	

Расхождения двигательных структур (из 9 двигательных операций военного-прикладного двигательного действия тренируются только 4, что составляет 44,4 %) усугубляются:

различием применяемой формы одежды (объективно техника передвижения в спортивной форме отличается от техники бега в полной экипировке с удержанием в руках автомата);

различием «рабочих» дистанций в одинаковых двигательных операциях – «рекомендуемый» стартовый разбег в беге на 100 м (60 м) составляет 10-15 м, вся дистанция «перебежки» по нормативам боевой подготовки до 15-20 м.

Схожие по направленности результаты получены в ходе сравнительного анализа состава двигательных операций в возможной комбинации двигательных действий на поле боя «перебежка» вперед с последующим отходом назад (сменой огневой позиции) и в упражнении № 42.

Указанные упражнения решают задачи общей подготовки военнослужащих к быстрому передвижению на короткие расстояния. По классификации, принятой в теории и методике физического воспитания, – это общеподготовительные физические упражнения [1]. Для качественного (в полной мере) обеспечения необходимого уровня физической подготовленности военнослужащих мотострелковых, десантно-штурмовых, парашютно-десантных, морской пехоты, разведывательных и аналогичных подразделений для выполнения боевых задач их недостаточно. Необходимы физические упражнения, по содержанию и характеру физических и психологических нагрузок и напряжений более приближенные к требованиям боевой деятельности, т.е. – специально-подготовительные физические упражнения [1]. В настоящее время в программах физической подготовки их нет.

На основе проведенного структурного анализа содержания двигательных операций одного из основных способов передвижения военнослужащего на поле боя (перебежками), с учетом выполняемых при этом физических нагрузок, нами разработано физическое упражнение «Бег на 40 м со сменой направления» [3]. Оно предназначено для решения задач: формирование и совершенствование у военнослужащих двигательных навыков смены положений тела в движении, скоростного преодоления коротких расстояний с изменением направления движения; развитие и поддержание на требуемом уровне быстроты, скоростно-силовых качеств мышц плечевого пояса, брюшного пресса, нижней части спины, ног; развитие и совершенствование ловкости (координации, точности двигательных действий).

Упражнение выполняется на ровной площадке с любым покрытием с разметкой (рис. 1).

По предварительной команде «Бег со сменой направления в правую (или в левую) сторону»: принять изготовку для ведения огня лежа (вертикальная проекция плеч находится на стартовой линии или до нее) рядом с левой (правой) границей площадки на стартовой линии.

По исполнительной команде «ВПЕРЕД!»: быстро вскочить (любым способом), пробежать вперед-вправо (вперед-влево) до 1-й зоны смены направления движения, выполнить разворот влево (вправо), пробежать до 2-й зоны смены направления движения, принять изготовку для ведения огня с колена (обязательно зафиксировать упор одного из коленей в площадку, направление макета автомата (автомата) в сторону линии финиша), быстро вскочить, пробежать вперед-вправо (вперед-влево) до линии финиша рядом с правой (левой) границей площадки, пересечь ногой линию финиша, лечь на живот, сместить все тело влево (вправо) на ширину туловища, принять изготовку для ведения огня лежа (вертикальная проекция плеч находится на линии финиша или за ней).

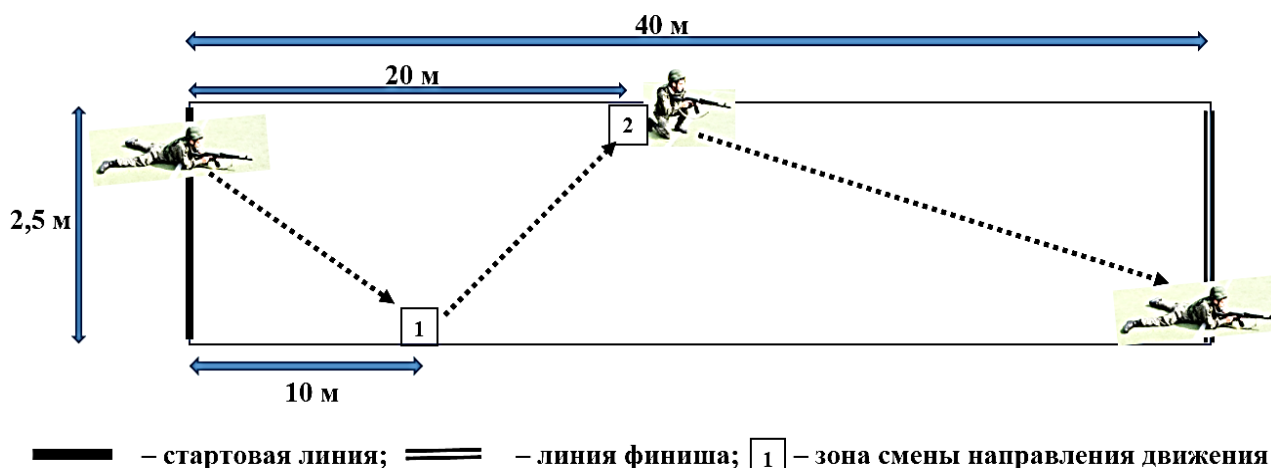


Рис. 1. Схема дистанции

Положение макета автомата (автомата) при беге – по выбору бегущего. В изготовках для ведения огня лежа и с колена обязательно зафиксировать упор приклада макета автомата (автомата) в плечо.

Формой контроля тренированности предлагается выполнение норматива в военной форме одежды в экипировке с автоматом (макетом автомата), измеряемого временем выполнения упражнения.

Разработанное упражнение включает в себя двигательные операции, которые не тренируются в процессе физической подготовки, но являются одними из основных компонентов способов передвижения военнослужащего на поле боя, а также двигательного навыка «передвижение по пересеченной местности в пешем порядке», формирование которого является одной из задач физической подготовки. Соответственно, включение предложенного упражнения в программу физической подготовки будет способствовать более качественному решению данной задачи.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Для полноценного решения конкретных специальных задач физической подготовки военнослужащих одних только общеподготовительных физических упражнений, большей частью представленных в НФП-2009 не достаточно. Специалистами физической подготовки должны разрабатываться специально подготовительные упражнения, которые на имеющейся базе общей физической подготовленности военнослужащих обеспечат повышение уровня их специальной физической подготовленности.

Список используемых источников

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. 543 с.
2. Приказ Министра обороны РФ 2009 г. № 200 «Об утверждении Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации» в редакции приказа Министра обороны РФ 2013 г. № 560 «О внесении изменений в Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации, утвержденное приказом Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. № 200».

3. Степкин М.А. Специально-подготовительные упражнения в физической подготовке военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации: учеб.-метод. пособие. СПб.: ВИФК, 2019. 60 с.

УДК 377.4 ;796.015

Струганов Сергей Михайлович, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической подготовки, Хотыленко Виктория Викторовна, курсант 3 курса факультета подготовки следователей и судебных экспертов, Восточно-Сибирский институт МВД России, России, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 110, e-mail: sergej_05@mail.ru

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАК ОДИН ИЗ ОСНОВНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы о роли физической подготовки в профессиональной деятельности сотрудников ОВД, которая связана с большими нагрузками и стрессовыми ситуациями, взаимодействием с гражданами и правонарушителями. Основной целью физической подготовки является разработка специальных упражнений, изучение боевых приемов борьбы, повышение психофизической работоспособности и повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов служебной деятельности.

Ключевые слова: физическая подготовка, сотрудник органов внутренних дел, профессиональная деятельность, работоспособность, физическая подготовленность.

Физическая подготовка – это совокупность теоретических знаний, практических умений и индивидуально-профессиональных качеств личности, таких как смелость, решительность, бдительность, самодисциплина и самообладание. Они направлены на формирование двигательных умений и навыков, профессиональных качеств личности, которые необходимы для решения оперативно-служебных задач в служебной деятельности. Все эти качества способствуют успешной реализации таких действий как поиск преступников, их преследование и оперативное задержание без причинения вреда себе и окружающим, а также способствуют при осуществлении работы в условиях, связанных с пресечением противоправных действий вооруженных преступников, путем применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия [1, с. 63].

Необходимо так же отметить, что важным условием успешного осуществления профессиональной деятельности сотрудника ОВД является его служебно-боевая подготовка, то есть закрепление и постоянное обновление знаний, умений и навыков, как в повседневной жизни, так и в условиях чрезвычайных ситуаций. Служебно-боевая подготовка включает в себя такой раздел как физическая подготовка. Выбранная тема исследования актуальна и на сегодняшний день, так как именно сотрудники ОВД обеспечивают борьбу с преступностью, а поскольку данная деятельность опасна, то

необходимо совершенствовать физическую подготовленность сотрудников как основной элемент их профессиональной деятельности [2, с. 35].

Сотрудники органов внутренних дел должны быть постоянно подготовленными к действиям в стрессовых ситуациях, а также в условиях борьбы с преступным миром, потому что на сегодняшний день он вооружен техникой, средствами связи, системой юридической и специальной подготовок. Именно поэтому в военизированных вузах МВД России в предмет физическая подготовка входит обучение боевым приемам борьбы и самозащита без оружия, а также игровые ситуации, которые позволяют смоделировать условия, наиболее близко схожие с жизненными ситуациями и позволяют сотрудникам не только применить нормы и правила поведения, но и показать свое трудолюбие, самодисциплину, которые сыграют лишь положительную роль в будущей профессиональной деятельности [2, с. 47].

Между системой физических качеств и успешным выполнением профессиональной деятельности существует некая связь. Так, например, рядовой и начальствующий состав органов внутренних дел должен овладеть навыками преодоления препятствий, умением выполнять боевые приемы борьбы и применением специальных и подручных средств, наряду с физическими нагрузками, психическим напряжением в условиях ненормированного рабочего дня.

Сотрудник ОВД должен обладать скоростной выносливостью, быстротой, ловкостью и смелостью, а также настойчивостью в действиях при стрессовых ситуациях. При профессиональной подготовке сотрудника к таким действиям он должен четко и грамотно разработать специальные упражнения и подробно изучить методику выполнения боевых приемов борьбы для эффективного обеспечения мер по борьбе с преступностью.

Сотрудники полиции являясь общественными деятелями, постоянно взаимодействуют с гражданами, в связи с этим с целью облегчить данный процесс и прийти к взаимопониманию считается необходимым получение навыков, а также иных знаний в области психологии и педагогики.

Оперативная работа сотрудников ОВД предполагает неожиданное возникновение экстремальной ситуации, а значит сотрудник должен в любой момент проявить любое из физических качеств.

Физическая культура и физическая подготовленность направлены на обеспечение личной и социальной безопасности, развитие психофизической работоспособности и профессиональной дееспособности, активности сотрудников органов внутренних дел [5, с. 87].

Самое главное качество для сотрудника полиции – это выносливость, так как сотруднику необходимо поддерживать высокую умственную и физическую активность в течение всего рабочего ненормированного дня. Занимаясь физической активностью, вы не даёте организму ослабнуть, постоянно совершенствуя свои умения вы держите мышцы в тонусе, что позволяет вам меньше уставать и меньше быть подверженным различным болезням [3, с. 52; 4, с. 202].

Деятельность сотрудников различных подразделений органов внутренних дел существенно отличаются. Например, профессиональная деятельность сотрудников уголовного розыска и органов дознания и следствия имеет определенные отличия: деятельность сотрудников уголовного розыска более динамичная чем работа органов дознания и следствия, так как в связи с конфликтными ситуациями они должны обладать двигательными-координационными и скоростными способностями; деятельность же органов дознания и следствия имеет гиподинамический характер, в условиях ма-

лоподвижного образа жизни и умственного труда с высоким нервно-эмоциональным напряжением они подвержены хроническим заболеваниям, которые могут быть помехой при выполнении ими не только своих профессиональных функций, но и общесоциальных.

В связи с этим специалисты говорят о потребности в создании и введении технологий обучения, которые направлены на эффективную подготовку кадров органов внутренних дел. Данный вопрос поднимали также в руководстве министерства посредством выдвижения определенных требований для совершенствования профессиональной подготовки кадров в органах внутренних дел Российской Федерации.

Министерством Внутренних Дел были подготовлены основные направления совершенствования физической подготовки в системе МВД России:

1. Совершенствование материального и технического обеспечения, модернизация формы и содержания физической подготовки с учетом предстоящей служебной деятельности;

2. Комплектование средств физической, огневой и тактико-специальной подготовки путем совершенствования связей с другими предметами (при данном требовании особое внимание уделяется формированию важных качеств и навыков курсантов и слушателей, проведению специальной работы по их комплексному проявлению в рамках отдельных дисциплин и комплексных междисциплинарных занятий);

3. Проведение практических занятий по физической подготовке, используя методы моделирования реальных условий и ситуаций службы посредством двух подходов, а именно воспроизведение максимально приближенных к реальным условиям внешней картины и применение таких элементов, как риск, внезапность, быстрое изменение обстановки, противодействие и борьба. Дополнительно применяется массивное воздействие других сбивающих факторов таких как высокая скорость и темп выполнения упражнений.

Выдвинутые требования совершенствования физической подготовки курсантов и слушателей образовательной системы МВД России относятся к технологическим и методическим аспектам.

Заинтересованность преподавательского состава кафедр по физической подготовке в применении инновационных образовательных технологий будет благоприятно способствовать на уровень физического развития молодых сотрудников. Большую пользу и максимальную эффективность в дальнейшей профессиональной деятельности сотрудников полиции оказывают проведение занятий по физической подготовке в виде преодоления полосы препятствий, сочетания физических упражнений и стрельб с огнестрельным оружием, создание рукопашных поединков в условиях неожиданности и эмоционального напряжения. Подобные занятия уже нашли свое отражение в специализированных вузах системы МВД России. Практикуется и такая схема сдачи боевых приемов борьбы: курсант или слушатель стоит спиной к ассистенту, в это время ассистенту озвучивается прием или захват, который необходимо осуществить, курсант или слушатель выполняющий прием, не предполагает какое действие сейчас будет с ним совершаться и настраивается на оперативное обезвреживание предполагаемого противника. Такая модель выполнения боевых приемов борьбы позволяет смоделировать неожиданную для сотрудника ситуацию нападения, при воспроизводстве которой сотрудник ОВД должен быстро среагировать и правильно выполнить прием, защитив не только свою жизнь и здоровье, но и жизнь и здоровье граждан, если создается угроза причинения им вреда. Физическая подготовка представляет собой главное звено полноценного развития сотрудников органов внутренних дел, главной

целью которой является формирование физической и психологической готовности к выполнению оперативно-служебных задач, умелое применение физической силы, в том числе боевых приемов борьбы, специальных средств и огнестрельного оружия при борьбе с преступностью и пресечении противоправных действий правонарушителей.

Решение поставленной цели зависит от следующих задач:

1. развитие и совершенствование на должном уровне профессионально важных физических качеств;
2. формирование практических умений и навыков самозащиты и обеспечения личной безопасности, а также грамотного и правомерного применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия;
3. поддержание и укрепление здоровья для обеспечения необходимого уровня физической подготовленности и высокой работоспособности.

Физическая подготовка как основной элемент профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел учит сотрудников быть готовыми к выполнению условий, которые связаны с правомерным применением физической силы, боевых приемов борьбы, специальных средств и огнестрельного оружия; а также к преследованию правонарушителей, быстрому реагированию на изменения обстановки и умелому передвижению на местности.

Также немаловажно, что физическая подготовка как система практических умений и навыков направлена на обучение методам самозащиты и обеспечению личной безопасности в экстремальных условиях служебной деятельности сотрудников органов внутренних дел.

Таким образом, подводя итог, следует заметить, что роль физической подготовки в профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел имеет большое значение, потому что она направлена на повышение уровня эффективной борьбы с преступностью путем развития у сотрудников качеств физической работоспособности, выносливости и навыков грамотного и правомерного применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия, а также направлена на укрепление и поддержания здоровья.

Список использованных источников

1. Андреев А.А., Росадюк В.С., Струганов С.М. Инновационные взгляды на повышение профессионально-прикладных качеств курсантов и слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств // Вестник Восточно-Сибирского института МВД России. 2016. № 3 (78). С. 63–71.
2. Актуальные проблемы профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел: сборник материалов межвуз. науч.-практ. конф. 21 ноября 2014 г. / отв. ред. М.А. Акимова; сост. М.А. Буркова. Домодедово, 2014. С. 123.
3. Биналиев А.Т. Применение приемов борьбы стоя сотрудниками правоохранительных органов: учебно-методическое пособие. Ростов-на-Дону, 2014. С. 50.
4. Панова О.С. Особенности самостоятельной физической подготовки курсантов женского пола образовательных организаций МВД России // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 5. (159). С. 201-205.
5. Панова О.С., Шутина Д.Д. Совершенствование физической подготовки сотрудников ОВД России // Современные научные исследования в сфере педагогики и психологии: сборник результатов научных исследований. Киров, 2018. С. 557-561.

6. Соловьев Г.М. Психолого-педагогические основы физической культуры личности сотрудника полиции // Философия права. 2014. № 6. С. 87-90.
7. Баркалов С.Н. Основные направления взаимосвязи физкультурной и профессиональной деятельности // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 5-9.
8. Баркалов С.Н. Актуальные аспекты оптимизации образовательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 77-80.

УДК 796

Такиулина Эльвира Руслановна, слушатель 5 курса факультета
подготовки следователей,
Уральский юридический институт МВД России,
Россия, 620057, г. Екатеринбург, ул. Корепина, 66,
email: elya.takiulina@yandex.ru

ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ НА ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ БЕГУ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ

Аннотация. В настоящей статье освещаются актуальные проблемы правовой регламентации обучения курсантов образовательных организаций системы МВД России, связанных с этапом подготовки к спринтерскому бегу на 100 метров.

Ключевые слова: курсант, обучение, бег, скорость, взрывная сила, выносливость.

Подготовка молодых специалистов для ОВД является государственным заказом с вытекающими из этого повышенными требованиями к уровню развития личностных и физических качеств обучающегося. Образовательные организации МВД готовят государственных служащих для действий в условиях, связанных с выполнением оперативно-служебных задач в целях осуществления защиты прав и свобод, законных интересов личности, общества и государства.

Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности 40.05.01 Правовое обеспечение национальной безопасности [1], утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2016 № 1614, установлено, что в течение всего процесса получения образования у обучающихся должны сформироваться определенного рода компетенции. Такая профессиональная компетенция, как «способность осуществлять действия по силовому пресечению правонарушений, использовать для решения профессиональных задач специальную технику, оружие, специальные средства, применяемые в деятельности правоохранительного органа, по линии которого осуществляется подготовка специалистов (ПК-14)», непосредственно связана с осуществлением сотрудником полиции своих должностных обязанностей в ситуациях преодоления противодействия его законным требованиям. Эта компетенция, на наш взгляд, представляет собой готовность сотрудника полиции действовать по схеме «поиск, преследование и силовое задержание

правонарушителя»¹. При этом в результате поиска сотрудник полиции может преодолевать значительные расстояния (от 1000 до 3000 метров и более), а в процессе преследования - короткие дистанции до 400 метров. Таким образом, для успешного осуществления действий по вышеуказанной схеме сотруднику полиции необходимо обладать такими физическими качествами, как выносливость, быстрота, взрывная сила. В этой связи система физической подготовки сотрудников полиции, в том числе курсантов образовательных организаций МВД России, предъявляет определенные требования к уровню развития физических качеств.

Курсант, обучаясь в образовательной организации системы МВД России, ежегодно в течение семестра выполняет следующие контрольные упражнения: челночный бег 10х10 метров, 4х20 метров, бег на 100 метров, бег на 1000 метров, бег на 3000 метров, бег на 5000 метров. Обратимся к Наставлению по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации, утвержденному приказом МВД России от 1 июля 2017 г. № 450². Наставление регламентирует основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел, устанавливает требования, предъявляемые к сотруднику ОВД при выполнении контрольных упражнений, а также рекомендации по обучению контрольным упражнениям. Так, раздел III «Легкая атлетика и ускоренное передвижение» Наставления содержит рекомендации по обучению челночному бегу, бегу на 1, 3 и 5 км, приводятся методы совершенствования скоростно-силовых качеств и выносливости (п.п. 28-30 Наставления). В п. 31 Наставления определены условия выполнения контрольного упражнения «Бег на 100 метров», однако отсутствуют рекомендации по обучению, в отличие от рассмотренных выше упражнений.

Анализ научно-методической литературы позволил нам сформулировать основные положения по обучению контрольному упражнению «Бег на 100 метров». Считаем целесообразным дополнить Наставление пунктом «Рекомендации по обучению бегу на 100 метров», в котором бы содержалась сущность этапов подготовки к бегу на короткие дистанции следующего содержания: «результативность выполнения бега на 100 метров обусловлена тремя факторами: взрывной силой, скоростно-силовыми показателями, быстротой, частотой бега на дистанции. Для развития взрывной силы на старте используются прыжковые упражнения: прыжок в длину с разбега, прыжок в длину с места из глубокого приседа, выпрыгивание вверх, бег с сопротивлением, выпрыгивание с отягощением. Для развития скоростно-силовых показателей используются беговые и прыжковые упражнения: бег толчками с отягощением от 10 до 30 кг, подскоки на двух ногах, прыжки с приземлением на толчковую ногу, бег с высоким подниманием бедра, прыжковый бег. Для развития быстроты и частоты могут быть использованы: ускорение из низкого старта, бег вверх по лестнице в быстром темпе, прыжки на одной ноге. Основной метод - выполнение беговых анаэробных тренировок на дистанции до 30 метров по 4 – 6 раз с пульсом 80-90% от максимального ЧСС и выполнение прыжковых упражнений в анаэробном режиме 8-12 повторений по 3 раза два – три раза в неделю».

¹ В теории права различают три вида задержания: физическое, фактическое и процессуальное. Под задержанием в тексте настоящей статьи мы понимаем физическое задержание, предполагающее применение силы сотрудником полиции в отношении правонарушителя в момент ограничения свободы передвижения

² Далее - Наставление

Список использованных источников

1. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 40.05.01 Правовое обеспечение национальной безопасности (уровень специалитета): Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2016 г. N 1614 [Электронный ресурс]. URL: <http://fgosvo.ru> (дата обращения 12.05.2019).
2. Как улучшить результаты в беге на 100 метров // [Электронный ресурс]. URL: <http://fitnessvopros.com/> (дата обращения 22.05.2019).
3. Быстрота (физическое качество), средство и методы развития [Электронный ресурс]. URL: <https://krok8.com/> (дата обращения 25.05.2019).
4. Скоростно – силовые качества: понятие, характеристики и методика развития [Электронный ресурс]. – URL: <http://fb.ru/> (дата обращения 27.05.2019).
5. Выносливость – все что нужно знать! [Электронный ресурс]. URL: <https://yandex.ru/> (дата обращения 25.05.2019).
6. Специальная физическая подготовка подразделений специального назначения органов внутренних дел России [Электронный ресурс]. – URL: <https://zinref.ru/> (дата обращения 27.05.2019).
7. Панова О.С. Применение метода сопряженного воздействия в тренировочном процессе юных спринтеров // Лучшая научно-исследовательская работа 2017 сборник статей победителей VII Международного научно-практического конкурса. Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение», 2017. С. 167-170.

УДК 377

Троян Евгений Иванович, кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры физической подготовки сотрудников органов внутренних дел, Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России, Россия, 625049. г. Тюмень, ул. Амурская, 75, корпус 1, кв. 709
e-mail: troyan_evgenii@mail.ru

ОБУЧЕНИЕ КОМПЛЕКСНЫМ СИЛОВЫМ ДЕЙСТВИЯМ В СИТУАЦИЯХ ОПЕРАТИВНО-СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ ПРИ ОХРАНЕ ОБЩЕСТВЕННОГО ПОРЯДКА

Аннотация. Представлены результаты разработки авторской методики межпредметного интегрированного обучения комплексному применению физической силы в ситуациях оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции, участвующих в охране общественного порядка, обеспечения общественной безопасности для использования в профессионально-специализированном цикле программы профессионального обучения. Авторская методика основана на использовании ситуационного метода и уровней сложности выполнения боевых приемов борьбы.

Ключевые слова: сотрудники полиции, охрана общественного порядка, физическая подготовка, профессионально-специализированный цикл, межкафедральное обучение, интегрированное обучение, ситуационный метод, уровни сложности, комплексное применение физической силы, ситуации оперативно-служебной деятельности.

В настоящее время профессиональная подготовка сотрудников полиции осуществляется в соответствии с Примерной основной программой профессионального обучения, разработанной отделом организации профессионального обучения и дополнительного профессионального образования Управления организации подготовки кадров ДГСК МВД России и Тюменским институтом повышения квалификации сотрудников МВД России под общей редакцией заместителя начальника Управления организации подготовки кадров ДГСК МВД России Е.В. Коновалова.

На основе примерной основной программы профессионального обучения в ТИПК МВД России разработаны и утверждены ДГСК МВД России унифицированные программы профессиональной подготовки лиц по должности служащего «Полицейский».

Необходимо отметить, что в соответствии с моделью организации профессиональной подготовки по унифицированным программам профессиональной подготовки физическая подготовка слушателей традиционно осуществляется только в профессиональном цикле программы.

Физическая подготовка сотрудников полиции является сложным и многоуровневым учебно-тренировочным процессом. Усилия многих исследователей ведомственной педагогики сосредоточены на поиске эффективных средств и методов развития физических качеств и формирования навыков боевых приемов борьбы. Исследователи Витютнев Е.И., Ахметов Р.С., Алексеев Н.А., Кутергин Н.Б. рассматривают возможность дальнейшего совершенствования физической подготовки сотрудников полиции с необходимостью интеграции дисциплин: физической подготовки, огневой подготовки, тактико-специальной подготовки [1, с. 52; 2, с. 82]. Также в вузах системы МВД России для обучения курсантов используются активные методы обучения, позволяющие моделировать реальные ситуации служебной деятельности сотрудников [3, с. 311]. В настоящее время возникла необходимость оптимизации физической подготовки сотрудников полиции, обучающихся по программам профессионального обучения профессиональной подготовки.

В 2019 г. в Тюменском институте повышения квалификации сотрудников МВД России завершилось исследование, направленное на выявление эффективных средств и методов обучения слушателей профессиональной подготовки применению физической силы в типовых ситуациях служебной деятельности [4, с. 463].

На основании результатов проведенного исследования в институте разработана методика межпредметного интегрированного обучения комплексному применению физической силы в ситуациях оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции отдельных должностных категорий для использования в профессионально-специализированном цикле программы профессионального обучения.

В частности, в институте разработана тема «Особенности применения физической силы и специальных средств в типовых ситуациях оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции при охране общественного порядка» в вариативной учебной дисциплине «Актуальные вопросы деятельности подразделений органов внутренних дел, участвующих в охране общественного порядка, обеспечения общественной безопасности и исполнения административного законодательства». Авторская методика основывается на использовании ситуационного метода и межпредметной интеграции физической подготовки и вариативной дисциплины специализации профессиональной деятельности конкретной категории обучающихся. Для обучения слушателей в соответствии с принципом «от простого – к сложному» разработаны

прогрессирующие уровни сложности выполнения боевых приемов борьбы. На основании уровней сложности структурированы учебные занятия (табл. 1).

Таблица 1

Прогрессирующие уровни сложности выполнения боевых приемов борьбы в ситуациях оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции при охране общественного порядка

Уровни сложности выполнения приемов	Сбивающие факторы, осложняющие выполнение боевых приемов борьбы,	Применение физической силы на открытой местности и в ограниченном пространстве в ситуациях оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции при охране общественного порядка
I уровень сложности	Правонарушитель срывает захваты сотрудника полиции, не подчиняется его требованиям	Пресечение участковым уполномоченным полиции административного правонарушения и задержание правонарушителя; преследование и задержание преступника участковым уполномоченным полиции
II уровень сложности	Правонарушитель выполняет захваты, без применения ударов, холодного и огнестрельного оружия	Отражение одиночного нападения на участкового уполномоченного полиции при проверке документов и при проведении подворного (поквартирного) обхода, при проверке лиц, находящихся под административным надзором, а также при осмотре мест возможного укрытия лиц, подозреваемых в совершении преступления или иного правонарушения; отражения одиночного нападения или группы лиц на участкового уполномоченного полиции с целью завладения оружием
III уровень сложности	Один атакующий противник; сотрудник защищается от ударов невооруженного и вооруженного ножом или тяжелым предметом.	
IV уровень сложности	Один атакующий противник; сотрудник защищается от угрозы огнестрельного оружия	
V уровень сложности	Несколько атакующих; преобладание комбинированной атаки.	Отражение нападения группы лиц на участкового уполномоченного полиции при проверке документов и при проведении подворного (поквартирного) обхода, отражения нападения на участкового уполномоченного полиции с целью завладения оружием

С целью корректировки авторской методики физической подготовки в учебно-тренировочном процессе профессионально-специализированном цикле профессионального обучения слушателей данной категории обучения использовался метод экспертной оценки выявлялась разница в исходном и конечном уровнях сформированных навыков выполнения комплексных силовых действий сотрудников. В исследовании использовался метод экспертной оценки. В процессе решения типовых ситуаций применения физической силы слушатели выполняли боевые приемы борьбы. Преподаватель подсчитывал приемы, выполненные успешно и приемы, выполненные неправильно. В дальнейшем вычислялся коэффициент эффективности выполнения приемов всей группы (рис. 1).

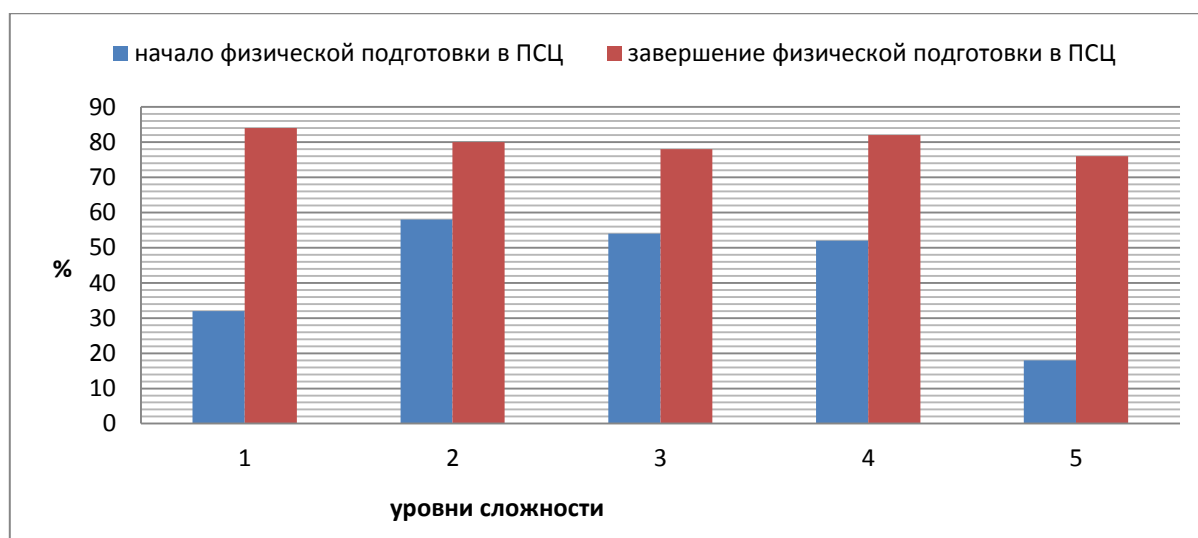


Рис. 1. Эффективность выполнения комплексных силовых действий в ситуациях оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции при охране общественного порядка (%)

В результате внедрения авторской методики эффективность выполнения комплексных силовых действий в ситуациях оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции при охране общественного порядка увеличилась в среднем на 46,6%.

Наиболее востребованными приемами, необходимыми для изучения сотрудниками полиции при охране общественного порядка в профессионально-специализированном цикле программы профессиональной подготовки являются: способы выполнения болевых приемов на сопротивляющемся правонарушителе, способы использования РП-73 и подручных материалов для защиты от ударов ножом или тяжелым предметом, а также приемы защиты от группового нападения.

Список использованных источников

1. Витютнев Е.Е., Ахметов Р.С. Междисциплинарные практические занятия по специальной физической и тактико-специальной видам подготовки и административной деятельности как активная форма формирования профессионально важных компетенций у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Физическая культура, спорт – наука и практика, 2018. № 2. С. 49–53.
2. Алексеев Н.А., Кутергин Н.Б. Физическая подготовка сотрудника полиции как один из важнейших элементов профессиональной готовности курсантов образовательных организаций МВД России // Вестник Белгородского юридического института МВД России, 2015. № 2. С. 83-85.
3. Красилов О.В., Мананников С.В., Разницын В.А. Совершенствование профессиональной подготовки курсантов образовательных организаций МВД России с применением имитационных игр // Вестник экономической безопасности, 2018. № 4. С. 308-312.
4. Троян Е.И. Внутрипредметная интеграция физической подготовки сотрудников охранно-конвойной службы полиции // Профессиональное образование сотрудников органов внутренних дел. Педагогика и психология служебной деятельности: состояние и перспективы: сборник материалов III Международной конференции / под рук. докт. психол. наук, проф. С. Н. Федотова. М.: Московский университет МВД

России имени В.Я. Кикотя, 2019. С. 460-464. 1 электронный опт. диск (CD-R). – Системные требования: CUP 1,5 ГЦ; RAM 512 Мб; Windows XP SP3; 1 Гб свободного места на жестком диске. ISBN 978-5-9694-0772-5.

5. Баркалов С.Н. Боевые приемы борьбы в системе физической подготовки сотрудников ГИБДД // Управление деятельностью по обеспечению безопасности дорожного движения: состояние, проблемы, пути совершенствования. 2018. № 1 (1). С. 61-67.

6. Панфёров Р.Г. Физическая подготовка как неотъемлемый элемент оперативно-боевой подготовки сотрудников органов внутренних дел // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 76-79.

УДК 372.879.6

Уколов Алексей Валерьевич, кандидат педагогических наук, заместитель начальника
кафедры физической подготовки,
Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России,
Россия, 662972, Красноярский край, г. Железногорск, ул. Северная, 1,
e-mail: Kolia-ania@mail.ru

О ВЛИЯНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СИБИРСКОЙ ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНОЙ АКАДЕМИИ ГПС МЧС РОССИИ

Аннотация. Исследование направлено на изучение влияния, оказываемого средствами физического воспитания, на формирование профессионально-важных качеств курсантов, студентов, слушателей, (далее по тексту – обучающихся Академии), регулярно занимающихся спортом. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников пожарно-спасательной отрасли – это необходимый и важный процесс при формировании профессионально-важных качеств.

Ключевые слова: профессионально важные качества, профессионально-прикладная физическая подготовка, физическая подготовленность, пожарно-спасательная отрасль.

Современные исследования в системе МЧС тесно связаны с последними изменениями в нормативно-правовом законодательстве РФ. Приоритетные направления российской единой государственной системы предотвращения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, а также обеспечения пожарной безопасности населения и материальных ценностей направлены на создание необходимых условий и решение следующих задачи: развитие противопожарной, аварийной, горно-спасательной и др. служб реагирования, развитие антикризисной системы, минимизирование расходов за счет рационального использования бюджетных средств, создание и развитие органов управления и сил муниципального звена [2].

Факт, что физическая подготовленность является одним из ключевых факторов, при формировании профессионально важных качеств, повышения умственной и физической работоспособности. Следовательно, поиск средств, повышающих эффек-

тивность профессионально-прикладной физической подготовки в процессе формировании профессиональных навыков и умений, является актуальным [2].

Физическая подготовленность – уровень развития физических качеств и сформированных двигательных навыков. Различают понятия общей и специальной физической подготовки. Общая физическая подготовка представляет собой неспециализированный процесс физического воспитания, создающий широкие, общие предпосылки успеха в самых различных видах деятельности. Специальная физическая подготовка – это специализированный вид физического воспитания, связанного с подготовкой к особенностям какой-либо деятельности, соответственно результат общей физической подготовки обозначают термином «общая физическая подготовленность», а результат специальной – «специальная физическая подготовленность» [5].

Исследование направлено на изучение образовательного процесса в ФГБОУ ВО Сибирская пожарно-спасательной академии ГПС МЧС России, выявить его потенциал применительно к решению актуальной образовательной задаче – формирование профессионально важных качеств обучающихся средствами физического воспитания. Как учебная дисциплина профессионально-прикладная физическая культура обеспечивает познавательную-профессиональную и профессионально-прикладную физическую подготовку обучающихся и способствует освоению прикладных компетенций, необходимых для выполнения специальной деятельности в профессиональной сфере и, как результат – формированию конкурентоспособного, инициативного сотрудника, готового к активной трудовой деятельности, направленной на спасение людей, проявление мужества и отваги в экстремальных ситуациях [2].

Таким образом, современные объективные социально-экономические и образовательные реалии, связанные с переосмыслением задач и функций вузов МЧС, потенциала образовательного процесса в них, в том числе нацеливают на исследование профессионально-прикладной физической подготовки, ориентированной на формирование готовности обучающихся Академии к будущей непростой трудовой деятельности [1, 2].

Целью данной работы является научная обоснованность эффективности выбранных средств физического воспитания при формировании профессионально-важных качеств у обучающихся Академии путем экспериментального подтверждения.

При решении обозначенных задач опытно-экспериментальной работы были отобраны **методы исследования**: анализ и обобщение научной и методической литературы; анкетирование, экспертный опрос; тестирование психического и функционального состояния, физической подготовленности; статистическая обработка полученных данных.

Организация и этапы исследования. В проведении опытно-экспериментальной работы участвовали обучающиеся ФГБОУ ВО Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России. г. Железногорска Красноярского края в количестве 400 человек.

Исследование проводилось с 2016 по 2019 год в три этапа: 1 этап (2016-2017 гг.) – предварительный эксперимент; 2 этап (2017-2018 гг.) – базовый этап; 3 этап (2018-2019 гг.) – завершающий этап.

Научная новизна исследования:

1. Разработаны организационно-педагогические условия проведения аудиторных и внеаудиторных учебных практических занятий, которые *включают*: систематизированные базовые стимулы формирования мотивации занятий спортом; интегра-

тивную методику проведения занятий по профессионально-прикладной физической подготовке в процессе обучения; методику контроля и коррекции физических и психофизических факторов влияющих на формирование профессионально важных качеств.

2. Разработана структура и содержание организационно-педагогического сопровождения аудиторных и внеаудиторных учебных практических занятий по профессионально-прикладной физической подготовке с применением интегративной методики, которая структурирована следующим образом: оценка уровня мотивации занятия физической культурой и спортом на начальном этапе (сентябрь, 2016); подбор методов и средств, влияющих на формирование мотивации занятия физической культурой и спортом обучающихся (октябрь, 2016); педагогические воздействия интегративной методики на обучающихся (январь-ноябрь, 2017); промежуточный контроль сформированности профессионально-важных качеств обучающихся (январь-март, 2018); оценка общего уровня профессионально-важных качеств обучающихся за учебный год (июнь-август, 2018).

3. На основании исследования [4, С. 100–103] разработана интегративная методика проведения занятий по профессионально-прикладной физической подготовке в процессе обучения, основанная на взаимодействии различных форм организации и проведения практических аудиторных и внеаудиторных занятий, а также средств физического воспитания в учебное и внеучебное время в течение учебного года с последующей диагностикой и коррекцией сформированности профессионально-важных качеств обучающихся.

Результаты исследования и их обсуждение. В процессе исследования были разработаны и сгруппированы научно-методические основы связей физических и психофизических способностей влияющих на формирования профессионально-важных качеств в процессе обучения, а именно в процессе профессионально-прикладной физической подготовки обучающихся ФГБОУ ВО Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России



Рис. 1. Двигательное обеспечение профессиональной деятельности обучающегося [3, 4].

Тип связи: _____ прямой, непосредственный; ... опосредованный; __ смешанный

На основании сформированных научно-педагогических основ была проведена опытно-экспериментальная работа по формированию профессионально-важных качеств в процессе обучения, а именно в процессе профессионально-прикладной физической подготовки обучающихся ФГБОУ ВО Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России г. Железногорска.

В процессе исследования была разработана структура и содержание педагогической модели формирования профессионально важных качеств в процессе профессионально-прикладной физической подготовки обучающихся ФГБОУ ВО Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России. Сформированы и структурированы научно-педагогические основы формирования профессионально-важных качеств обучающихся Академии. Разработан оценочно-диагностический инструментарий оценки сформированности профессионально важных качеств обучающихся. Разработано программно-методическое обеспечение формирования профессионально-прикладной физической подготовленности обучающихся Академии.

Вывод. Разработанные и реализованные педагогические основы формирования профессионально важных качеств, обучающихся ФГБОУ ВО Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России позволили повысить общий уровень профессионально-прикладной готовности экспериментальной группы на 25,8% ($p < 0,05$), базовых физических качеств (силовые, скоростные и общая выносливость) в среднем на 20,2% ($p < 0,05$), специализированных качеств (координация, равновесие и быстрота) в среднем на 9,3% ($p < 0,05$).

Список использованных источников

1. Жернаков Д.В. Формирование профессионально важных качеств специалистов пожарно-спасательного профиля средствами физической подготовки [Текст]: дис. ... кан. пед. наук / Д.В. Жернаков. Санкт-Петербург, 2011. 126 с.
2. Жернаков Д.В., Уколов А.В., Лагунов А.Н. Формирование профессионально-важных качеств курсантов Сибирской пожарно-спасательной академии ГПС МЧС России средствами физической подготовки [Текст] // Инновационная наука 2016. № 9. С. 309-312.
3. Макаров А.В., Уколов А.В., Пономарев В.В. Научно-педагогические основы формирования профессионально-прикладной физической подготовленности курсантов пожарно-спасательной академии подготовки [Текст] // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2016. № 4. С. 77-79.
4. Уколов А.В. Интегративная методика формирования мотивации занятия спортом учащихся младших классов в процессе физического воспитания в школе: дис. кан. пед. наук [Текст]. Тула, 2013. 154 с.
5. Хакунов Н.Х., Шрам В.П. От профессионально-прикладной физической подготовленности – к формированию профессионально-прикладной физической культуры [Текст] // Теория и практика физической культуры. 2006. № 3.
6. Махов С.Ю., Осипов Д.В. Методы круговой тренировки в процессе физической подготовки сотрудников ОВД // Наука-2020. 2018. № 5 (21). С. 20-31.
7. Кузнецов М.Б. Применение метода плиометрических тренировок для развития физических качеств курсантов образовательных организаций МВД России // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 2 (75). С. 143-146.
8. Романенко А.С., Струганов С.М. Повышение физической подготовленности сотрудников ОВД инновационными методами физических упражнений // Проблемы и перспективы формирования здорового образа жизни в информационном обществе : Материалы международной научно-практической конференции (Молодежный, 26-28 октября 2016 г.). Иркутск : Иркутский государственный аграрный университет им. А.А. Ежевского (Молодежный), 2016. С. 160-164.

УДК 796

Цекунов Сергей Олегович, доцент кафедры физической подготовки,
Дальневосточный юридический институт МВД России,
Россия, 680000, г. Хабаровск, пер. Казарменный, 15,
e-mail: serrb.ru@mail.ru

МЕТОДЫ ЭТАПА УГЛУБЛЕННОГО ИЗУЧЕНИЯ И ДАЛЬНЕЙШЕГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Аннотация. В статье рассмотрены, средства и методы, применяемые в спортивной и педагогической практике, позволяющие целенаправленно воздействовать на повышение уровня физической подготовленности курсантов, обучающихся в образовательных организациях МВД России.

Ключевые слова: физическая подготовка курсантов, совершенствование, углубленная подготовка, соревновательный метод.

На разных этапах профессионально-прикладной физической подготовки курсантов различна и степень взаимосвязи педагогических принципов и положений. При первоначальном обучении наибольшее значение имеют дидактические принципы, на этапах углубленного изучения и дальнейшего совершенствования – принципы спортивной тренировки. По нашему мнению средства и методы спортивной тренировки в значительной степени могут повысить эффективность обучения курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России.

Управляющие педагогические воздействия (методы воздействия), используемые преподавателем в процессе занятия, можно условно разделить на три группы: словесные, наглядные и практические методы.

В отечественной теории и методике физической культуры выделяют следующие методические формы упражнения, применяемые в подготовке спортсменов, что, несомненно, характерно и для физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России, а также сотрудников ОВД:

- метод строго регламентированного упражнения;
- игровой метод;
- соревновательный метод;
- методы словесного и наглядного (сенсорного) воздействия.

Метод строго регламентированного упражнения предусматривает выполнение движения в строго заданной форме и по четко обозначенной программе действий, которая определяет последовательность движений, состав комбинаций и порядок повторений. Это относится также к дозированию тренировочной нагрузки и интервалов отдыха, к управлению динамикой нагрузки в процессе выполнения упражнений, а также к дозировке управляющих воздействий при использовании тренажерных средств, устройств срочного контроля и пр. В практике физической подготовки имеют место две группы методов регламентированного упражнения: методы, направленные на обучение двигательным действиям (технике движений), и методы, формирующие физические качества. В связи с этим, применяя метод строго регламентированного упражнения, на этапах углубленного изучения и дальнейшего совершенствования, мы предлагаем более широко применять принцип сопряженного воздействия, позволяющего одновременно с развитием физических качеств совершенствовать технику выполнения боевых приемов борьбы.

Таким образом, мы предлагаем на рассматриваемом этапе обучения применять в процессе физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России, а также сотрудников ОВД специализированные комплексы развития физических качеств и формирования устойчивых навыков боевых приемов борьбы.

Игровой метод организации двигательной деятельности может быть применен на основе любых физических упражнений и необязательно связан с использованием каких-либо игр. Особенностью метода является «сюжетная» организация занятия в виде игры, с учетом целей, задач и его направленности.

Соревновательный метод – выполнение упражнений в форме соревнований – эффективный способ стимулирования интереса и активизации занимающихся. Воплощенный в форме состязаний соревновательный метод способствует максимальной мобилизации физических сил и психических возможностей занимающихся.

Словесные и сенсорные методы предполагают активное использование в педагогической практике речевого общения и чувственной информации.

На учебных занятиях формы вербальных контактов (основанных на использовании речи) проявляются в следующих видах:

- рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, пояснение – как средство передачи знаний;
- распоряжение, указание, команда – как средство управления;
- словесный отчет, замечание, взаиморазъяснение – как средство оценки деятельности;
- самопроговаривание, самоприказ, самоубеждение, основанные на использовании внутренней речи, как средства самоуправления.

Сенсорные методы обеспечивают наглядность при постановке, выполнении и оценке результатов движения. В зависимости от активизации зрения, слуха или двигательного анализатора различают:

- методы зрительной наглядности;
- методы слуховой (звуковой) наглядности;
- методы и приемы двигательной наглядности.

Таким образом, можно сделать вывод, что средства и методы, применяемые в обучении курсантов и слушателей, образовательных организациях МВД России, должны быть неразрывно связаны со средствами и методами спортивной тренировки, позволяющие целенаправленно воздействовать на повышение уровня физической подготовленности курсантов.

Бесспорным являются то, что процесс обучения и формирования умений и навыков подчиняется в первую очередь физиологическим законам. По своей сущности, обучение любым умениям и навыкам не должно концептуально отличаться, что в спортивной тренировке, что в обучении в профессионально-прикладной физической подготовке. По мнению многих специалистов в области профессионально-прикладной физической подготовки, в обучение служебно-прикладным упражнениям (боевым приемам борьбы) целесообразен перенос средств и методов спортивной тренировки.

Список использованных источников

1. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента : Учеб. пособие; Изд. 2-е, перераб. М.: Альфа; ИНФА-М, 2009. 336 с.
2. Цекунов С.О., Нетбай С.Г. Проблемы и особенности физической подготовки слушателей факультета профессиональной переподготовки впервые принимаемых на службу в ОВД // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов: материалы круглого стола. Орёл, 2018. С. 236-239.
3. Крысин М.В., Цекунов С.О. К вопросу о повышении эффективности физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : Материалы XVIII Международной научно-практической конференции. Иркутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2016. С. 121-124.
4. Панова О.С., Шилихин А.С. Метод видеовизуализации как средство повышения качества процесса обучения по дисциплинам модуля «Физическая подготовка» у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 11. (159). – С 243-246.
5. Алдошин А.В., Алдошина Е.А., Демина А.В., Иванина Л.И. Регулирование процессов самопознания и самоуправления психофизическим состоянием обучающихся вузов в образовательном пространстве физической культуры // Ученые записки Орловского государственного университета. 2018. № 2 (79). С. 209-213.
6. Баркалов С.Н. Перспективы использования результатов профессиографических исследований в физической подготовке курсантов и слушателей образовательных организаций.

ных организаций МВД России (на примере обучающихся по профилю ГИБДД, предстоящая служебная деятельность которых предполагает операторскую направленность) // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2016. № 2 (67). С. 115-118.

7. Баркалов С.Н. Актуальные аспекты оптимизации образовательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 77-80.

8. Баркалов С.Н., Флусов Е.В., Струганов С.М. Актуальные аспекты обучения боевым приемам борьбы в системе физической подготовки сотрудников полиции // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2019. № 2. С. 3-10.

УДК 378:796

Юркин Дмитрий Викторович, заместитель начальника кафедры
физической подготовки,
Барнаульский юридический институт МВД России,
Россия, 656038, Алтайский край, г. Барнаул, ул. Чкалова, 49,
e-mail: yurkin.1973@bk.ru

ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ СРЕДСТВ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПОВЫШАЮЩИХ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ УЧАСТКОВЫХ УПОЛНОМОЧЕННЫХ ПОЛИЦИИ

Аннотация. В статье раскрывается характеристика основных средств профессионально-прикладной физической подготовки, повышающих работоспособность сотрудников службы участковых уполномоченных полиции Российской Федерации. Отражены возможности метода ситуационного моделирования типовых ситуаций оперативно-служебной деятельности.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка, участковые уполномоченные полиции, типовые ситуации оперативно-служебной деятельности.

Согласно Наставлению по организации деятельности участковых уполномоченных полиции, утвержденному приказом Приказ МВД России от 31 декабря 2012 г. № 1166 участковый уполномоченный полиции является сотрудником, осуществляющим оперативно-служебную деятельность, основными направлениями которой являются: защита личности от противоправных действий; предупреждение и пресечение преступлений и правонарушений; выявление и раскрытие преступлений; обеспечение правопорядка и др.

Таким образом, функциональные обязанности участковых уполномоченных полиции включают в себя выполнение различных форм труда, требуя психоэмоциональной, интеллектуальной, физической активности.

Рассматривая виды, условия и особенности служебной деятельности участковых уполномоченных полиции охарактеризуем основные из них, оказывающие значительное влияние на состояние профессиональной работоспособности. Работоспособность рассматривается в данной работе как способность субъекта труда выдерживать мышечные, нервные, информационные, эмоциональные нагрузки в процессе служебной деятельности.

Служебная деятельность участковых уполномоченных полиции, связанная с интеллектуальным трудом, включающая в себя такие операции как формирование дел, поиск и обработку информации и т.д., предполагает однообразный труд, при котором физические движения ограничены, локальны. Для рабочей позы при монотонном труде характерно статическое напряжение основных мышц.

Монотонная форма труда в вынужденной рабочей позе при определенной длительности может являться неблагоприятным фактором профессиональной деятельности, негативно влияющим на физическое здоровье, нарушая процессы в высших отделах центральной нервной системы, а так же приводящим к развитию нарушений работы позвоночника, искривлению и снижению его подвижности. В связи с отсутствием движений, либо ограничений их амплитуды снижается подвижность в суставах. Изменяется глубина дыхания, оно становится поверхностным, и как следствие сокращается поступление кислорода к головному мозгу и внутренним органам.

Низкая физическая активность в условиях интеллектуального труда и пребывание сотрудника в малоподвижной вынужденной позе значительно ухудшает функциональное состояние организма в целом: ослабевает регуляция центральной нервной и сердечно-сосудистой систем; снижается выносливость к статическим усилиям.

Исследования, связанные с изучением профессиональной работоспособности в условиях монотонного интеллектуального труда, выявили ухудшение показателей работы высшей нервной деятельности. Гиподинамия снижает устойчивость организма к воздействию экстремальных факторов внешней среды и нормальный уровень общей работоспособности [5, с. 203].

Значительная часть служебной деятельности участковых уполномоченных полиции протекает в условиях эмоциональных нагрузок, так как осуществляется в сфере социальных и межличностных отношений. Важно указать и наличие экстремальных условий при исполнении служебных обязанностей, таких как деятельность в чрезвычайных ситуациях, контакт с пострадавшими, правонарушителями; вид телесных повреждений, трупа; исполнение служебных обязанностей в любое время суток; ответственность за применение боевых приемов борьбы, табельного огнестрельного оружия.

Учитывая особенности служебной деятельности, характеризующиеся наличием стрессовых факторов, впоследствии приводящим к ошибкам и погрешностям в работе, конфликтным ситуациям, отрицательно влияющим на состояние здоровья и самочувствия, стрессоустойчивость участковых уполномоченных полиции должна быть высокой, чтобы сохранять профессиональную работоспособность в различных служебных ситуациях без отрицательных для себя последствий.

Рассмотренные факторы привели к необходимости поиска средств снижения отрицательных последствий и повышающих работоспособность.

Анализ служебной деятельности участковых уполномоченных полиции позволил определить характер двигательной активности и выявить основные составляющие, позволяющие составить целостное представление об искомом уровне профессиональной работоспособности, необходимом для успешного выполнения оперативно-служебных задач.

Среди средств, улучшающих общее физическое состояние организма, формирующих готовность к успешному выполнению оперативно-служебных задач, умелому применению физической силы, в том числе боевых приемов борьбы и обеспечивающих высокую работоспособность в процессе служебной деятельности выделяют профессионально-прикладную физическую подготовку. Именно в ней прослеживается взаимосвязь физической подготовки с практикой профессиональной деятельности участковых уполномоченных полиции, так как осуществляется перенос физических

качеств и приобретенных двигательных навыков на занятиях в область профессиональной деятельности[2, с. 243].

Преимущество использования профессионально-прикладной физической подготовки в том, что эти средства позволяют развивать не только двигательные, но и личностные качества, на основании реализации принципов внутренней связи и перемещения умений с занятий физическими упражнениями на профессиональную деятельность.

Это обосновывает необходимость применения средств профессионально прикладной физической подготовки для формирования готовности участковых уполномоченных полиции к успешному выполнению оперативно-служебных задач, умелому применению физической силы, в том числе боевых приемов борьбы, высокой работоспособности в процессе служебной деятельности [3, с. 177].

Все эти положения учитываются в образовательном процессе на занятиях по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка», где у обучающихся формируются качества воли, в дальнейшем они переносятся и на служебную деятельность, значительно повышая профессиональную работоспособность.

Вопросы повышения уровня работоспособности могут быть успешно решены путем применения физических упражнений, так как по сравнению с другими способами, такими как деловые и ролевые игры, средства физической подготовки учитывают развитие способности управления эмоциональным состоянием в экстремальных ситуациях.

Широкое распространение в профессионально прикладной физической подготовке получил метод активного обучения, позволяющий моделировать различные условия профессиональной деятельности, используя важные факторы – быстроту и рациональность решений в условиях проблемных ситуаций.

В связи с этим при организации и проведении занятий по физической подготовке с обучающимися БЮИ МВД России, используется метод ситуационного моделирования, с помощью которого отрабатываются ситуации повседневной служебной деятельности, связанные с возможным применением физической силы и специальных средств[4, с. 263].

Целью моделирования является формирование и развитие умений и навыков правомерного применения физической силы и специальных средств.

Кроме того, применение метода моделирования позволяет решать как образовательные, так и воспитательные задачи:

1. Формирование умений анализировать ситуации оперативно-служебной деятельности.
2. Совершенствование физических качеств (быстрота, сила, координация, выносливость).
3. Формирование тактических умений и навыков применения физической силы и специальных средств умений и навыков коллективного взаимодействия при задержании правонарушителя.
4. Формирование и развитие психологической устойчивости в ситуации применения мер государственного принуждения.
5. Развитие профессиональной работоспособности для выполнения поставленных задач в экстремальных условиях при максимальном напряжении.

Исходя из многолетнего опыта применения метода ситуационного моделирования для качественного овладения навыками задержания правонарушителей в различных ситуациях, целесообразно при проведении занятий начинать с самого простого, постепенно усложняя разработанные практические ситуации[1, с. 198].

Можно сделать вывод, что опыт применения метода ситуационного моделирования практических ситуаций на занятиях, по профессионально прикладной физиче-

ской подготовке участковых уполномоченных, дает возможность овладевать устойчивыми навыками выполнения приемов задержания правонарушителей, обеспечения личной и общественной безопасности, позволяющих в дальнейшем осуществлять качественное выполнение своих профессиональных обязанностей, а также поддерживать высокий уровень работоспособности в процессе служебной деятельности.

Список использованных источников

1. Малетин С.В., Юркин Д.В. Развитие и совершенствование профессиональных навыков будущих сотрудников полиции посредством занятий физической подготовкой в юридических вузах системы МВД России // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2017. № 2 (33). С. 197-199
2. Тюкин В.Г., Клочков Р.В., Книс Д.А. Вопросы совершенствования интегрированной практикоориентированной профессионально-прикладной физической подготовки участковых уполномоченных полиции в условиях образовательной организации системы МВД России // Мир науки, культуры, образования. 2019. № 4 (77). С. 242-244.
3. Томас А.В., Желонкин В.В., Юркин Д.В. Физическая культура и спорт как средства обеспечения нормального функционирования организма человека на современном этапе общественного развития (физиологический и социологический аспекты) // Актуальные проблемы борьбы с преступлениями и иными правонарушениями. 2017. № 15-2. С. 176-177.
4. Клочков Р.В., Малетин С.В., Малиновский А.В. Значение типовых ситуаций оперативно-служебной деятельности участкового уполномоченного полиции в укреплении междисциплинарных связей дисциплины «Профессионально-прикладная физическая подготовка» в обучении курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2018. № 1 (34). С. 262-264.
5. Кузнецов М.Б. Применение метода плиометрических тренировок для развития физических качеств курсантов образовательных организаций МВД России // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 2 (75). С. 143-146.
6. Макеева В.С., Баркалов С.Н., Герасимов И.В. Дифференцированная физическая подготовка атлетической направленности для курсантов юридических вузов // Вестник спортивной науки. 2018. № 2. С. 51-54.
7. Махов С.Ю., Осипов Д.В. Методы круговой тренировки в процессе физической подготовки сотрудников ОВД // Наука-2020. 2018. № 5 (21). С. 20-31.
8. Панова О.С. Особенности самостоятельной физической подготовки курсантов женского пола образовательных организаций МВД России // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 5. (159). С. 201-205.

РАЗДЕЛ II.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ ПРОБЛЕМЫ В ОБЛАСТИ ОГНЕВОЙ И ТАКТИКО-СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

УДК 307

Агаркова Ирина Владимировна, преподаватель кафедры № 103,
Краснодарское высшее военное авиационное училище летчиков
им. А.К. Серова МО РФ,
Россия, 350005, г. Краснодар, ул. Дзержинского, 135,
e-mail: lisa2000lisa2000@mail.ru

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СИЛОВЫХ ВЕДОМСТВ В УСЛОВИЯХ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ (НА ПРИМЕРЕ КАТАСТРОФИЧЕСКОГО ПАВОДКА ЛЕТА 2019 ГОДА В ГОРОДЕ ТУЛУН ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ)

Аннотация. В статье уделяется внимание проблеме повышения эффективности взаимодействия силовых ведомств в условиях чрезвычайных ситуаций мирного времени. В качестве конкретного примера рассматривается организация такого взаимодействия при проведении поисково-спасательной и восстановительной операции во время катастрофического паводка лета 2019 года в городе Тулун, Иркутской области. Предложены меры организационного и образовательного свойства, направленные на повышение эффективности взаимодействия силовых ведомств России при действиях в условиях подобных ситуаций.

Ключевые слова: чрезвычайные ситуации, паводок в Иркутской области, взаимодействие силовых ведомств, повышение эффективности.

Под чрезвычайными ситуациями (ЧС) принято понимать опасные природные или техногенные явления или процессы, которые вызывают катастрофические ситуации, для которых характерно серьезное нарушение жизнедеятельности людей, их таймирование или даже гибель, а так же разрушение (повреждение) материальных ценностей. При этом со временем риск подобных ЧС неуклонно возрастает.

Развитие цивилизации, под которой мы понимаем прогресс науки, техники, экономики, индустриализацию сельского хозяйства, использование различных видов энергии, вплоть до ядерной, создание машин, механизмов, применение различных видов удобрений и средств для борьбы с вредителями, значительно увеличивает количество вредных факторов, негативно воздействующих на человека [1, с. 5].

Исходя из вышесказанного, тема улучшения эффективности взаимодействия силовых ведомств в условиях чрезвычайных ситуаций является крайне актуальной.

Наводнение, случившееся в Иркутской области летом 2019, является страшной трагедией современного этапа истории России. Погибли 25 человек, 6 человек считаются пропавшими без вести. За время паводка было подтоплено более 10 тысяч жилых домов, около 50 участков дорог, 22 моста получили сильные повреждения или были просто смыты.

Самый страшный, разрушительный удар водной стихии пришелся на город Тулун.

Следует отметить что, несмотря на героизм и самоотверженность людей, эта трагедия вскрыла очень многие проблемы в организации аварийно-спасательных и восстановительных работ.

О том, что в конце июня Тулуне ожидается резкий подъём воды в реке Ия, было известно заранее. И МЧС информировал население об этом. Однако экстренных мер по эвакуации населения в безопасные районы принято не было. Сказался русский «Авось!». На первоначальном этапе не было организовано тесное взаимодействие и планирование совместных действий представителями МЧС, МВД и местной администрации.

Когда начался резкий подъём воды, имеющихся сил и средств аэромобильной группировки МЧС было явно недостаточно, Вертолёты Ми-8 МЧС России преступили к эвакуации людей с затопленных домов в ночное время, с определенным риском (сложный вид полётов). Однако для успешного выполнения спасательной операции трёх вертолётов МЧС (все находящиеся в регионе вертолёты МЧС) было явно недостаточно. Вертолёты МО и Росгвардии на первоначальном этапе в экстренной эвакуации людей с крыш затопленных домов участия не принимали (возможно пилоты просто не имели соответствующей подготовки, а возможно этот вариант действия просто не рассматривался).

Аналогичная ситуация была и при действиях спасателей МЧС на земле, их количество по утверждению непосредственных участников событий, было явно недостаточно. Помощь сотрудникам МЧС (с риском жизни) оказывали местные жители.

Следует понимать, что если бы на место трагедии были оперативно доставлены воинские формирования МО и Росгвардии, это значительно бы помогло в ведении поисково-спасательных работ и, возможно, помогло бы избежать такого количества жертв и разрушений инфраструктуры.

Описываемые события ставят закономерный вопрос о недостаточной эффективности совместного использования сил и средств силовых ведомств при ликвидации ЧС на современном этапе. Сказывается отсутствие принципа единоначалия и имеющие место бюрократические препоны.

Для оптимизации и повышения эффективности взаимодействия между представителями министерства обороны, МЧС, с одной стороны, и представителями гражданской администрации – с другой.

Так, возможно, для усиления оперативных подразделений МВД было бы целесообразно вернуть некоторые её силовые составляющие (в частности, авиацию) обратно в ведение МВД. Данное действие повысило бы эффективность использования сил и средств, исходя из конкретно сложившейся обстановки.

Так же необходимо учитывать проблему обучения и подготовки молодых специалистов силовых ведомств (МО, МВД, ФСИН) при их обучении в профильных учебных заведениях. Если в ВУЗах МЧС уделяется соответствующее время для подготовки реагирования в случае возникновения ЧС (хотя и здесь существует масса проблем), то в остальных силовых ведомствах владение подобными навыками явно остаётся недостаточными. Хотя, как уже было выше сказано, представители не чрезвычайных силовых ведомств активно привлекаются и в долгосрочной перспективе будут привлекаться к экстренным действиям в условиях ЧС.

Например, при обучении пилотов вертолётов МО, уже на этапе подготовки курсантов целесообразно посвятить больше времени (выделить большее количество лётных часов) для отработки навыков по проведению поисково-спасательных работ, эвакуации людей, терпящих бедствие с режима висения, взаимодействию с наземными

группами спасателей. Разумеется, приведённый пример является одним из пунктов реформирования общей образовательной программы.

В заключение хотелось бы озвучить конкретные действия, призванные повысить эффективность взаимодействия силовых ведомств при ликвидации последствий ЧС:

- передача некоторых силовых оперативных подразделений (в частности, авиационных отрядов) из ведения Росгвардии обратно под управление МВД РФ повысит оперативность реагирования;
- разработка реальных совместных планов использования сил и средств силовых ведомств, при их тесном взаимодействии для действий в условиях ЧС мирного времени, направленных, в первую очередь, на оказание помощи и спасение людей, оказавшихся в зоне данного ЧС;
- в учебных заведениях силовых ведомств (МО, МВД, ФСИН) уделить большее внимание теоретическим и практическим аспектам деятельности силовых ведомств в условиях ЧС.

Все аспекты повышения эффективности деятельности силовых ведомств в условиях ЧС требует всестороннего изучения, как напрямую касающиеся жизни и здоровья граждан.

Список использованных источников

1. Хван Т.А., Хван П.А. Безопасность жизнедеятельности. Серия «Учебники и учебные пособия». Ростов н/Д.: Феникс, 2003. 415 с.

УДК 355/359

Афанасьев Александр Владимирович, кандидат педагогических наук,
начальник кафедры огневой подготовки,
Рогошкин Максим Сергеевич, преподаватель кафедры огневой подготовки,
Дальневосточный юридический институт МВД России,
Россия, 680020, г. Хабаровск, пер. Казарменный, 15,
e-mail: running_men@mail.ru

РОЛЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ В МЕТОДИЧЕСКОМ ОБЕСПЕЧЕНИИ ОБУЧЕНИЯ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ ТЕХНИКЕ ОБРАЩЕНИЯ С НОВЫМИ ОБРАЗЦАМИ СТРЕЛКОВОГО ОРУЖИЯ

Аннотация. В работе рассматривается вопрос влияния конструктивных особенностей различных образцов стрелкового оружия на методику обучения стрелков эффективному обращению с ними на примере пистолетов. В тексте описаны основные конструктивные особенности пистолетов Ярыгина и ГШ-18, влияющие на подготовку и проведение практических занятий по огневой подготовке. Обращено внимание на недостаточное обеспечение образовательных организаций МВД России новыми образцами стрелкового вооружения.

Ключевые слова: сотрудники органов внутренних дел, профессиональная подготовка, образовательные организации МВД России, огневая подготовка, педагогические средства и методы, конструктивные особенности оружия.

Предпринимаемые МВД России меры по повышению эффективности деятельности органов внутренних дел показывают их высокую результативность. Так, в своем интервью радиостанции «Милицейская волна» министр внутренних дел генерал полиции Колокольцев В.А. отметил сокращение количества убийств в 2018 году на 12%, сокращение разбоев – на 17%, а также количества краж транспортных средств на 17%³. Достижение подобных результатов стало возможным благодаря, в первую очередь, совершенствованию работы с кадрами, повышению уровня профессиональной подготовленности личного состава подразделений ОВД. Основную роль в этом процессе сыграла ведомственная система подготовки специалистов – система образовательных организаций МВД России.

Подготовка специалиста для органов внутренних дел включает в себя широкий спектр профессионально значимых умений и навыков, часть из которых являются специфичными исключительно для правоохранительной деятельности. К числу таких относятся умения и навыки в огневой подготовке.

Развитие методики огневой подготовки сотрудников ОВД неразрывно связано с процессом совершенствования конструкций огнестрельного оружия. Именно конструктивные особенности того или иного экземпляра стрелкового вооружения в значительной степени влияют на эффективность используемых при обучении обращении с ним педагогических средств и методов. Так, к примеру, постановка на вооружение пистолета Макарова, имеющего отличное от конструкции пистолета ТТ крепление спускового крючка, повлекло за собой разработку уникальных методических приемов и способов обучения стрелков технике правильного нажима на спусковой крючок, от освоения которой зависит до 80% успеха в стрельбе из данного пистолета [4].

В настоящее время идет процесс поиска и принятия на вооружение взамен морально устаревшему пистолету Макарова новых систем короткоствольного оружия. Однако, как правило, изучением эксплуатационных особенностей и тактических возможностей новых образцов вооружения занимаются исключительно сотрудники подразделений специального назначения, которые, ввиду специфики своей деятельности, не оценивают их с точки зрения образовательного потенциала и не стремятся к выявлению оптимальных педагогических условий, средств и методов обучения обращению с тем или иным видом поступающего вооружения.

Если говорить о современных пистолетах, то за последние годы во всех образовательных организациях МВД России появилось лишь два таких образца: пистолет Ярыгина (ПЯ) и пистолет ГШ-18. Однако количество единиц указанного оружия сильно ограничено, что не позволяет интенсивно использовать их при организации образовательного процесса курсантов и слушателей. Тем не менее, опыт эксплуатации имеющихся образцов выявил следующие особенности пистолетов ПЯ и ГШ-18, влияющие на подготовку и проведение практических занятий:

1. Курок ПЯ не снимается с боевого взвода при включении предохранителя, что вызывает необходимость более частого выполнения действий по разряжанию пистолета. Это увеличивает количество манипуляций стрелка на огневом рубеже, что повышает риск нарушения мер безопасности при обращении с оружием. Кроме того, постоянное напряжение боевой пружины, вызванное длительным нахождением курка во взведенном состоянии, ведет к постоянной ее осадке и сокращению срока службы.

³ URL: <https://мвд.рф/document/13466606>.

Подобный механизм работы предохранителя ПЯ формирует у пользователей устойчивый навык производства контрольного спуска курка после выполнения ряда действий с пистолетом. С этой точки зрения, принцип работы предохранителя пистолета Макарова более совершенен: позволяет снимать курок с боевого взвода включением предохранителя, избегая выполнение контрольного спуска. Следует отметить, что контрольный спуск при нарушении последовательности действий по разряжению пистолета по окончании службы является одной из основных причин производства случайных выстрелов в помещениях дежурных частей органов внутренних дел. В этой связи значительная часть специалистов в области огневой подготовки [2, 3, 5 и др.] предлагают полностью отказываться от подобного действия при обращении с пистолетом Макарова. Хотя стоит отметить, что, несмотря на общественный резонанс, нормативные документы до сих пор предусматривают необходимость производства такой манипуляции и при обращении с пистолетом Макарова, например, при выполнении команды «Осмотрено» [1, п. 66.8].

2. Более сложная, по сравнению с пистолетом Макарова, конструкция пистолета ПЯ не позволяет использовать его в качестве учебного оружия. Интенсивная работа с пистолетом «вхолостую» быстро приводит к выходу из строя его подвижных частей.

3. Ударно-спусковой механизм пистолета ГШ-18 с предварительным взведением ударника не позволяет вести огонь самовзводом, что существенно ограничивает возможность использования указанного пистолета для отработки техники обращения с оружием «вхолостую». В этой связи перевод его в категорию учебного оружия нецелесообразен.

4. Непредсказуемое и неравномерное натяжение спуска курка пистолета ГШ-18 делает крайне затруднительным процесс обучения стрелков правильному нажиму на спусковой крючок. При возможности не рекомендуется начинать обучение технике производства прицельного выстрела из данного пистолета.

Следует отметить, что указанный перечень не является окончательным. Существует еще ряд недостатков, существенно снижающих возможность использования указанных пистолетов в образовательных целях.

Очевидно, что исключительно пистолетами ПЯ и ГШ-18 достижения отечественных оружейных мастеров не ограничивается. Уже существует более современные образцы стрелкового, в том числе короткоствольного, вооружения. В настоящий момент в средствах массовой информации активно обсуждается информация о принятии на вооружение пистолета Лебедева (ПЛ-15), методические особенности обучения обращению с которым еще предстоит изучать.

Кроме того, на текущий момент образовательные организации системы МВД России являются сосредоточением специалистов в области огневой подготовки сотрудников ОВД во многих регионах России. Обладая значительным потенциалом специалистов, эффективными методиками обучения личного состава, образовательные организации должны быть на передовых позициях в процессе изучения и применения новых образцов стрелкового вооружения. Однако практики сложилась таким образом, что новые стрелковые системы попадают в вузы системы МВД России в последнюю очередь и в количестве, недостаточном для полноценного их использования в учебно-тренировочном процессе.

Таким образом, в целях разработки педагогически эффективных методик (методических рекомендаций) обучения сотрудников органов внутренних дел обращению с вновь принимаемыми на вооружение образцами стрелкового оружия, считаем целесообразным выйти с предложением о поставке такого оружия с комплектом ЗИП в образова-

тельные организации системы МВД России в кратчайшие сроки после прохождения процедуры принятия на вооружение.

Список использованных источников

1. Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации [Электронные ресурс]: приказ Министерства внутренних дел Российской Федерации от 23.11.2017 № 880. Режим доступа : СПС КонсультантПлюс.
2. Астафьев Н.В. Повышение безопасности проведения стрельб из пистолетов посредством совершенствования команд руководителя стрельб. Тюмень: ТИПК МВД России, 2012. 76 с.
3. Афанасьев А.В. Повышение безопасности организации и проведения стрельб из пистолета посредством унификации команд, подаваемых руководителем стрельб // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : материалы XVII Международной научно-практической конференции (Иркутск, 10-11 июля 2015 г.). Иркутск: ВСИ МВД России, 2015. С. 177-179.
4. Тен Н.А., Горский О.И., Мордакин О.В. Особенности управления спуском курка пистолета Макарова при стрельбе в ограниченное время // Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности: современные направления и образовательные технологии : сборник материалов IV Международной научно-практической конференции. Хабаровск: ДВЮИ МВД России, 2016. С. 328-331.
5. Юсупова О.А. Формирование навыков безопасного обращения с оружием у сотрудников полиции // Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных организациях высшего образования. Здоровый образ жизни как фактор профилактики наркомании : материалы всероссийской научно-практической конференции (Красноярск, 11 марта 2017 г.). Красноярск: СибЮИ МВД России, 2017. С. 105-109.

Бакулин Николай Петрович, старший преподаватель кафедры специальной подготовки,
Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России,
Россия, 625049, г. Тюмень, ул. Амурская, 75/2,
e-mail.ru: bakullin@mail.ru

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ НАВЫКОВ ПАРКОВКИ ПОЛИЦЕЙСКИХ (ВОДИТЕЛЕЙ) СПЕЦИАЛЬНОГО АВТОТРАНСПОРТА «АВТОЗАК» С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ УЧЕБНОГО КОМПЛЕКСА ЭТАПИРОВАНИЯ ПОДОЗРЕВАЕМЫХ И ОБВИНЯЕМЫХ НА ОСНОВЕ ВАГОНЗАКА

Аннотация. В статье приводятся аналитические данные об основных причинах приводящих к повреждению автомобилей специального назначения при парковках для посадки или высадки подозреваемых и арестованных лиц. Приводится комплекс упражнений для совершенствования навыков парковки правым бортом с привязкой дверей к коридору высадки в различных условиях с соблюдением безопасных интервалов и дистанций.

Ключевые слова: водитель, транспортное средство, автозак, совершенствование профессиональных навыков, параллельная парковка, безопасные интервал и дистанция.

В процессе служебной деятельности и выполнения функциональных обязанностей полицейскому – водителю специального транспортного средства «автозак», оборудованного устройствами для подачи световых и звуковых сигналов необходимо в как можно более короткий срок осуществить постановку (парковку) автомобиля для посадки-высадки конвоя и специального контингента. Парковку необходимо произвести в один прием с соблюдением дистанции интервалов, комфортных для работы конвоя и посадки-высадки подозреваемых. Боковые интервалы не должны превышать 50 сантиметров от границы раскрываемой двери для посадки. При этом время ограничено расписание заседания суда или прибытием (отправкой) транспортного средства (железнодорожный транспорт, авиатransпорт, речной транспорт) и водитель производит парковку без помощи, ориентируясь на внутренние ощущения чувства габаритов автомобиля. Парковка осложняется необходимостью совмещения с ориентиром на расположение двери кузова (фургона). При этом передняя и задняя часть автомобиля должны расположены таким образом, чтобы не затруднять движение другим участникам дорожного движения [1].

Проведенный входной контроль полицейских (водителей) допущенных к управлению автозаками с использованием автомобилей указал на проблемы надежной глазомерной оценки безопасных интервалов и дистанции, ориентации в пространстве передней и задней частей автомобиля при движении вперед или назад в условиях парковочных операций. Более 78% полицейских водителей указало на факт избыточного нагревания трансмиссии в условиях полной загрузки автозака при движении в плотных потоках автотранспорта при движении в городских условиях. Избыточный нагрев трансмиссии вызывает у автомобилей «автозаков» построенных на базе автомобилей «Газель, УАЗ» при парковке передним или задним ходом толчки и рывки автомобиля. 89% водителей указало на необходимость проведения тренировок в условиях приближенных к реальным (парковка у вагонзака, самолета или вертолета,

пристани речного транспорта). По просьбе преподавателя полицейские (водители) предоставили схемы траекторий, наиболее часто используемых при парковке. Анализ проведенных схем выявил следующее: 55% парковок производятся задним ходом по траектории параллельной парковки в пустой карман с ориентацией «двери транспортного средства-двери приемного узла судебного учреждения». Парковка производится между автомобилями, хаотично расположенными в дворе судебного учреждения. 15% парковок производятся задним ходом посредством параллельной парковки правым бортом к линии тротуара с ориентацией двери транспортного средства на коридор доставления подозреваемых и обвиняемых в помещения судебного учреждения. При этом задний ход практически повторяет дугу в виде овальной окружности незавершенного типа. У водителей сложность возникает с ориентацией передней части автомобиля при движении автозак задним ходом. 7% водителей определили траекторию движения вперед и параллельную парковку передним ходом. Несмотря на кажущую простоту в этом случае большинство водителей обозначили опасную дорожно-транспортную ситуацию связанную с движением правым бортом вдоль статичных препятствий с интервалом 10-25 сантиметров, что вызывало их озабоченность [2, с. 74]. Наконец 11% обозначили парковку задним ходом в узком коридоре или в бокс с необходимостью ориентации транспортного средства «автозак» по двум параметрам: необходимость соблюдения безопасного бокового интервала с остановкой автомобиля с ориентацией дверей для высадки подозреваемых или обвиняемых и соблюдение безопасной дистанции задней части автомобиля до статичного препятствия (кирпичная стена). При этом большинство указало на факт необходимости совершения парковки в условиях использования стандартных световых приборов при ограничении освещенности. 100% полицейских водителей указало на факт необходимости проведения тренировок на транспортном средстве «автозак» категории «В», оборудованным устройствами для подачи специальных световых или звуковых сигналов. Удивление вызвал тот факт, что только 27% полицейских подтвердило факт регулярного использования устройств для подачи специальных и звуковых сигналов. В связи с этим около 99% подтвердили заинтересованность в тренировках при проведении практических занятий на автомобилях с обязательным включением (переключением) режимов звуковых и световых сигналов непосредственно водителем при вождении. 86% подтвердили, что им также необходимы тренировки использования усиливающей аппаратуры по использованию команд через усилитель звука, способствующих освобождению полос движения перед «автозаком».

Учебный комплекс этапирования подозреваемых и обвиняемых на основе вагонзак имеет площадку для маневрирования 50*30 метров. Дорожное полотно состоит на 1/3 из насыпного покрытия утрамбованной асфальтовой срезки, на 1/3 из покрытия из бетонных плит и 1/3 из покрытия в виде асфальта. Таким образом, площадка имеет разные зоны коэффициента сцепления с шинами транспортного средства «автозак». Вагонзак расположен на бетонной плите, которая выступает на 50 сантиметров в стороны. Таким образом водителю необходимо поставить автомобиль около бордюра плиты у дверей вагонзак. На площадку возможен заезд с двух сторон. Средств автоматического регулирования дорожного движения не предусмотрено. Недостатками таких площадок являются: невозможность безопасного использования двух транспортных средств одновременно, невозможность использования устройств для подачи световых сигналов [3, с. 6]. Достоинством является оптимальное сочетание территории для обеспечения минимально значимых дистанций и интервалов для маневрирования транспортного средства «автозак» на базе автомобиля «Газель», «УАЗ».

Для совершенствования навыков парковки транспортного средства «автозак» предлагается комплекс по принципу концентрированного обучения, состоящий из 8 упражнений [4].

Упражнение № 1. Движение по кругу (овалу) 25*45 метров против часовой стрелки (левый поворот) с парковкой автозака в интервале 50 сантиметров от дверей вагонзака при ориентации двери высадки посадки спецконтингента.

Упражнение № 2. Движение по кругу (овалу) 25*45 метров по часовой стрелки (правый поворот) с парковкой автозака в интервале 50 сантиметров от дверей вагонзака при ориентации двери высадки посадки спецконтингента в туннеле ограниченном конусами в интервале «корпус автомобиля+1 метр».

Упражнение № 3. Параллельная парковка задним ходом с использованием траектории на площадке 25*45 метров с парковкой автозака в интервале 50 сантиметров от дверей вагонзака при ориентации двери высадки посадки спецконтингента.

Упражнение № 4. Параллельная парковка задним ходом с использованием траектории поворота на 90 градусов на площадке 25*45 метров с парковкой автозака в интервале 50 сантиметров от дверей вагонзака при ориентации двери высадки посадки спецконтингента. Непосредственно парковка производится с использованием элемента «ворота» ограниченном конусом в интервале «корпус автомобиля+1 метр».

Упражнение № 5. Парковка автомобиля «автозак» задним ходом задней частью автомобиля в «воротах» напротив двери вагонзака из положения исходной постановки автомобиля на краю площадки. Движение автомобиля производится по сложной траектории с использованием необходимого угла поворота и радиуса движения транспортного средства исходя из опыта водителя «автозака». Данное упражнение носит чисто учебный характер. В ходе повседневной работы водитель его использует как промежуточный элемент маневрирования на площадке судебного учреждения. Задача водителя остановиться на такой позиции, чтобы открыть беспрепятственно задние двери.

Упражнение № 6. Парковка автомобиля «автозак» задним ходом задней частью автомобиля в «туннель» напротив двери вагонзака из положения исходной постановки автомобиля на краю площадки. Движение автомобиля производится по сложной траектории с использованием угла поворота 90 градусов и радиуса движения транспортного средства исходя из опыта водителя «автозака». Задача водителя также остановиться на такой позиции, чтобы открыть беспрепятственно задние двери и боковые двери для высадки.

Используемый комплекс упражнений рассчитан на 4 часа учебного времени. Включение специальных звуковых устройств не предусмотрено. Комплекс предназначен для сотрудников, прибывших на повышение квалификации и чей водительский стаж более 2-х лет. Обязателен опыт управления на транспортных средствах категории «В», оборудованных устройствами для подачи специальных световых сигналов. Желателен опыт управления служебными транспортными средствами среднего класса (Газель, УАЗ) с силовой установкой не менее 100 лошадиных сил, заднеприводным или полноприводным.

Упражнения парковки позволяют гарантировать качественную габаритную подготовку полицейских (водителей) на транспортном средстве «автозак». Тренируемый навык безопасной парковки приводит к совершенствованию глазомера водителя, технических приемов управления, автоматизации управляющих действий полицейского (водителя), а также берегает служебные транспортные средства органов внутренних дел от повреждений.

Список использованных источников

1. Бариеников Е.М. Педагогическая технология формирования защитных приемов и стресс устойчивости для действий начинающего водителя в экстремальной ситуации дорожного движения // Теория и методика экстремальной деятельности. Научно-методический журнал. 2016. № 1 (38). С. 3.
2. Круглов С.М. Вождение легкового автомобиля. М.: Высшая школа, 1990. 128 с.
3. Серанов С.Г. Контраварийная подготовка водителей транспортных средств / С.Г. Серанов [и др.]. Ч. 3: Контраварийная подготовка водителей категории «В». М.: РГАФК, 1996. 36 с.
4. Остапенко А.А. Концентрированное обучение как педагогическая технология: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. Краснодар, 1998. 200 с.

УДК 343.34

Вагайцева Юлия Вячеславовна, следователь отдела по расследованию преступлений, совершенных на территории, обслуживаемой отделом полиции по Индустриальному району следственного управления
МВД России по г. Барнаулу.

Россия, 656066, г. Барнаул, Индустриальный район, ул. Энтузиастов, 4;
Монш Татьяна Андреевна, слушатель 5 курса факультета подготовки
сотрудников полиции и следователей,
Барнаульский юридический институт МВД России,
Россия, 656038, г. Барнаул, ул. Чкалова, 49,
e-mail: september1995@inbox.ru

К ПРОБЛЕМЕ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ БИОТЕРРОРИЗМУ

Аннотация. В современном мире биологическое оружие – это наиболее опасные для человека патогенные вирусы и бактерии. Опасность применения подобного оружия связана с тем, что не нужно огромного количества вещества – вполне достаточно одной ампулы, которую легко спрятать. Следует подчеркнуть, что производство биологического оружия не требует какого-либо специального оборудования, поскольку в природе уже имеется большое количество потенциально опасных для человека микроорганизмов. В связи с этим проблема совершенствования противодействия угрозам биотерроризма приобретает в настоящее время особую остроту и актуальность.

Ключевые слова: биотерроризм, терроризм, оружие массового поражения, биологическое оружие, противодействие биотерроризму.

Сложившуюся в последние годы международную обстановку нельзя назвать никак иначе, как чрезвычайно сложной. Резко активизировавшиеся террористические организации представляют большую опасность для всего мирового сообщества, в том числе и для России [1, с. 160].

В современных реалиях наметились определенные виды международного терроризма. Одним из наиболее опасных видов международного терроризма, направленного на общественную безопасность, является терроризм, в результате которого может быть применено оружие массового поражения с использованием биологического инструментария. Это означает, что возможно преднамеренное использование патоген-

ных микроорганизмов в качестве оружия террора [3]. Это и именуется биотерроризмом.

Биологическое оружие имеет ряд особенностей и, так называемых, преимуществ по сравнению с другими видами оружия массового поражения, а именно: скрытность действия, длительный характер воздействия, возможность одновременного использования различных биологических агентов, распространение возникших заболеваний на огромных территориях, вызывать в течение непродолжительного периода времени большое количество жертв (например, распыление спор сибирской язвы, оспы), а также длительность и сложность идентификации микроорганизмов. Кроме того, когда используются биологические агенты, технические сооружения, в которые они проникают, не повреждаются и не разрушаются. При этом учитывая современное стремительное развитие прогресса в области биологических технологий, существует возможность создания биологического оружия, гибкого в применении, но не уступающего по поражающим характеристикам ядерному.

Эксперты дают оценку, что около 17 стран обладают готовым биологическим оружием или находятся в заключительной стадии его разработки, в связи с чем угроза использования этого оружия сохраняется. По приблизительным подсчетам, в 67 странах сосредоточено 453 коллекции различных штаммов, принадлежащих различным организациям, 54 из которых занимаются торговлей возбудителем сибирской язвы, 18 - чумы. Всего в мире насчитывается около 1000 банков микроорганизмов.

В современных условиях использование биологического оружия для террористических актов является чрезвычайно актуальным и потенциально реальным явлением [2, с. 119]. Но военные эксперты в случаях глобальных войн по сравнению с ядерным оружием, биологическому отводят второстепенную значимость.

Подводя итоги вышеперечисленного материала, следует выделить ряд практических рекомендаций для эффективного обеспечения безопасности в рамках противодействия угрозам биотерроризма, а также совершенствования антитеррористической защищенности биологически опасных объектов. К ним относятся: 1) важность создания национальной единой автоматизированной системы наблюдения и контроля за биологической обстановкой; 2) уменьшение числа объектов, имеющих разрешение хранить микроорганизмы и вирусы; 3) углубить международное сотрудничество в области биобезопасности, с возможностью участия в международных программах нераспространения оружия массового уничтожения. Для этого необходимо уметь правильно моделировать ситуации, вызванные биотерроризмом, а также формировать системы мероприятий по действиям в чрезвычайных ситуациях.

Список использованных источников

1. Гричанов А.С. Условия профессиональной защищенности как основа служебно-профессиональной безопасности сотрудников органов внутренних дел // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2016. № 2 (31). С. 160-162.
2. Заречнев Д.О., Гричанов А.С. К вопросу об инновационной модели образования // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2012. № 1 (22). С. 119-121.
3. Интерпол предупреждает о биотерроризме // Inopressa. 22 ноября 2005 г. <http://www.inopressa.ru/jpost / 2005/11/22/12:06:44/Interpol>.

Васильев Михаил Александрович, старший преподаватель кафедры
специальной подготовки,
Восточно-Сибирский институт МВД России
Россия, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 110,
e-mail: sergej_05@mail.ru

ОСОБЕННОСТИ И ПРОБЛЕМЫ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ В СФЕРЕ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ НЕЗАКОННОМУ ОБОРОТУ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ И ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы о современном состоянии противодействия незаконному обороту наркотических средств и психотропных веществ на территории Российской Федерации, и ключевая роль в данном виде деятельности Министерства внутренних дел Российской Федерации.

Ключевые слова: наркотические средства, психотропные вещества, противодействие незаконному обороту, профилактические мероприятия, правоохранительные органы.

Борьба и противодействие распространению наркотических средств и психотропных веществ, стало настоящим испытанием на прочность всего Российского государства и системы МВД России, в особенности за последние десятилетия. Скорость распространения и общественная опасность, которую представляют, наркотические средства и психотропные вещества, в современном Российском обществе, многократно обсуждалась на различных общественных и государственных уровнях. К освящению данной темы, систематически привлекаются эксперты различных специализаций. Это представители здравоохранения, психологических и социальных служб, духовенства, средств массовой информации, интернет блоггеры, представители международных организаций. Многосторонний подход к изучению и борьбы с распространением наркотических и психотропных веществ в Российской Федерации, лишь ещё раз подчёркивает всю остроту существующей проблемы, так как по многим показателям в распространении наркотических и психотропных веществ Российская Федерация занимает лидирующие места. В частности по уровню потребления героина и синтетических наркотиков, Россия в числе лидеров. На период 2014 г. рынок наркопотребления в России составляет 8 миллионов человек (регулярное и эпизодическое потребление), из которых активно употребляют 3 млн. Каждый месяц от наркомании в России умирает 5000 человек.

Существенных изменений к улучшению данной ситуации на период 2018-2019 гг. не наблюдается.

Для понимания того с чем столкнулась современная Российская государственность и система МВД России в частности, стоит учесть что мировой рынок наркоторговли ежегодно оценивается примерно в 800 млрд. долларов США. При этом, структура наркомафии чётко копирует организационное построение какой-либо из спецслужб. Вбирая в себя формы и методы проведения оперативной, разведовательной, контрразведовательной, аналитической, финансово-экономической деятельности. Обращая свои взоры абсолютно на все слои общества, от простого гражданина до политических деятелей государства. Также необходимо учесть, что на данный момент в мире существует два основных вида наркотрафика- героиновый из Афганистана, ко-

каиновый из стран Латинской Америки, и как третий вид, это синтетические наркотики и психотропные вещества распространяющиеся по миру из Китая и стран Юго-Восточной Азии.

Также в Российской Федерации начиная с 2011 г., активно развивается дезоморфиновая наркомания или «аптечная», с 2013 г. начинается активная борьба распространением курительных смесей, которые в период второй половины 2000 г., продавались под видом благовоний, и находились в свободном доступе. Необходимо отметить что, так называемая «дачная наркомания» основанная на выращивание и переработки растений конопли, также является составной частью нарко-рынка Российской Федерации.

Стоит учесть, что схема распространения наркотиков и психотропных веществ, от производителя до конечного потребителя, носит устойчивый характер и постоянно развивается. Примерно с 2012 г. на территории Российской Федерации активное распространение наркотических средств и психотропных веществ осуществляется через Интернет путём так называемых «закладок». В целом наркоситуация на территории России, на период 2018-2019 гг. остается весьма напряжённой. На данный момент нет ни одного региона, который бы, не столкнулся с данной проблемой в той или иной форме. С каждым годом, это противостояние только возрастает, при этом активно влияя на общеуголовную преступность.

Несомненно, в ежедневном режиме сотрудниками ОВД проводится серьёзная и кропотливая работа по противодействия данному злу. Но как показывает практическая работа, данные мероприятия не приводят к полному решению проблемы, а в большей степени носят сдерживающий, временный фактор. Эра Интернета, мгновенного распространения информации, привела к ряду сложностей в раскрытии данного вида преступлений, в частности процесс оплаты и получения услуг, становится более скрытым и менее контролируемым со стороны органов правопорядка. Массовость данного явления, также представляет проблему в виде организации большого охвата не только в интернет пространства, но и с точки зрения отсутствия конкретной географической привязки, в распространении наркотических средств и психотропных веществ. Так как, постоянства в выборе местности, где производятся «закладки» нет. Так же стоит учесть, что в некоторых случаях для поставки наркотических средств и психотропных веществ, на данный момент уже не требуются сложные законспирированные операции с привлечением курьеров, данные средства могут быть получены с помощью услуг почты. Что подтверждалось, при задержании граждан, с наркотическими средствами общей массой до 1 кг, при несении службы нарядами ОВО по г. Иркутску в 2015 г.

Система МВД России, как ключевая структура в борьбе с незаконным распространением наркотических средств и психотропных веществ, вносит значительный вклад в общее дело борьбы с данным негативным явлением. Но, несмотря на все предпринимаемые меры, остаются ряд направлений в развитии и модернизации системы противодействия незаконному распространению наркотических средств и психотропных веществ в системе МВД России.

В первую очередь необходимо обратить внимание на организационно- штатную структуру подразделений МВД России по противодействию в борьбе с незаконным распространением наркотических средств и психотропных веществ. Расформирование структуры ФСКН и передача структурных подразделений данного ведомства в систему МВД России, налагает дополнительную нагрузку на подразделения ОВД, но при этом, сохраняя штат личного состава, потенциал и оперативные возможности

бывших сотрудников ФСКН, можно добиться положительных результатов в борьбе с незаконным распространением наркотических средств и психотропных веществ.

Также необходимо сохранить, а возможно и увеличить целевое финансирование подразделений МВД России, занимающихся борьбой с незаконным распространением наркотических средств и психотропных веществ. При этом надо учитывать, что финансовый поток криминальных «наркотических» денег, более чем внушительный и оценивается в десятки миллиардов рублей ежегодно.

В системе подготовки кадров МВД России, необходимо выделить специального учебного курса, для слушателей старших курсов. При ведении которых, необходимо делать особый акцент на специфику современно нарко-рынка, проводить тщательнее изучение структуры наркомафии, с подробным изучением организации ведения криминального бизнеса не только в рамках Российской Федерации, но осуществлять подробное изучение структур наркомафии стран ближнего и дальнего зарубежья (Афганистан, Колумбия, Мексика, страны Юго-Восточной Азии). Привлекая специалистов практических органов, проводить подробное изучение языка общения наркоманов и лиц находящихся в системе наркобизнеса. Проводить изучения и анализ правовых методов и форм наказания за совершения преступлений в Российской Федерации и мировой практике. Особенно действенными и показательными в данном случае, являются такие государства как: Китай, Таиланд, Саудовская Аравия.

Важным пунктом в осуществлении профилактики нарко-преступлений на территории Российской Федерации, является ведение жёсткого миграционного контроля, со странами Средней Азии, в особенности с Таджикистаном.

Проблема наркомании в современной России, должна решаться не только силовыми министерствами и ведомствами. В том виде с которым с ней сталкиваются сотрудники ОВД, речь идёт уже о конечной стадии данного процесса, и ведение борьбы с этой проблемой, будет носить лишь сдерживающий характер. Но в корне решить эту задачу не получится. В современном российском обществе должны в первую очередь решаться проблема социально-экономического характера, маргинализация и деградация общества, идут бок о бок с проблемой наркомании. В обществе должна создаваться атмосфера нетерпимости и противодействия к этому злу.

Сущность людей занимающихся распространением наркотических средств и психотропных веществ такая же, как у любого человека, только страх смерти и лишения имущества может остановить человека от занятия данным видом преступления. В данном случае радикализация в принятии решения о наказании за нарко-преступления, связана с интересами государственной безопасности и целостности России, так как ежегодные потери в убыли молодого поколения в возрасте от 16 до 35 лет, сравнима с потерями при ведении военных действий. Идёт самая настоящая наркотическая война, в которой правоохранительные органы должны перенять инициативу, где это возможно, потому как поражение смертельно опасно для всех граждан, связывающих судьбу своих потомков с Россией.

Список использованных источников

1. Федеральный закон от 8.01.1998 № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах».
2. Белогуров С.Б. Наркотики и наркомании. СПб., 1997. С 45-53.
3. Журавлева И.В. Поведенческие факторы здоровья подростков // Социология медицины. 2002. № 1. С. 32-47.

4. Неудовлетворённость социальных потребностей – важный фактор наркотизации // Актуальные проблемы девиантного поведения (Борьба с социальными болезнями): Ежегодник / Отв. ред. Б.М. Левин; РАН. Ин-т социологии. М., 1995. 200 с. С. 25-37.

5. Ежегодный наркотрафик оценивается в 800 миллиардов. долларов <http://pressmia.ru/media/20120306/600003648.html> (дата обращения 06.04.2019 г.)

6. Пресс-конференция главы ФСКН России 11 февраля 2011 года «Афганский наркотрафик: основные маршруты». https://ria.ru/conference_FDCS_11022011/ (дата обращения 06.04.2019 г.)

УДК 307

Гамзина Анастасия Валерьевна, аспирант Юридического института Красноярского государственного аграрного университета, Россия, 660028, г. Красноярск, ул. 8 Марта, 20, кв. 105, e-mail: gamzina_anastasia@mail.ru

К ВОПРОСУ О ПРОБЛЕМАХ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СИЛОВЫХ ВЕДОМСТВ В УСЛОВИЯХ ЧС МИРНОГО ВРЕМЕНИ (НА ПРИМЕРЕ ТУШЕНИЯ ЛЕСНЫХ ПОЖАРОВ 2019 ГОДА В ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ И КРАСНОЯРСКОМ КРАЕ)

Аннотация. В статье, рассматриваются проблемы деятельности и взаимодействия силовых структур в условиях чрезвычайных ситуаций мирного времени (на примере ликвидации лесных пожаров 2019 года в Иркутской области и Красноярском крае). Предложены практические шаги, направленные на повышение эффективности деятельности и оперативности реагирования силовых ведомств России в условиях ЧС мирного времени.

Ключевые слова: чрезвычайные ситуации, техногенные и природные чрезвычайные ситуации, деятельность силовых структур.

На протяжении всего исторического развития человеческое общество подвержено воздействию стихийных бедствий, аварий и катастроф, которые принято обозначать обобщенным понятием чрезвычайные ситуации (ЧС). Эти трагические события уносят десятки тысяч жизней, причиняют огромный экономический ущерб, разрушая созданную годами инфраструктуру.

Данная проблема, являясь актуальной для всего человечества, в полной мере касалась и касается нашей страны, как части мирового сообщества.

На протяжении советского периода истории нашей страны, вплоть до начала 90-х годов ликвидацией последствий крупных аварий и катастроф поручалось, как правило, силам гражданской обороны (ГО), ориентированным ЧС и защиту населения в военное время, в частности, от оружия массового поражения. В середине 80-х и начале 90-х годов на фоне мирной обстановки боевыми выглядели потери при авариях, катастрофах и стихийных бедствиях. Так, авария на Чернобыльской АЭС, землетрясение в Армении, печально известная авария на газопроводе в Башкортостане, взрыв в Арзамасе, увеличение числа железнодорожных и авиационных катастроф вскрыли серьезные недостатки этой системы.

Нужны были коренные реформы в области ликвидации чрезвычайных ситуаций, которые бы коснулись как создание структур, непосредственно ориентированных на ликвидацию ЧС в мирное время, так и на совершенствование всего алгоритма взаимодействия силовых ведомств в условиях техногенных и природных катаклизмов.

С учетом вышеизложенного Правительство Российской Федерации своим постановлением от 27 декабря 1990 г. образует Российский корпус спасателей. Его целями объявляются прогнозирование, предотвращение и ликвидация последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий, эпидемий и других чрезвычайных ситуаций, координация деятельности министерств, ведомств и других органов управления в экстремальных условиях.

Создание МЧС России, как полноценной структуры стало первым шагом при построении в стране современной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

Вместе с тем, следует констатировать тот факт, что в последние годы МЧС РФ сильно утратило свои позиции, как лидер в ликвидации последствий ЧС. Во многом этот факт объясняется тем, что из состава руководства ушёл создатель и идейный вдохновитель МЧС Сергей Кожугетович Шойгу. Дальнейшее просчёты в общем руководстве министерства привели к печальным последствиям, выразившемся в первую очередь в острейшем кадровом дефиците специалистов. Данные просчёты стали явно видны, при пожаре в торговом центре «Зимняя вишня», г. Кемерово, 25-26 марта 2018 года. Это страшная трагедия унесла жизни 60 человек.

События этой цепи ставят вопрос о повышении взаимодействия между силовыми ведомствами в условиях ЧС в мирное время. Сергей Шойгу возглавив, министерство обороны РФ, не оставил идеи о повышении эффективности использования государственно ресурса при проведении спасательно-восстановительных работ. Более того, уже на протяжении нескольких лет, мы можем наблюдать тот факт, что основную работу по авиационному обеспечению тушения лесных пожаров выполняет министерство обороны. Так, при тушении лесных пожаров в 2019 году на территории Иркутской области и в Красноярском крае число самолётов Ил-76 министерства обороны составляло порядка 10 единиц, от МЧС в тушении принимало участие четыре самолета-амфибии Бе-200 Красноярского комплексного авиационно-спасательного центра МЧС России. Подобный перевес по количеству используемой авиационной техники в сторону министерства обороны был и по количеству задействованных вертолетов. Вместе с тем, хочется отметить, что именно при тушении лесных пожаров осуществлялась тесная координация и единое руководство всеми действиями по тушению лесных пожаров между представителями министерства обороны, МЧС с одной стороны и представителями авиалесоохраны и местной администрации с другой.

Однако, вышеперечисленные обстоятельства показывают и тот факт, что Министерство обороны было способно проводить не свойственные ему операции (тушение лесных пожаров) на больших площадях с относительным успехом. Изложенное обстоятельство ни сколько не умаляет профессионализм и героизм спасателей МЧС, а лишь наглядно иллюстрирует отставание в технической оснащённости чрезвычайного министерства.

В данной ситуации встает закономерный вопрос о возможности ликвидации МЧС как самостоятельного министерства и передачи его воинских формирований в МО РФ, а пожарной охраны в ведение МВД, как было и раньше. Данные мероприятия позволят более эффективно (напрямую) осуществлять руководство мероприятиями направленными на ликвидацию ЧС.

Справедливости ради необходимо отметить, что произошедшая ранее передача пожарной охраны из МВД в МЧС пагубно отразилось на состоянии противопожарной службы, как таковой. Неумелое руководство МЧС людьми, имеющими смутное представление об организации противопожарной службы, имело плачевные последствия. Это привело к расширению бюрократического аппарата, преданию службе бесполезной парадно-глянцевой атрибутики с одной стороны, а с другой стороны тотальному сокращению личного состава и ни чем не оправданной экономии на техническом оснащении караулов.

Во время оперативно-следственных мероприятий проводимых на территории пожаров Красноярского края (поиск криминального следа, а именно-возможных поджогов леса) стала очевидна еще одна проблема снижения оперативности реагирования на ЧС. Ведь, как было установлено, основная причина лесных пожаров, это поджоги. Передача силовой составляющей полиции (СОБР, ОМОН, авиационные отряды) значительно снизило возможности органов МВД экстренно реагировать на возникающие угрозы, пресекать первопричину пожаров - поджоги. Так при проведении следственных действий в Богучанском районе Красноярского края, сотрудники Главного Управления МВД по Красноярскому краю, для оперативной доставки к предполагаемому месту поджога были вынуждены использовать вертолёты МЧС, а не Росгвардии. Хотя основная задача Росгвардии оказывать всяческую помощь органам МВД. Причина данного действия в искусственно созданных бюрократических барьерах, когда заявка на заказ вертолёта в Росгвардии может рассматриваться в течении нескольких дней (в особо вопиющих случаях-недель), в то время, когда на рассмотрении и утверждении плана на полёт (пока авиационные отряды были в ведении МВД), уходили считанные часы. О какой оперативности может идти речь! Это же касается и силовых отрядов, используемых для задержания черных лесорубов.

Так же при проведении тушения лесных пожаров остро стал вопрос о нехватке людей, напрямую не задействованных в тушении пожаров, но выполняющих важные вспомогательные функции. Например, обход территорий, недопущение разведения костров в лесу. Сотрудники полиции и противопожарных органов не могут выполнять данные функции в достаточном объеме в виду ограниченности сил и средств. И здесь может стать вопрос о привлечении волонтеров и добровольных народных дружин. Последние вообще могут являться эффективным фактором в обеспечении охраны общественного порядка [1, с. 25].

Так же необходимо при подготовке курсантов силовых не профильных силовых ведомств (МО, МВД), уделять особое внимание действиям при ликвидации последствий стихийных бедствий.

Подводя итоги изложенного, хотелось бы озвучить конкретные предложения. Целью данным предложений является повышение эффективности деятельности силовых ведомств при ликвидации последствий ЧС в мирное время:

- реформирование МЧС РФ, путем его ликвидации, и передачи воинских спасательных формирований, подразделений спасателей и авиационной составляющей в ведение Министерства обороны РФ, а противопожарной службы в ведение МВД РФ, тем самым сокращая избыточно дублированное руководящие структуры и вводя принцип единоначалия;

- возвращение силовых оперативных подразделений (ОМОН, СОБР) и авиационной отрядов из ведения Росгвардии, обратно в ведение МВД РФ, повышая оперативность реагирования;

– разработка практических алгоритмов использования народных дружин и волонтеров для выполнения вспомогательных мероприятий при ЧС (оцепление, охрана территорий);

– изменение ФГОС для образовательных учреждений, путём включения в него дополнительных часов теоретических и практических занятий по действиям в условиях ЧС для курсантов и слушателей непрофильных силовых учебных заведений.

В заключении, необходимо отметить, что проблема деятельности силовых ведомств в условиях ЧС является крайне актуальной и требует дальнейшего всестороннего изучения.

Список использованных источников

1. Гумерова О. Ю. Добровольные народные дружины как эффективный фактор противодействия преступности // Деятельность правоохранительных органов в современных условиях: сб. материалов XXIV междунар. науч.-практ. конф. Иркутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2019, С. 25

УДК 351.741

Голубев Игорь Викторович, преподаватель кафедры организации охраны общественного порядка,
Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России,
Россия, 625049, г. Тюмень, ул. Амурская, 75,
e-mail: koynovmax@mail.ru

СОСТАВЛЯЮЩИЕ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ О НАМЕРЕНИИ ПРИМЕНЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ СИЛЫ, СПЕЦИАЛЬНЫХ СРЕДСТВ И ОГНЕСТРЕЛЬНОГО ОРУЖИЯ

Аннотация. В настоящей статье предполагается провести подробный анализ действий сотрудника полиции, предшествующих применению физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия, в частности, разобрать некоторые аспекты, связанные с предупреждением о намерении применить такие меры принуждения.

Ключевые слова: применение физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия сотрудником полиции, предупреждение перед применением силы.

Потребность в реализации применения мер принуждения, вытекает из специфики функций, которые государство возлагает на правоохранительные органы и на сотрудников полиции, осуществляющих на практике данные функции. Так с одной стороны, необходимо обеспечивать безопасность самих сотрудников полиции при выполнении своих служебных обязанностей, а также защищать других лиц, чьи интересы и законные права и свободы обязаны защищать сотрудники полиции от противоправных проявлений и чья жизнь нередко оказываются под угрозой. С другой стороны, во время осуществления своих должностных обязанностей нередко возникают ситуации, когда применение исключительно мер не силового характера не может обеспечить выполнения возложенных на полицию обязанностей.

Нужно отметить, что по общепринятым нормам права, как в Российской

Федерации, так и за рубежом применение мер принуждения разрешено только в случае крайней необходимости и только для выполнения возложенных на них обязанностей. При этом сотрудники должны в первую очередь руководствоваться соблюдением прав и свобод всех участников конфликтной ситуации и стремиться к минимизации любых негативных последствий такого применения. Поэтому сотрудники правоохранительных органов, в чьи обязанности входит применение таких мер принуждения, должны иметь представления о своих полномочиях, обладать высокой теоретической и практической подготовкой [4].

Неправильное или несвоевременное предупреждение о намерениях применить такие меры принуждения могут привести к ненужным жертвам. На законодательном уровне обязанность предупреждения о намерениях применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия находит свое отражение в ст. 19 Федерального закона «О полиции» от 7 февраля 2011 г. №3-ФЗ, которая прямо обязывает сотрудника полиции выполнить такие действия. Данная тематика находит свою актуальность не только на отечественном уровне, но и на мировом уровне в целом. Так на восьмом Конгрессе ООН по предупреждению преступности и обращению с правонарушителями, проходившим в Гаване в период с 27 августа по 7 сентября 1990 году, были рассмотрены и приняты «Основные принципы применения силы и огнестрельного оружия должностными лицами по поддержанию правопорядка» [1].

Данные принципы выдвигают ряд требований к сотрудникам наделенным правом применения силы и оружия а именно, во всех случаях, когда применение силы или огнестрельного оружия неизбежно, должностные лица по поддержанию правопорядка:

- проявляют сдержанность в таком применении силы и действуют исходя из серьезности правонарушения и той законной цели, которая должна быть достигнута;
- сводят к минимуму возможность причинения ущерба и нанесения ранений и охраняют человеческую жизнь;
- обеспечивают предоставление медицинской и другой помощи любым раненым или пострадавшим лицам в самые кратчайшие сроки;
- обеспечивают, чтобы родственники или близкие друзья раненых или пострадавших лиц уведомлялись в как можно более короткий срок [1].

Если проанализировать данные правила, то понятие «проявление сдержанности при применении силы» включает в себя необходимость сначала проинформировать лицо совершающее правонарушение о возможных последствиях и только после этого предпринимать активные действия. В то же время в данном международном документе даётся еще одно понятие, оно содержится в «специальных положениях» пункте 10 где указывается что, «сотрудники дают четкое предупреждение о намерении применить огнестрельное оружие, предоставляя достаточное время для ответной реакции на это предупреждение, за исключением тех случаев, когда эти действия создают для должностных лиц по поддержанию правопорядка ненужную опасность, или создают опасность смерти или нанесения серьезного ущерба другим лицам, или же были бы явно неуместными или ненужными при создавшихся обстоятельствах инцидента» [1], данные положения международного документа полностью соответствуют п. 1 ст. 19 Федерального закона «О полиции» от 7 февраля 2011 г. №3-ФЗ.

Необходимо понимать, что предупреждением о применении силы является определенная информация, адресованная непосредственно правонарушителю. Ее

можно разделить на три составляющие несущие в себе сведения, во-первых, о том, что лицо её осуществляющие является сотрудником полиции, во-вторых, о требованиях прекращения противоправного деяния и, в третьих, информирование лица о наступлении последствий в случае невыполнения требований сотрудника полиции. Для правоприменения важны все составляющие предупреждения и нарушение порядка, подмены или исключения даже одной из составляющих может быть воспринято правонарушителем в искаженном виде, что приведет к неблагоприятным последствиям. Чтобы уяснить важность таких характерных черт предупреждения, стоит рассмотреть их по отдельности и отметить практические вопросы их реализации.

Первой составляющей предупреждения является информирование правонарушителя о том, что лицо, осуществляющие предупреждение является сотрудником полиции. Это важно в связи с тем, что лицо, в отношении которого предполагается применение оружия и силы должно осознавать, что требование исходит от представителя власти и все последующие требования являются обязательными для исполнения, а игнорирование их будет истолковано как правонарушение.

Второй составляющей предупреждения о применении силы является требование о прекращении противоправных действий, это самая важная часть предупреждения, ведь в ней содержится сама цель такой процедуры. Причинение телесных повреждений, а тем более смерти ни в коем случае не может является целью применения силы или оружия. Такой целью выступает пресечение противоправного деяния и задержание правонарушителя с наименьшими последствиями для всех сторон конфликта.

Третьей составляющей предупреждения о применении силы является информирование лица о наступлении негативных последствий в случае невыполнения требований сотрудника полиции. Важность этой части предупреждения состоит в том, что лицо, которому адресованы выше указанные требования должно осознавать возможность наступления для себя неблагоприятных последствий в случае игнорирования и должно удерживать правонарушителя от продолжения противоправных действий.

Рассмотрев предупреждение о применении силы и оружия по составным частям, и разобрав в каких формах оно возможно, необходимо учитывать те случаи, когда сотрудник полиции имеет право его не делать. Такая норма содержится в ч.2 ст.19 Федерального закона «О полиции» и предусматривает, что «сотрудник полиции имеет право не предупреждать о своем намерении применить физическую силу, специальные средства или огнестрельное оружие, если промедление в их применении создает непосредственную угрозу жизни и здоровью гражданина или сотрудника полиции либо может повлечь иные тяжкие или особо тяжкие последствия» [2, 4].

Существуют случаи, когда сотруднику полиции перед применением силы и оружия будет неуместно делать предупреждение. Например, в целях выявления преступления в помещении устанавливаются специальные окрашивающие средства, так называемые «химические ловушки», предупреждение об их применении бессмысленно. Также при задержании подозреваемых в совершении преступления в целях отвлекающего манёвра используются светозвуковые устройства, чтобы обеспечить внезапность и неожиданность их применения или при задержании подозреваемых из засады или штурме объекта при освобождении заложников. Само

предупреждение о применении этих средств приведёт к потере эффективности действий сотрудников полиции [3].

Не выполнение или частичное игнорирование выше приведённых рекомендаций сотрудниками полиции, может привести к неблагоприятным последствиям, такими как понижению авторитета правоохранительными органами. В последнее время в средствах массовой информации часто попадают видеоролики, в которых сотрудники полиции вместо того, чтобы предупредить лиц, совершающих противоправные действия о намерении применить в их отношении меры силового воздействия, пытаются вести ненужный диалог, не решаются перейти к активным действиям по охране порядка и осуществлению общественной безопасности.

Решение данных проблем должно найти отражение в изменении на законодательном уровне в ряде нормативных актов или создании нового, в котором были бы закреплены тактические действия сотрудников правоохранительных органов при применении физической силы, специальных средств или огнестрельного оружия, имели упорядоченную последовательность действий на каждую ситуацию и четкие регламентированные правила, как и когда сотрудник обязан предупредить правонарушителя о своем намерении применить силу, чтобы сотрудникам полиции не приходилось действовать «в слепую» – а иметь четкие правила применения данных мер принуждения при решении возложенных на правоохранительные органы задач.

Список используемых источников

1. Основные принципы применения силы и огнестрельного оружия должностными лицами по поддержанию правопорядка // приняты Восьмым Конгрессом ООН по предупреждению преступности и обращению с правонарушителями, Гавана, Собрание международных документов A/CONF.144/28/Rev.1, стр. 117-122.
2. Каплунов А.И., Милюков С.Ф. Применение и использование боевого ручного стрелкового, служебного и гражданского огнестрельного оружия: Учебное пособие. СПб. : Юридический центр Пресс, 2003. – 363 с.
3. Бараш Л.В., Перлинская А.В., Кособлик Е.В., Актуальность своевременного предупреждения сотрудникам полиции правонарушителя о намерениях применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия // Юристы-Правоведь. Ростовский юридический институт МВД России. 2014. №1(62). С.57-58.
4. Гричанов А.С. Условия профессиональной защищенности как основа служебно-профессиональной безопасности сотрудников органов внутренних дел / А.С. Гричанов // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2016. № 2 (31). С. 160-162.

Горлов Олег Юрьевич, старший преподаватель кафедры огневой подготовки,
Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России,
Россия, 625049, г. Тюмень, ул. Амурская, 75/2,
e-mail.ru: oleg12.69@yandex.ru

КОНТРСНАЙПЕРСКАЯ ПОДГОТОВКА ДЛЯ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ В РАМКАХ КУРСОВ ПОВЫШЕ- НИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Аннотация. В статье рассматриваются основы контрснайперской подготовки сотрудников органов внутренних дел, прибывающих на краткосрочные курсы повышения квалификации. Даются в краткой форме конспективные элементы информационного массива для изучения системы противодействия снайперу или снайперам противника личного состава органов внутренних дел.

Ключевые слова: снайпер, стрелковое оружие, контрснайперская подготовка, повышение квалификации, сотрудник органов внутренних дел, снайперская винтовка.

В процессе проведения краткосрочных курсов повышения квалификации сотрудников органов внутренних дел, убывающих на территорию северного Кавказа для проведения контртеррористических операций небольшое количество учебного времени отведено противодействию снайперам врага. Но его явно недостаточно для глубокого изучения данного вопроса. В то же время, как показывает практика именно снайпер, в условиях возникновения чрезвычайных обстоятельств или проведения специальных операций, наносит огромный ущерб личному составу органов правопорядка [4].

Попытаемся классифицировать личный состав противоборствующей стороны. Наиболее массовым вариантом подготовленного снайпера будет являться типичный вчерашний крестьянин из сельского поселения Кавказа. Как правило он не участвовал в боевых столкновениях с федеральными силами и законсервирован на 99% он является стрелком с уровнем подготовки ниже среднего (но исключения всегда есть). Из 100% выстрелов такой снайпер кладет в цель только 50-70% боеприпасов. Поэтому он легко входит в стрелковый угар и нередко использует позицию для производства нескольких выстрелов. Преимущества такого типа снайперов: вчерашний крестьянин изобретателен, находчив и использует (приспосабливает) для маскировки все природные компоненты, которые найдет. Среди снайперов такого типа можно выделить два варианта: увлеченный «стрелок» либо сверхосторожный, использующий щели и делающий только один выстрел без тщательной проверки попадания. Слабое место снайпера-крестьянина это страх. При столкновении с организованной штурмовой группой, использующей продуманный план ликвидации, у снайпера на первое место выходит инстинкт самосохранения. Как правило, есть две крайности: либо снайпер забивается в щель и не удерживает позицию, либо активно бросает позицию и яростно, почти бегом начинает отходить. Итог один: забившегося в щель снайпера поражают гранатами, а бросающего позиции всегда ждет смерть.

Снайпер-горожанин. Как явствует из названия снайпер долгое время жил в больших городах, умело использует строительные материалы и природные ресурсы, технику для наработки маскировки. Имеет очень активное мышление. Уровень стрелковой подготовки от средней до высокой. Его характеризует активный способ снай-

перского промысла в условиях улиц. Активно использует и высоту многоэтажек и подземные коммуникации. Не терпит монотонного однообразия и проявляет быструю изобретательность для получения результата. Среди минусов можно назвать неуверенность действий вне населенных пунктов.

Третий тип снайперов самый малочисленный среди террористов, но самый опасный. Это профессиональные военные. Характеризуются высочайшим уровнем стрелковой подготовки. Используют только проверенные десятилетиями методы снайперской охоты. Не делают лишних движений, хладнокровны и выдержаны. С успехом используют для маскировки все находящиеся материалы и имеют большой потенциал выживания в любом ареале снайперской охоты. Активно используют фланги. Только военные снайперы мастерски владеют приемом стрельбы "косым огнем" в сторону из неприметных мест, которые со стороны фронта не просматриваются, тем самым доставая личный состав органов внутренних дел за надежными укрытиями, стреляя из самых неожиданных мест. Такой тип снайпера противника часто активно использует шумовое прикрытие пулеметной очереди и взрыва, движения шумной техники. Военные снайперы в отличие от снайперов-крестьян и снайперов-горожан не стреляют при появлении любой подозрительной цели, а тщательно выбирают цели, классифицируя их. Приспосабливают для своих целей огромный спектр Минус таких снайперов - шаблонность действий, согласно наставлениям по снайперскому делу, которая нивелируется исключительной точностью, один выстрел-одна пораженная цель.

При проведении занятий в процессе подготовки личного состава на курсах повышения квалификации всегда доводятся некоторые правила работы со снайперами. Приведем самые простые относительно снайперов противника:

1. В условиях активного противодействия органам внутренних дел снайпер противника редко действует один.

2. Снайпер способен обнаружить цель и уверенно и быстро работать по ней днем на расстоянии до 500 метров, ночью до 300 метров, обнаруживать передвижение техники на расстоянии до 1000 метров.

3. В населенных пунктах снайпер противника занимает позицию на нижних или средних этажах. В обязательном порядке в глубине помещений, что всегда значительно облегчает смену позиции.

4. Снайперов противника, находящихся на позиции и ведущих наблюдение днем выдают солнечные блики.

5. Всегда организовывай и постоянно води визуальное наблюдение, не производи включение прибора ночного видения, не убедившись в отсутствии осмотра местности противником с использованием таких же приборов ночного видения [1, с. 23].

6. Выбирай места и позиции вне четких ориентиров. Избегай хорошо различимых рубежей. Изменяй место своего нахождения как можно чаще, не повторяйся, меняй диспозицию. Маскируй место своего расположения.

7. Снайперы противоборствующей стороны могут действовать и в условиях автономности (изоляции). Обнаружению снайперских пар помогут незначительные демаскирующие признаки: блеск, отблеск, вспышка, пар, шум, цветовой контраст, качание веток, внезапное появление новых местных предметов [2, с. 222].

8. Противник хитер и коварен.

Как шутят бывалые сотрудники правоохранительных органов, имеющие за плечами несколько командировок, при охоте на снайпера, сотруднику необходимо иметь

всего лишь три типа специальных познаний и умений для обнаружения снайпера противника: обладать иезуитской изощренностью, проявлять максимум терпения, иметь значительную долю осторожности.

Проведение контрснайперских мероприятий не могут быть выстроены на повторяющихся шаблонных действиях. Ибо шаблонность это и есть смерть при охоте на снайпера. Такие мероприятия не предусмотрены в уставах, инструкциях или приказах.

На занятиях приводится прежде всего информация об основных этапах контрснайперской профилактики. Категорически не рекомендуется откладывание действий по контрснайперской профилактике. Как только группа сотрудников заняла рубеж, проводим мероприятия сразу, не дожидаясь пакости от снайпера противника.

Создание «темных мест». Занавешенный проем (дверной, оконный) делает бесполезным наблюдение снайпера за данным объектом. Закрытие по периметру густой маскировочной сеткой создает невидимость снайпера передвижений сотрудника правоохранительных органов.

Доводим до сотрудников требование проскакивать на предельных скоростях все открытые места.

Доводим для сотрудников крайне непопулярное требование не курить и не выставляться в проломах и проемах и требование проползать там (именно проползать) где долго бежать.

Требуем от сотрудников осматривать фон местности и сравнивать фон одежды или формы, чтобы не выйти, скажем в черной форме на фон побеленной стены.

Уничтожаем на позиции все, что может указывать направление ветра, по сленгу военнослужащих – «фантики». Вербовки, бинты, тряпочки, колыхающиеся на ветру являются прекрасным определителем силы и направления ветра. Это облегчает задачу снайпера по внесению корректировки огня. Поэтому если на позиции появился внезапно такой флюгер - его повесила разведка противника. А разведкой противника могут являться дети, подростки, пожилые люди, словом любой человек [3].

Другим фактом, подлежащим безусловному изучению являются способы снайпера к измерению расстояния. Самый простой способ это стрельба снайпера по ориентирам. Таким образом он «прицепляется» к ориентиру и корректирует расстояние. Дело в том что при ведении огня из снайперского оружия (впрочем из любого огнестрельного оружия) сверху-вниз расстояние всегда кажется меньше действительного примерно на одну восьмую. В таких же условиях летом нагретый воздух, поднимаясь вверх действует как своеобразная линза, создавая иллюзию "приближения" цели на величину одну восьмую.

В процессе проведения контрснайперских мероприятий (даже профилактических) необходимо критично и вдумчиво оценивать оперативную конкретную обстановку. При занятии рубежа сразу же выставляют наблюдателей для установления возможных вражеских огневых точек. К этому наблюдению сразу же должны подключаться и снайперы. При наблюдении передний край противника изучается до каждого квадратного дециметра. При этом всегда обнаружатся щели, амбразуры и амбразурки, затененные места, углубления в фундаментах и стенах, из которых можно вести огонь.

Тактика борьбы со снайперами отработана во Вторую мировую войну: поиск информации о снайпере, профилактика снайперского огня, контрснайперский поиск, маскировка, точная стрельба, контрснайперские хитрости, работа разведдиверсион-

ных групп. Чудес в контрснайперской профилактике не бывает. Результат даст только активная и агрессивная охота на снайперов противника.

Список использованных источников

1. Тактика / под ред. В.Г. Резниченко; 2-е изд., перераб. и доп. М.: Воениздат, 1987. 496 с.
2. Общая тактика: под ред. Ю.Б.Торгованова; 2-е изд., испр. и доп. Красноярск: СФУ, 2017. 345 с.
3. Олейник Д.В., Ленева Ю.Б. Некоторые особенности методики огневой подготовки сотрудников ОВД // Проблемы правоохранительной деятельности. 2016. № 2. С. 104-106.
4. Гричанов А.С. Условия профессиональной защищенности как основа служебно-профессиональной безопасности сотрудников органов внутренних дел / А.С. Гричанов // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2016. № 2 (31). С. 160-162.

УДК 378.6:796.011.3

Гричанов Антон Сергеевич, кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры тактико-специальной подготовки,
Барнаульский юридический институт МВД России,
Россия, 656038, г. Барнаул, ул. Чкалова, 49,
e-mail: G-TON@mail.ru

О НЕКОТОРЫХ ОСОБЕННОСТЯХ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ У КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ ПОСРЕДСТВОМ ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Аннотация. В статье рассматриваются особенности формирования профессиональных умений и навыков у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России в рамках образовательной деятельности данных организаций. В работе выявлен ряд проблем, касающихся организации эффективного образовательного процесса, указаны пути их решения, определены особенности поэтапного формирования основных профессионально значимых умений и навыков, которые составляют основу компетентностного аспекта образовательного сопровождения.

Ключевые слова: сотрудники полиции, курсанты и слушатели образовательных организаций системы МВД России, профессиональная прикладная физическая подготовка.

В современной правоохранительной системе МВД России остается актуальным вопрос к профессиональному уровню кадров данной силовой структуры. Нарушение некоторыми сотрудниками полиции служебной дисциплины, превышение должностных полномочий, бездействие в экстремальных ситуациях, требующих незамедлительного проявления специальных боевых навыков и способностей от сотрудников правопорядка при задержании правонарушителей, заставляет гражданское общество,

в последнее время, достаточно скептически относится к представителям исполнительной власти в лице действующих сотрудников органов внутренних дел (далее – ОВД). Неспособность современных работников правоохранительной деятельности выполнять на должном уровне свои служебные обязанности оставляет достаточно много вопросов к их подготовке и профессиональному обучению [2, с. 70].

В последние несколько лет, в связи с реформированием системы МВД России происходят существенные изменения в подготовке квалифицированных кадров для правоохранительных органов [4, с. 48]. Требования к выпускникам образовательных организаций неизменно растут и требуют от специалиста обладать не только высококвалифицированными знаниями в правовом аспекте, но и иметь специальные навыки профессионально-прикладной физической подготовки.

Профессиональная прикладная физическая подготовка является неотъемлемым компонентом в обучении будущих сотрудников полиции к предстоящей служебной деятельности. В связи с этим в системе профессионального образования вузов МВД России физическому воспитанию курсантов и слушателей уделяют большое внимание [3, с. 119]. Безусловно, можно говорить о прямой зависимости эффективности решения служебно-профессиональных задач, как правило, повышенной сложности от уровня физического развития обучающихся. В этом аспекте приобретают важную роль знания и навыки владения боевыми приемами рукопашного боя, а также способность воспользоваться этими навыками в условиях экстремальной ситуации задержания правонарушителя.

В приказе МВД России № 275 от 2018 г. отмечается, что сотрудники, принятые на службу в ОВД, проходят первоначальную подготовку, предусматривающую приобретение ими основных профессиональных знаний и навыков, необходимых для выполнения служебных обязанностей, в том числе в условиях, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.

Но вместе с этим возникают определенные проблемы:

- недостаточный уровень общей и специальной физической подготовки на первоначальном этапе. Проблема заключается в снижении уровня физической подготовленности молодых людей, желающих вступить в ряды сотрудников ОВД. Это приводит к тому, что в экстремальной ситуации задержания правонарушителя сотрудник полиции может проявить беспомощность, апатию, растерянность, тем самым проиграв противоборство.

- не высокий морально-волевой уровень. Недостаточное развитие психических и морально-волевых качеств в период обучения в школе, а затем и в образовательной организации МВД России приводит к не способности в полной мере стойко переносить все психологические перегрузки, возникающие в оперативно-служебной деятельности ОВД.

Известно, что служебная деятельность сотрудника ОВД сопровождается высоким уровнем нагрузок не только физического, но и эмоционального характера [5, с. 40]. Соответственно профессиональная ориентация физической подготовки будущего сотрудника полиции строится с учетом данных особенностей оперативно-служебной деятельности. При этом надо учитывать, что даже отработанные до автоматического двигательного навыка стандартные приемы физического воздействия не всегда срабатывают в реальных, усложненных условиях. В противоборстве с правонарушителем действия противника совершенно непредсказуемы, поэтому сотрудник правоохранительных структур должен обладать не только определенным комплексом боевых навыков и умений способных нейтрализовать противоправные действия, но и

психологически быть готовым к любым новым возникающим ситуациям, где нужно принять единственно верное решение.

Сформировать необходимый уровень подготовки в применении различных сложно-координационных боевых навыков помогают занятия единоборствами, такие как самбо, дзюдо, рукопашной бой, бокс практикующиеся во многих современных высших школах МВД России. Но, к сожалению, по статистике процент занимающихся данными видами единоборств курсантов и слушателей крайне низок. Следует отметить, что профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников ОВД объединяет общую и специально-боевую физическую подготовку. При этом физическая подготовка включает в себя возможность развития общей и специальной выносливости, взрывной и абсолютной силы. Специальная боевая физическая подготовка состоит из изучения боевых приемов борьбы, применяемых для пресечения различных противоправных действий субъектов, их личный досмотр с последующим задержанием и сопровождением. При этом в процессе обучения курсантов и слушателей как будущих сотрудников полиции необходимо предусмотреть развитие не только основных физических качеств, но и специальных боевых навыков с функциональной, морально-волевой и двигательной-координирующей готовностью. Для этого необходимо акцентировать внимание в методическом процессе профессионально-прикладной физической подготовки на некоторых аспектах, а именно:

1. В образовательном процессе на занятиях по физической подготовке курсантов и слушателей неуклонно следовать логически выстроенному процессу отработки упражнений включающий в себя комплекс общей и специальной физической подготовки, боевых приемов борьбы направленный на формирование их физической и психологической готовности для успешного выполнения служебно-профессиональных задач, обоснованного и своевременного применения физической силы при пресечении противоправных и незаконных действий.

2. Уделить больше внимания на развитие общей и специальной выносливости для подготовки к длительному и ускоренному передвижению на местности при возможном преследовании правонарушителя.

3. При отработке боевых приемов борьбы, в частности, например, защит от ударов руками, ногами и предметом, действовать в контактных учебных поединках, применяя эффект неожиданности, постепенно повышая темп выполнения каждого приема. Данные практические навыки и умения самозащиты повысят уровень личной безопасности сотрудника в экстремальных ситуациях служебной деятельности.

4. В процессе обучения курсантов и слушателей необходимо формировать и совершенствовать уровень их профессионально важных качеств, способствующих успешному выполнению задач повышенной сложности в будущей профессиональной деятельности действующих сотрудников полиции таких как: профессиональная ответственность, морально-волевые качества (смелость, решительность, внимательность, самообладание, гуманность и др.), активная жизненная позиция [1, с. 160].

5. Формирование на занятиях по физической подготовке мотивационной составляющей способствующей сознательной потребности у обучающихся в физических нагрузках, укреплению здоровья, самосовершенствованию и саморазвитию.

6. Привлекать курсантов и слушателей к участию в спортивно-массовых мероприятиях, проводимых не только на территориях образовательных организаций МВД России, но и за их пределами. Организовывать и практиковать работу спортивных секций по служебно-прикладным видам спорта с привлечением в них не только про-

фессиональных спортсменов, но и простых обучающихся, будущих сотрудников ОВД.

По нашему мнению, применяя на занятиях по прикладной профессиональной физической подготовке курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России вышеперечисленные рекомендации, можно существенным образом повысить профессиональный уровень будущих сотрудников полиции, что в свою очередь положительно отразится на выполнении служебных обязанностей в тяжелой и опасной деятельности специалистов правоохранительной структуры ОВД.

Список использованных источников

1. Гричанов А.С. Условия профессиональной защищенности как основа служебно-профессиональной безопасности сотрудников органов внутренних дел // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2016. № 2 (31). С. 160-162.
2. Гричанов А.С. К вопросу о профессиональной защищенности сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации // В сборнике: Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств Материалы XVII Международной научно-практической конференции. 2015. С. 69-72.
3. Заречнев Д.О., Гричанов А.С. К вопросу об инновационной модели образования // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2012. № 1 (22). С. 119-121.
4. Кустов П.В. Основные направления повышения качества обучения физической подготовке курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Научный форум: Педагогика и психология: сб. ст. по материалам V междунар. науч.-практ. конф. М., Изд. «МЦНО». 2017. № 3(5). С. 48-51.
5. Малетин С.В. Влияние занятий по физической подготовке на развитие и совершенствование морально психологической устойчивости у курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2015. № 1. С. 39-43.

К ВОПРОСУ О ВОЗМОЖНОСТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕТОДИКИ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ ПРИ ОБУЧЕНИИ ГРАЖДАН, ВПЕРВЫЕ ПРИНИМАЕМЫХ НА СЛУЖБУ В ОРГАНЫ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Аннотация. В статье, рассматриваются возможные методы повышения эффективности методики огневой подготовки, при обучении граждан, впервые принимаемых на службу в органы внутренних дел. Предложены конкретные практические шаги и рассмотрены возможные проблемы, при реализации данных мероприятий.

Ключевые слова: огневая подготовка, граждане, впервые принимаемые на службу в органы внутренних дел, пневматическое оружие.

В современных условиях качественная первоначальная профессиональная подготовка граждан, впервые принимаемых на службу в органы внутренних дел, является весьма важным фактором. Важность этого обучения во многом обусловлена тем, что именно во время первоначального обучения закладывается фундамент будущего профессионального роста сотрудника МВД, как специалиста своего дела.

Огневая подготовка является одним из основных предметов профессиональной служебной и физической подготовки сотрудников органов внутренних дел и направлена на формирование устойчивых навыков в обращении с огнестрельным оружием, обучению личного состава действовать в условиях, связанных с эффективным и правомерным его применением [1, с. 7].

При этом следует особенно отметить, что у определенной части обучаемых (почти у всех поступивших на службу сотрудников женского пола) первое знакомство с оружием в жизни происходит именно при прохождении первоначального обучения. Необходимо также иметь в виду, что у обучаемых мужского пола степень знакомства с оружием так же может оставлять желать лучшего. Это знакомство с оружием может ограничиваться несколькими тренировочными выстрелами из АКМ на курсе молодого бойца, при прохождении срочной военной службы, либо на полевых сборах, при обучении в военных учебных центрах гражданских высших учебных заведений. Хотя в последние годы, в связи с общей политикой государства в отношении силовых ведомств и повышения престижа военной службы, данная ситуация меняется в лучшую сторону.

Все вышесказанное определяет крайнюю актуальность повышения эффективности огневой подготовки граждан, впервые принимаемых на службу в органы внутренних дел.

Одним из способов решения данной проблемы может стать активное использование пневматического оружия (винтовок) в качестве своеобразной «ступени» для перехода к стрельбам из служебного табельного оружия. При этом подобные стрельбы необходимо использовать именно пневматические винтовки. Использование пневматического пистолета обучаемым, может, по утверждению специалистов, отрицательно сказаться на дальнейших стрельбах из табельного оружия (будет приобретён вредный навык).

Так же необходимо учитывать и экономическую составляющую данного вопроса. Стоимость пуль для пневматического оружия несоизмерима со стоимостью бое-

припасов к служебному оружию. К тому же проведения стрельб из пневматического оружия не требует сложного подготовительного этапа. При определённой постановке учебного процесса, подобные стрельбы могут осуществляться каждый учебный день, и составлять своеобразный факультатив. На определённом этапе количество перейдёт в качество.

Подобная организация процесса обучения имеет опыт в советском периоде истории нашей страны (общий подход). Почти при каждой школе были стрелковые тирры. Все советские школьники заканчивали обучение в школе, имея опыт обращения с оружием. Многие выдающиеся спортсмены – стрелки, начинали свою карьеру именно со стрельбы из пневматической винтовки – «Юный стрелок», затем переходя на мелкокалиберную винтовку – «Меткий стрелок».

Здесь же можно привести и собственный положительный опыт: занятия в средней школе стрельбой из пневматической винтовки значительно облегчили освоение табельного оружия (в особенности повысили точность стрельбы) при первоначальном обучении в учебном центре.

При первоначальном обучении огневой подготовке, так же будет полезно проведение соревнований по стрельбе между учебными группами. При этом при проведении подобных соревнований с использованием пневматического оружия, так же не потребуется больших материальных затрат.

Основными задачами, решаемыми в ходе этих соревнований, являются дальнейшее развитие и популяризация стрелкового спорта среди сотрудников правоохранительных органов, повышения уровня их боевой, психологической и технической подготовки, повышение спортивного мастерства, воспитание коллективизма, патриотическое воспитание молодежи [2, с. 63].

При обучении основам огневой подготовки, необходимо учитывать такой важный психологический момент, как боязнь оружия. Данное обстоятельство характерно, для граждан, которые получают опыт обращения впервые. Методы борьбы с этой проблемой известны со времен древней Спарты. Основная их суть сводится к тому, что нужно предоставить возможность обучаемым, как можно больше находиться с оружием (по примеру курса молодого бойца в вооруженных силах). Такое возможно, если например, куранты на протяжении всего учебного дня будут находиться с оружием (пистолет, или его массово-габаритная модель в кобуре).

Вместе с тем, следует так же констатировать тот факт, что данная методика имеет ряд проблемных моментов при использовании в учебном центре. Эти проблемы в основном касаются соблюдения мер безопасности при обращении с оружием, а так же возможного недовольства самих обучаемых, вынужденных весь день носить на себе дополнительный груз.

Также, при огневой подготовки, при обучении граждан, впервые принимаемых на службу в органы внутренних дел целесообразно, в качестве ознакомления предоставлять им возможность выполнить несколько ознакомительных выстрелов из оружия отличного от табельного (например, из СВД или АКМ).

Подводя итоги вышеизложенного, ещё раз озвучим конкретные предложения, целью которых является повышение эффективности методики огневой подготовки, при обучении граждан, впервые принимаемых на службу в органы внутренних дел:

- введение в расписание занятий проведение ежедневных стрельб обучаемых из пневматических винтовок;
- периодические проведения между учебными группами соревнований по стрельбе из пневматического оружия;
- предоставление обучаемым большего времени для нахождения с табельным оружием;

– ознакомительные эпизодические стрельбы из различного стрелкового оружия.

В заключении, необходимо отметить, что проблема повышения эффективности методики огневой подготовки, при обучении граждан, впервые принимаемых на службу в органы внутренних дел, представляет интерес и требует дальнейшего изучения.

Список использованных источников

1. Огневая подготовка: Учебник; под общ. ред. канд. пед. наук Кубышко В.Л. М.: ДГСК МВД России, 2016. 228 с.
2. Ковалев С.В., Ковальчук А.Н. Состояние и перспективы совершенствования методики огневой подготовки сотрудников правоохранительных органов // Вестник Сибирского Юридического института МВД России. 2008. № 2. С. 63.
3. Струганов С.М., Украинский С.В., Баркалов С.Н. Некоторые особенности методики подготовки сотрудников органов внутренних дел к ведению огня в условиях, ограничивающих прицеливание // Вестник краснодарского университета МВД России. 2019. № 1 (43). С. 96-100.

УДК 342.9:342.77

Каменецкий Константин Сергеевич, оперуполномоченный по особо важным делам
отделения физической защиты оперативно-розыскной части
по обеспечению безопасности лиц, подлежащих государственной защите

ГУ МВД России по Алтайскому краю,

Игнатенко Юлия Евгеньевна, слушатель 5 курса факультета подготовки сотрудни-
ков полиции и следователей,

Барнаульский юридический институт МВД России,

Россия, 656038, г. Барнаул, ул. Чкалова, 49,

e-mail: G-TON@mail.ru

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ СЛУЖЕБНО- ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ В ХОДЕ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ЛИКВИДАЦИИ ПОСЛЕДСТВИЙ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

Аннотация. Проблема формирования профессиональных умений и навыков сотрудников органов внутренних дел в ходе ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций приобретает в настоящее время особую остроту и актуальность. Поиск путей, способов и методов эффективного формирования профессиональных умений и навыков у сотрудников нарядов полиции, которые могут принимать участие в ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций чрезвычайно важен.

Ключевые слова: стихийное бедствие, чрезвычайная ситуация, гражданская оборона, средств индивидуальной защиты, сотрудники ОВД.

Стихийные бедствия, которые возникают в результате действия сил природы, могут наносить большой экономический ущерб государству и населению. Стихийные бедствия представляют собой различные явления природы, способные вызвать экстремальные ситуации, негативно влияющие на осуществление нормальной жизнедея-

тельности людей и работу объектов. Географические районы России предполагают возникновение ряда различных стихийных бедствий. Сюда относят землетрясение, наводнение, снежную лавину, селевой поток, оползень, бурю, ураган, различного вида пожары. Характерными особенностями стихийных бедствий являются неожиданное возникновение и чрезвычайный характер. В результате бедствия могут быть разрушены здания и сооружения, уничтожены ценные предметы, нарушены технологические процессы, появляются жертвы среди населения. Согласно законодательству, чрезвычайная ситуация (далее – ЧС) – это обстановка, возникшая на определенной территории в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или уже повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности людей [3].

Для того чтобы устранить последствия стихийных бедствий привлекаются как формирования общего назначения и формирования служб гражданской обороны (далее – ГО), так и подразделения органов внутренних дел (далее – ОВД). Главной задачей этих подразделений при ликвидации последствий ЧС всегда остается спасение людей и материальных ценностей. При осуществлении данной задачи порядок действий различных формирований зависит от ряда факторов, влияющих на успешное устранение последствий. К данным факторам относятся: вид стихийного бедствия, аварии, катастрофы; сложившаяся обстановка; количество и подготовленность привлекаемых сил ГО и ОВД; время года и суток; погодные условия и др.

Личный состав, который направляется в зону ЧС, должен иметь при себе средства индивидуальной защиты, к ним относятся противогазы, респираторы, индивидуальные перевязочные пакеты. При направлении в зону ЧС ликвидирующей группы должна быть немедленно проведена радиационно-химическая разведка, которая определяет опасность поражения спасателей отравляющими, токсичными веществами, радиацией, продуктами неполного сгорания взрывчатых веществ.

Но колоссальную опасность для личного состава, участвующего в ликвидации последствий ЧС, представляют факторы, которые влияют на психику человека [2, с. 119]. Большинство сотрудников полиции, отправляющиеся на ликвидацию последствий, не бывали в местах массовой гибели людей. Значительное влияние на психологическое состояние оказывают многочисленные трупы, отдельные фрагменты человеческих тел, запах, который исходит от них.

Для того чтобы минимизировать получение личным составом психологических травм необходимо соблюдать следующие правила:

- без выполнения каких-либо задач, не находится в местах разброса трупов и их частей;
- удалить группу оцепления на значительное расстояние от места разброса останков людей;
- по возможности сбор материалов их выемку, идентификацию останков людей, фрагментов их тел проводить силами бригады судебно-медицинских экспертов и криминалистов, а не сотрудниками ОВД;
- организовать пункты экстренной психологической помощи, в местах выполнения задач;
- не оставлять в одиночестве и оказывать срочную психологическую помощь сотрудникам с признаками стрессового или постстрессового состояния;
- каждый раз перед выездом проводить инструктаж личного состава о характере производимой работы, о мерах по безопасности и борьбе со стрессовыми состояниями.

Использование средств индивидуальной защиты (далее – СИЗ) органов дыхания и кожи является важнейшим способом защиты от воздействия радиоактивных ве-

ществ и сильно действующих ядовитых веществ. К ним относятся: противогазы, респираторы, костюмы Л-1, ОЗК и др.

При участии в ликвидации последствий радиационной аварии сотрудники подвергаются воздействию двух основных негативных факторов: радиоактивному облучению и радиоактивному заражению.

Для того чтобы предотвратить возможность заражения сотрудников, руководитель ОВД должен организовать контроль их облучения, особое внимание уделять на степень загрязненности форменного обмундирования, на целостность СИЗ, технические и транспортные средства, которые используются для выполнения служебных задач. Для этого каждому сотруднику выдается индивидуальный дозиметр, с которого постоянно снимаются показания и записываются в журнал учета или в карточки.

Для соблюдения мер безопасности при выполнении служебных задач необходимо соблюдать следующие правила поведения в зоне заражения:

- движение осуществляется по заранее разработанному маршруту, в т.ч. на автомобиле в ходе патрулирования;
- при движении избегать поднятия пыли, отклонения от маршрута, передвижения по высокой траве, прикосновения к окружающим предметам;
- участки с повышенной радиацией преодолевать максимально возможной скоростью;
- не расстегивать и не снимать рабочую или защитную одежду;
- регулярно следить за показаниями индивидуального дозиметра;
- доложить руководству о получении предельно допустимой дозы облучения;
- принимать пищу только в специально отведенных для этого местах;
- после окончания смены при выходе из зоны заражения обязательно провести специальную обработку и дозиметрический контроль. Результаты записать в карточку учета доз радиоактивного облучения.

Для правильного выбора способа и средств защиты необходима достоверная информация о радиационной химической обстановке непосредственно в месте несения службы [1, с. 161].

Таким образом, только знание природы возникновения и течения той или иной ЧС, а также способов и приемов защиты от факторов, влияющих на успешное устранение последствий, позволит полноценно обеспечить личную безопасность сотрудников ОВД при выполнении ими служебных задач.

Список использованных источников

1. Гричанов А.С. Условия профессиональной защищенности как основа служебно-профессиональной безопасности сотрудников органов внутренних дел // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2016. № 2 (31). С. 160-162.
2. Заречнев Д.О., Гричанов А.С. К вопросу об инновационной модели образования // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2012. № 1 (22). С. 119-121.
3. О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера [Электронный ресурс]: Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ (ред. от 03.08.2018). – Справочно-правовая система «КонсультантПлюс».

Каримов Альберт Амирович, кандидат педагогических наук, доцент,
начальник кафедры тактико-специальной и огневой подготовки,
Пуляевская Людмила Николаевна, слушатель 5 курса факультета подготов-
ки следователей и судебных экспертов,
Восточно-Сибирский институт МВД России,
Россия, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 110,
e-mail: aa550@yandex.ru

НЕКОТОРЫЕ ВОПРОСЫ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ К ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ В УСЛОВИЯХ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ

Аннотация. В статье рассмотрены некоторые вопросы подготовки курсантов МВД России к действиям в условиях чрезвычайных обстоятельств

Ключевые слова: сотрудник ОВД, чрезвычайные обстоятельства, обеспечение безопасности.

В условиях современного мира обеспечение безопасности людей при возникновении чрезвычайных обстоятельств является актуальной проблемой не только отдельного государства, но и всего мира в целом. Для сотрудников ОВД, от чьих действий зависит безопасность граждан, изучение, подготовка к действиям в условиях чрезвычайных обстоятельств являются одной из составляющей полноценной подготовки.

На занятиях по тактико-специальной подготовке курсанты образовательных организаций МВД России занимаются изучением вопросов о понятии чрезвычайных ситуаций, их видах, правилах использования индивидуальных средств защиты, основных способах защиты населения от поражающих факторов, действия нарядов полиции в различных чрезвычайных обстоятельствах.

Помимо лекционных занятий, курсанты закрепляют полученные знания на практических занятиях, которые по своему содержанию бывают достаточно разнообразны: могут проводиться как в учебных аудиториях, так и на местности, с применением средств индивидуальной защиты, учебного оружия и специальных средств.

Одной из проблем образовательного процесса является то, что нельзя полностью смоделировать ситуацию, с которой сотрудник может столкнуться при выполнении своих служебных задач. Во-первых, в виду того, что чрезвычайные обстоятельства многообразны по своему содержанию: массовые беспорядки, террористические акты, аварии природного и техногенного характера и т.д. Во-вторых, ситуации, с которыми может столкнуться сотрудник ОВД, невозможно предугадать заранее, а общепринятые тактические алгоритмы носят общий характер и не могут предложить курсантам детальный порядок действий [2].

Для решения этой проблемы необходимо на основе общего алгоритма действий выработать у обучающихся тактическое мышление, которое позволит объективно оценивать сложившуюся обстановку и в дальнейшем будет способствовать правильному и безопасному выполнению служебных задач.

В связи с этим на практических занятиях преподавателям необходимо моделировать различные ситуации, которые должны быть максимально приближены к реальности. Каждое задание курсанты должны выполнять самостоятельно, но под кон-

тролем преподавателя. Важным аспектом является исправление ошибок и дальнейшее закрепление полученных навыков.

К значимым проблемам образовательного процесса можно отнести формирования у обучающихся морально-волевых качеств и стрессоустойчивости. Как показывает практика, многие сотрудники, отлично знающие и выполняющие алгоритмы тактических действий на занятиях, оказавшись в критической ситуации, где создается угроза жизни и здоровью, не способны уверенно и самостоятельно выполнять стоящие перед ними задачи.

Для формирования указанных выше качеств у курсантов преподавателям необходимо развивать способность обучающихся действовать в условиях стресса и утомления. По нашему мнению этого можно достичь, используя различные методические установки: создавать различные отвлекающие факторы, использовать ограниченное время на выполнение задания, внезапная необходимость действовать в условиях ограниченной видимости или замкнутого пространства, введение дополнительных заданий на фоне утомления [3, 4].

Необходимо отметить, что развитию данных качеств будет способствовать формирования у курсантов правильного мировоззрения. Каждый обучающийся должен осознавать, что от его действий будет зависеть не только его безопасность, но жизнь и здоровье других граждан.

Немаловажно использование на занятиях медиа и видео аппаратуры. Показ различных учебных фильмов, где можно наглядно увидеть действия сотрудников при чрезвычайных обстоятельствах, не только способствует правильному восприятию полученной теоретической информации, но и даст возможность выявить типичные ошибки, совершаемые сотрудниками, а затем разобрать их более детально на практическом занятии.

Так как курсанты регулярно привлекаются к охране общественного порядка необходимо закрепить у них знания о действиях нарядов полиции при охране общественного порядка при массовых политических и спортивных мероприятиях (выборы, митинги, спортивные соревнования, государственные праздники, народные гуляния) В рамках изучения данной темы особое внимание стоит уделить следующим вопросам:

- действий нарядов полиции при групповых нарушениях общественного порядка и безопасности
- действия сотрудников при угрозе террористической атаки и массовой паники
- действия сотрудников в результате чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера
- действия сотрудников при обнаружении взрывного устройства.

Подводя итог, необходимо отметить, что полноценная подготовка курсантов образовательных организаций МВД России к выполнению служебных задач в условиях чрезвычайных обстоятельств достигается совокупностью методических и образовательных программ, которые способствуют формированию оперативно-тактического мышления, морально-волевых качеств, стрессоустойчивости. Для достижения поставленных целей преподавателям необходимо не только суметь привить необходимые первичные знания, но и выработать у курсантов алгоритм действий для решения служебных задач в условиях чрезвычайных обстоятельств.

Список использованных источников

1. Алексеев Н.А., Кутергин Н.Б., Войнов П.Н., Воротник А.Н. Некоторые аспекты подготовки сотрудников полиции к действиям по задержанию преступника в условиях ограниченного пространства // Проблемы правоохранительной деятельности: международный научно-теоретический журнал. Белгород: Бел ЮИ МВД России, 2014. № 2. С. 33-37
2. Войнов П.Н., Кутергин Н.Б., Пойдунов А.А. Тактическая подготовка сотрудников ОВД к действиям в экстремальных ситуациях: проблемы и пути совершенствования // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2015. № 3-2. С. 75-77.
3. Каримов А.А. Некоторые аспекты по совершенствованию огневой подготовки сотрудников ОВД исходя из статистики применения табельного оружия // Вестник Восточно-Сибирского института Министерства внутренних дел России. 2014. № 1(68). С. 3–8.
4. Гричанов А.С. Условия профессиональной защищенности как основа служебно-профессиональной безопасности сотрудников органов внутренних дел / А.С. Гричанов // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2016. № 2 (31). С. 160-162.

УДК 351.741

Койнов Максим Юрьевич, преподаватель кафедры организации охраны
общественного порядка
Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России,
Россия, 625049, г. Тюмень, ул. Амурская, 75,
e-meil: koynovmax@mail.ru

ПРЕДУПРЕДИТЕЛЬНЫЙ ВЫСТРЕЛ КАК ДЕМОНСТРАЦИЯ НАМЕРЕНИЯ ПРИМЕНИТЬ ОГНЕСТРЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ

Аннотация. В данной статье рассматриваются вопросы, которые стоят перед сотрудниками полиции, в случае необходимости применения огнестрельного оружия, когда Закон прямо обязывает сотрудника сделать такое предупреждение, в частности предупредительный выстрел, а в каких случаях такое предупреждение нецелесообразно или может привести к нежелательным последствиям.

Ключевые слова: применение огнестрельного оружия, предупреждение перед применением силы, предупредительный выстрел.

Во все времена на правоохранительные органы возлагались особые обязанности, связанные с самим предназначением таких структур, которые требуют от её сотрудников высокого профессионализма при выполнении своего служебного долга. Поэтому законодатель наделил сотрудников полиции широкими полномочиями для обеспечения по применению мер принуждения. Особенное место среди таких полномочий и мер принуждения занимает право сотрудников полиции на применение огнестрельного оружия. Такое право, в отличие от многих других мер принуждения, в первую очередь затрагивает сферу самых тяжелых последствий для лиц, в отношении которых оно применяется, и связано с высоким риском наступления угрозы здоровью,

а в некоторых случаях лишения человека жизни.

Сама по себе деятельность сотрудников полиции связана с повышенным риском, опасностью для жизни и здоровья, осознанной высокой ответственностью за результаты выполнения служебных задач, нередки случаи, когда на сотрудников полиции происходят нападения в тот момент, когда этого никто не ожидает, а также в тот момент когда они отвлечены на выполнение других процессуальных действий (например, осмотра места происшествия, опроса свидетеля, заполнением протокола, и так далее). По данным имеющимся в литературе примерно в половине всех случаев (от 45.1% до 55%) применения огнестрельного оружия сотрудниками полиции, приходится на происшествия связанные с отражением нападений на самих сотрудников [1, с. 51].

Одним из ключевых понятий при рассмотрении вопроса о правомерности применения огнестрельного оружия является «порядок применения». В настоящее время в научной литературе существует следующее понятие, согласно которым «порядок применения – это предусмотренная законом процедура, которой должен следовать сотрудник полиции при возникновении условий, наличие которых позволяет ему прибегнуть к силе или оружию» [1, с. 6]. Необходимо пояснить, что порядок применения включает в себя действия сотрудника полиции непосредственно перед применением, а также в момент и после применения силы или оружия.

Хотелось бы отметить, что для более полного понимания процедуры предупреждения о намерениях применения силы необходимо рассмотреть само понятие «предупреждение о применении силы и оружия», в литературе рассматривается ряд понятий и содержание данного термина, так согласно Милюков С.Ф. и Каплунов А.И. в своей работе рассматривают предупреждение о применении силы сотрудником как «Информирование сотрудником (иным уполномоченным должностным лицом, работником) лица, в отношении которого возможно применение (использование) силы и оружия, о своем должностном положении, и содержит требования о прекращении противоправных действий и наступлении негативных для правонарушителя последствий, в случае невыполнения указанных требований в форме применения одной из мер принуждения»[3, с. 144].

Одной из составляющей предупреждения о применении силы является информирование лица о наступлении последствий в случае невыполнения требований сотрудника полиции. Важность этой части предупреждения состоит в том, что лицо, которому адресованы выше указанные требования должно осознавать возможность наступления для себя неблагоприятных последствий в случае игнорирования и должно удерживать правонарушителя от продолжения противоправных действий. Наиболее частой формой для реализации этой части является передача информации голосом. Но в некоторых случаях возможна дополнительная мотивация правонарушителя путем демонстрации сотрудником полиции специальных средств и огнестрельного оружия, принятие сотрудником боевой стойки или изготровки к стрельбе. Например, перед применением электрошокового устройства предварительно произвести несколько разрядов, которые могут сопровождаться характерным звуком и видимыми разрядами тока, и будут восприняты правонарушителем как сигнал к повиновению. Тем самым сотрудник демонстрирует серьезность своих намерений.

Необходимо отметить, что в ходе задержания правонарушителя сотруднику полиции следует стремиться к минимизации ущерба, и тем самым подавать четкие команды. Так одной из возможных команд при задержании правонарушителя содержащего основания применения огнестрельного оружия согласно ч. 1 ст. 23 Федерального закона «о полиции» [2], является «СТОЙ. СТРЕЛЯТЬ БУДУ», данная

команда в этом контексте может быть заменена предупредительным выстрелом или сочетаться вместе с ним. Такой выстрел необходимо произвести вверх либо в ином безопасном направлении, например в кучу песка или землю. При производстве предупредительного выстрела необходимо учитывать факты возможного появления посторонних людей, и по возможности исключить опасность причинения им вреда, также при производстве выстрела необходимо учитывать возможные рикошеты от предметов, например, стен домов или дорожное покрытие.

Возникает вопрос, при каких основаниях применения силы и оружия правомерно применить предупредительный выстрел? Ведь сам по себе предупредительный выстрел не является использованием оружия на поражение, а является лишь средством информирования о намерении его применить, как команда голосом, звуковой сигнал сирены, сигнал свистком или демонстрацией спецсредств. Поэтому необходимо уточнить, что в случае подачи сигнала с помощью предупредительного выстрела необходимо учитывать ту непосредственную опасность, которую несет сам правонарушитель или складывающаяся обстановка. В случае если непосредственной угрозы жизни и здоровью сотрудника полиции или других лиц нет, то и производство предупредительного выстрела является нецелесообразным. Таким образом, в случаях наличия оснований для применения физической силы и специальных средств, но отсутствия оснований для применения огнестрельного оружия, должны рассматриваться как и отсутствие оснований и для совершения предупредительного выстрела. Случаи, когда такой предупредительный выстрел производится в сторону задерживаемого лица или в его непосредственной близости должны рассматриваться как превышение служебных полномочий и сотрудник их допустивший, должен понести соответствующее наказание.

Если рассмотреть ситуацию, которая, складывается за рубежом, то можно отметить, что в ряде стран понятие предупредительного выстрела как предупреждение о применении силы вообще отсутствует, а в некоторых случаях находится и под прямым или косвенным запретом.

В связи с традициями сложившимися в сложные исторические периоды, которые нашли своё отражение в большинстве инструкций для сотрудников полиции, разработанных департаментами и управлениями США, в части порядка применения огнестрельного оружия, вообще запрещается производить предупредительные выстрелы.

Например, в инструкции, предназначенной для сотрудников федеральной полиции и местных служб правопорядка «шерифов» американского штата Иллинойс указывается, что «предупредительные выстрелы перед применением огнестрельного оружия запрещены при любых обстоятельствах»[4, с. 64]. Данная норма обосновывается тем, что вооружённый правонарушитель, в отношении которого уже принято решение применить оружие, получает преимущество над полицейским, ведь самому правонарушителю такого предупредительного выстрела делать не надо, и тем самым снижается эффективность по его задержанию.

Поэтому правонарушитель должен знать, что при совершении преступления полицейские сразу откроют огонь на поражение, и будет более осторожен в своих действиях и заранее не станет их провоцировать. Однако, такой подход к применению оружия ставит полицейских в довольно жесткие рамки, поскольку сам выстрел может производиться только на поражение, что само по себе ограничивает возможность полиции к предотвращению опасных ситуаций.

Обобщая выше изложенное, можно выработать определенные требования, предъявляемые к производству предупредительного выстрела:

1. сотруднику полиции необходимо ориентироваться на принятие всех возможных мер для отражения нападения или осуществления задержания, а также учитывать большой объём факторов влияющих на принятие правильного решения о производстве предупредительного выстрела;

2. предупреждение правонарушителя задерживаемого сотрудником полиции, с помощью четко определённых команд дает возможность убедиться в серьезности его намерений и свести к минимуму необходимость производства предупредительного выстрела;

3. правонарушителю получая четкие и понятные для него команды, содержащие последовательность действий и информацию о возможных последствиях, проще ориентироваться и исполнять указанные требования;

4. определенность в понимании ситуации в указанных на случаях, когда предупреждение о применении обязательно а в каких случаях применять силу и оружие допускается без предупреждения и предоставляет сотруднику полиции возможность эффективно выполнять свои служебные обязанности и не потерять нередко дорогие для своей и жизни других людей мгновения.

Для того, чтобы максимально сократить случаи неправомерного применения силы и оружия сотрудниками полиции, целесообразно разработать определённый алгоритм действий. Данный алгоритм должен основываться на вышеизложенных требованиях. Отработка таких тактических действий должна проходить в максимально приближенных к реальности условиях. В настоящее время одним из наиболее эффективных и активно разрабатываемых в образовательных организациях МВД России является метод моделирования практических ситуаций служебной деятельности, в ходе которых перед обучающимися ставятся практические задачи по разрешению сложных ситуаций и достижению поставленных перед ними целей. Изучение и отработка, таких ситуаций с предупреждения о применении силы и оружия, а также имитацией предупредительного выстрела, позволит сотруднику полиции выработать необходимые навыки, которые могут пригодиться ему при выполнении своих служебных обязанностей в реальной деятельности и будут способствовать предупреждению наступления негативных последствий в ходе вероятного применения силы и оружия.

Список использованных источников

1. Купавцев Т.С., Морозов В.А., Федулов Б.А. Организация и проведение занятий, связанных с моделированием ситуаций повседневной деятельности подразделений органов внутренних дел с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия: учебное пособие М.: ДГСК МВД России, 2018. 200 с.

2. О полиции: Федеральный закон от 7 февр. 2011 №3-ФЗ: в ред. от 03 июля 2018 г. // Рос. газ. 2011. февр.; Официальный интернет-портал правовой информации. URL: <http://www.pravo.gov.ru>.

3. Каплунов А.И., Милуков С.Ф. Применение и использование боевого ручного стрелкового, служебного и гражданского огнестрельного оружия: Учебное пособие: Лит. Рес., 2015. 480 с.

4. Лупырь В.Г. Особенности профессиональной подготовки кадров полиции зарубежных государств // сборник статей. Барнаул: БЮИ МВД РФ, 2018. С. 63-65.

Костин Александр Валерьевич, доцент кафедры физической подготовки
и прикладных единоборств,
Мясников Юрий Михайлович, старший преподаватель кафедры физической
подготовки и прикладных единоборств,
Санкт-Петербургский университет МВД России,
Россия, 198206, г. Санкт-Петербург, ул. Лётчика Пилютова, 1,
e-mail: bobrovik1966@yandex.ru

НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ К СДАЧЕ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ ПО СТРЕЛЬБЕ ИЗ ПИСТОЛЕТА МАКАРОВА

Аннотация. В статье представлены некоторые аспекты планирования обучения сотрудников полиции стрельбе из 9-мм пистолета Макарова, а так же построения с ними учебно-тренировочного процесса.

Ключевые слова: сотрудник полиции, 9-мм пистолет Макарова, обучение, планирование, учебно-тренировочная нагрузка.

Повышение эффективности обучения сотрудников полиции стрельбе из 9 мм пистолета Макарова должно осуществляться на основе научно обоснованного планирования учебно-тренировочного процесса.

Целью данной работы являлось совершенствование построения учебно-тренировочной нагрузки в годичном цикле обучения путем определения модельных характеристик ее основных показателей.

От того, насколько точно и оперативно определяются отклонения исследуемых показателей от их модельных характеристик, будет зависеть эффективность управления учебно-тренировочным процессом. Величина планируемой нагрузки должна соответствовать уровню физической подготовленности сотрудника полиции и закономерностям адаптации его организма к напряженной мышечной работе. Это требует использования новых методик воздействия на организм сотрудника полиции в рамках учебно-тренировочного процесса с учетом наиболее важных факторов, от которых зависит конечный результат. Поэтому необходимо исследование путей наиболее рационального распределения учебно-тренировочной нагрузки и основных средств и методов подготовки сотрудников полиции к стрельбе из 9 мм пистолета Макарова с целью повышения их служебно-профессиональных результатов [1, с. 161].

Мы предполагаем, что установление взаимосвязи величины тренировочной нагрузки и характера ее распределения в годичном цикле с результатом контрольных стрельб позволит определить модельные характеристики показателей нагрузки на отдельных этапах подготовки.

Рациональное планирование тренировочного процесса в сочетании с контролем за уровнем специальной подготовленности обеспечит целенаправленность управления обучением сотрудников полиции для повышения их результатов в стрельбе из 9 мм пистолета Макарова [2, с. 56].

Главная задача рационального построения учебно-тренировочного процесса достижение сотрудником полиции состояния наивысшей подготовленности и реализация его в своей служебно-профессиональной деятельности. Эта задача может быть решена на основе оптимального построения учебно-тренировочного процесса путем

разработки конкретных вариантов распределения учебно-тренировочной нагрузки в течение года.

Наиболее распространенная методика проведения занятий по огневой подготовке предусматривает строго регламентированное и неукоснительное выполнение команд руководителя стрельбы. Эта методика позволяет контролировать действия стреляющего, исправлять допускаемые им ошибки, следить за соблюдением требований мер безопасности. Ее недостатком следует признать формирование привычки к шаблонным действиям, ограниченным

только условиями выполнения стрелкового упражнения. Метод строго регламентированного упражнения, оправданный на начальном этапе обучения по курсу огневой подготовки, теряет свою эффективность и приводит к

потере инициативы обучающихся, если становится единственным методом, используемым при проведении занятий с выполнением упражнений учебных и контрольных стрельб [3, с. 83].

Предлагаемый нами вариант построения учебно-тренировочной нагрузки отличается от существующего в практике характером распределения объема и интенсивности учебно-тренировочной нагрузки и рассчитан на успешное освоение техникой стрельбы из 9 мм пистолета Макарова в течение 9-10 месяцев годового цикла [4, с. 105]. Для успешной подготовки к сдаче контрольных нормативов согласно квалификационных требований (июнь, июль) мы рекомендуем годичный цикл тренировки разделить на периоды:

1-подготовительный;

2-зачетный.

В каждом из них мы условно выделяем по три этапа:

– в **подготовительном**: втягивающий (ноябрь), базовый (декабрь, январь), совершенствующий (февраль, март, апрель).

– в **зачетном**: промежуточный (май), контрольный (июнь, июль) и поддерживающий этап (август, сентябрь).

Переходным периодом на наш взгляд следует считать октябрь [5, с. 20].

Список использованных источников

1. Бобровик А.П., Любаков А.А. Методические особенности обучения сотрудников полиции стрельбе из боевого огнестрельного оружия, существенно влияющие на результативность стрельбы // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. 2017. № 1 (73). С. 161-165.

2. Кривобоков А.Д., Никулин Л.В., Бобровик А.П. Обучение технике скоростной стрельбы из 9-мм пистолета Макарова начинающих сотрудников полиции // Методы и механизмы реализации компетентного подхода в психологии и педагогике : сборник статей Международной научно-практической конференции. Саратов, 2017. С. 56-58.

3. Бобровик А.П., Л.В. Никулин Методические рекомендации, существенно влияющие на повышение уровня стрелковой подготовленности сотрудников полиции // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2019. № 1 (55). С. 83-87.

4. Бобровик А.П. Некоторые особенности прицеливания при стрельбе из боевого штатного оружия // Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности: современные направления и образовательные технологии : сборник материалов IV Международной научно-практической конференции. Хабаровск, 2016. С. 105-107.

5. Бобровик А.П., Ошев А.А. Методические основы самосовершенствования физических качеств и навыков у сотрудников силовых ведомств // Физическая культура в профессиональном образовании учащихся высшей школы : сборник материалов II Всероссийской научно-практической конференции. под общ. ред. С.Н. Кашина, А.В. Шульженко. Ставрополь: СФ Кр УМВД России, 2015. С. 20-24.

6. Струганов С.М., Украинский С.В., Баркалов С.Н. Некоторые особенности методики подготовки сотрудников органов внутренних дел к ведению огня в условиях, ограничивающих прицеливание // Вестник краснодарского университета МВД России. 2019. № 1 (43). С. 96-100.

УДК 796

Косяченко Владимир Иванович, кандидат педагогических наук, доцент,
профессор кафедры тактико-специальной подготовки,
Пахомов Михаил Евгеньевич, старший преподаватель кафедры тактико-специальной
подготовки,
Волгоградская академия МВД России,
Россия, 400087, г. Волгоград, ул. Историческая, 130,
e-mail: mvdtspkv@mail.ru

ВОПРОСЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ СЛУЖЕБНО-БОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЕЙ К ДЕЙСТВИЯМ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ

Аннотация. Одной из составляющих в подготовке слушателей к профессиональной деятельности является индивидуальная служебно-боевая подготовка, объединяющая в единое целое физическую, огневую и тактико-специальную подготовку. В данном случае речь идет о личной функциональной и двигательной готовности сотрудников ОВД к действиям при чрезвычайных обстоятельствах, а также и формировании у них устойчивых навыков в использовании табельного огнестрельного оружия и специальных средств для обеспечения законности и правопорядка в жизни общества.

Ключевые слова: служебно-боевая подготовка, тактико-специальная подготовка, физическая подготовка, комплексное занятие, комплексный экзамен.

Профессорско-преподавательским составом Волгоградской академии МВД России в течение нескольких последних лет ведется поиск, в основе которого лежит совершенствование учебного процесса в области физической, огневой и тактико-специальной подготовки путем организации комплексных занятий, объединяющих одновременное изучение отдельных тем по выше указанным дисциплинам.

Итогом этой совместной межкафедральной работы может служить этап проверки служебно-боевой подготовленности обучаемых. Эта проверка в нашем вузе представлена в форме комплексного экзамена на выпускном курсе, который имеет следующие экспериментально обоснованное содержание.

Основными задачами комплексного экзамена по индивидуальной служебно-боевой подготовке являются:

1. Воспитание здоровых, физически развитых специалистов, владеющих необходимым объемом специальных знаний, прикладных навыков, физических и психических качеств, позволяющих им успешно выполнять оперативные и служебно боевые задачи.

2. Определение уровня индивидуальной готовности выпускников академии к выполнению профессионально-прикладных действий в условиях, максимально приближенных к реальным.

3. Оценка демонстрации умений и навыков во владении табельным огнестрельным оружием, знаниями его материальной части, на фоне выполненной физической нагрузки (после преодоления специализированной полосы препятствий).

4. Проверка наличия у будущих сотрудников ОВД профессионально важных морально-волевых качеств для ведения рукопашного поединка с преступниками.

5. Определение качества знаний в организации тактических приемов и способов служебно-боевых действий нарядов, групп и подразделений в кризисных ситуациях.

Содержание комплексного экзамена и последовательность прохождения его этапов:

- преодоление специализированной полосы препятствий;
- выполнение боевых приемов борьбы;
- стрельба из ПМ по условиям упражнения №2;
- тестирование по знанию материальной части оружия;
- ведение рукопашного боя в «жестком контакте»;
- решение заданий по специальной тактике.

Раздел комплексного экзамена по физической подготовке содержит экспериментально обоснованный набор действий как для мужчин, так и для женщин.

Содержание экзамена по физической подготовке для мужчин: старт из положения в упоре лежа (с включением секундомера);- преодоление рва (ширина 3 м.); преодоление разрушенного моста; преодоление ползком препятствия из колючей проволоки (длина 5 м.); преодоление забора (высота 2 м.); преодоление разрушенной лестницы; подъем по шесту (высота 4 м.) и спуск по наклонной лестнице в висе на руках; преодоление лабиринта (длина 10 м.); выполнение боевых приемов по теме: «Защита от угрозы огнестрельным оружием в упор» - по заданию преподавателя; ускоренное передвижение по местности (600 м.); выполнение боевых приемов по теме: «Защита от ударов ножом» - по заданию преподавателя; выполнение 2 упражнения из ПМ (в стрелковом тире); бег в спортивный зал (100 м.); финиш - выключение секундомера; ведение рукопашного боя в «жестком» контакте (2 мин.); сдача экзамена по специальной тактике.

Все упражнения выполняются в бронежилете, а для ведения рукопашного боя надеваются дополнительно перчатки боксерские и шлем-маски.

Содержание экзамена по физической подготовке для женщин: старт из положения в упоре лежа; преодоление рва (ширина 3 м.); преодоление разрушенного моста; преодоление ползком препятствия из колючей проволоки (длина 5 м.); преодоление забора (высота 1 м.); преодоление лабиринта (длина 10 м.); выполнение боевых приемов по теме: «Освобождение от захватов и обхватов» - по заданию преподавателя; ускоренное передвижение по местности (600 м.); выполнение боевых приемов по теме: «Защита от ударов ножом» - по заданию преподавателя; выполнение 2 упражнения из ПМ (в стрелковом тире); бег в спортивный зал (100 м.); финиш - выключение

секундомера; выполнение бросков партнера в течение 30 сек.; сдача экзамена по специальной тактике.

Все упражнения выполняются в бронежилете.

Оценка выполнения упражнений по физической подготовке:

1. Время преодоления расстояния от старта до финиша.
2. Оценка за ведение рукопашного боя (у мужчин) и выполнение бросков партнера (у женщин).

Раздел комплексного экзамена по огневой подготовке.

По прибытию в тир, экзаменуемый:

- на исходном рубеже представляется руководителю стрельб (преподавателю-экзаменатору);
- одевает снаряжение (кобуру с пистолетом, магазин снаряженный четырьмя патронами вставлен в основание рукоятки);
- самостоятельно выдвигается на огневой рубеж (20 м. до мишени);
- извлекает пистолет из кобуры, снимает с предохранителя, досылает патрон в патронник и производит 4 выстрела по мишени № 6 (ростовая фигура);
- закончив стрельбу;
- оставляет ПМ и снаряжение на огневом рубеже; возвращается на исходный рубеж и приступает к выполнению приемов неполной разборки и сборки ПМ;
- после экзамена по огневой подготовке направляется бегом в спортивный зал (для ведения рукопашного поединка).

Общая оценка по разделу огневой подготовленности определяется на основании результатов стрельбы и приемов разборки и сборки ПМ.

Раздел комплексного экзамена по специальной тактике.

После выполнения задания по физической и огневой подготовке, курсанты прибывают к месту, отведенному (в спортивном зале для сдачи данного раздела комплексного экзамена). Получив у преподавателя-экзаменатора билет готовиться к ответу, который он должен доложить через 10 минут. В содержании экзаменационного билета включены 3 вопроса (например):

1. Организация и проведение специальной операции по розыску преступников в блокированном районе (на представленном экзаменатором графическом решении или схеме изучить ход проведения операции).
2. Заполнить таблицу (бланк представляется экзаменатором) по расчету сил и средств для проведения данной операции.
3. Доложить экзаменатору устно свой приказ (решение) на проведение специальной операции по розыску преступников в блокированном районе (на основании изученной схемы или графического решения и заполненной курсантом таблицы расчета сил и средств).

Как видно, из представленного выше, в первом вопросе экзаменационного билета проверяются умения курсанта «читать» и анализировать содержание графических решений (схем) проведения специальных операций ОВД. Правильность выполнения расчета сил и средств для проведения конкретной операции определяется вторым вопросом. Третий вопрос оценивает готовность выпускника осуществлять управленческие действия при чрезвычайных обстоятельствах, т.е. принятие решения на проведение специальной операции и доведение его до подчиненных.

Общая оценка комплексного экзамена по индивидуальной служебно-боевой подготовке складывается из оценок, полученных по трем его разделам: физической, боевой и тактико-специальной подготовки.

Организация и проведение комплексного экзамена осуществляется комиссией в составе пяти человек: раздел физической подготовки – два преподавателя, раздел огневой подготовки – два преподавателя, раздел тактико-специальной подготовки – один преподаватель.

Сдача курсантами экзамена осуществляется парами для создания соревновательного эффекта и последующего выполнения боевых приемов борьбы и ведения рукопашного поединка.

Список использованных источников

1. Косяченко В.И., Овчинников В.В. Практическая направленность обучения тактико-специальной подготовке курсантов и слушателей в Волгоградской академии МВД России // Вестник Волгоградской академии МВД России. 2013. № 2 (25).
2. Косяченко В.И., Медведев А.И., Медведев И.М., Садков А.Н. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел: Монография. Волгоград: ВА МВД России, 2012.
3. Непомнящий С.В., Косяченко В.И. Вопросы организации практических занятий по служебно-боевой подготовке на учебных полигонах ЗУБ ВА МВД России // Деятельность сотрудников органов внутренних дел при чрезвычайных обстоятельствах : Материалы Всероссийской межвузовской научно-практической конференции. 2012.
4. Косяченко В.И. Формирование физической готовности курсантов учебных заведений МВД России к выполнению служебно-боевых задач. Волгоград: ВА МВД России, 2002.
5. Косяченко В.И. Методика применения сбивающих факторов в профессионально-прикладной физической подготовке курсантов учебных заведений МВД России: автореф. дисс. ... канд. педагогич. наук. Волгоград: Волгоградская государственная академия физической культуры, 2000.
6. Овчинников В.А., Галкин В.Н., Крючков В.В. Межпредметные связи дисциплин служебно-боевого профиля // Вестник Волгоградской Академии МВД России. 2014. № 3 (30).
7. Струганов С.М., Украинский С.В., Баркалов С.Н. Некоторые особенности методики подготовки сотрудников органов внутренних дел к ведению огня в условиях, ограничивающих прицеливание // Вестник краснодарского университета МВД России. 2019. № 1 (43). С. 96-100.

Лагутин Андрей Геннадьевич, старший преподаватель кафедры огневой подготовки,
Беляков Александр Александрович, старший преподаватель кафедры огневой
подготовки,

Новосибирский военный институт им. генерала армии И.К. Яковлева
войск национальной гвардии Российской Федерации,
Россия, 630114, г. Новосибирск, ул. Ключ-Камышенское плато, 6/2,
e-mail: lggandrey@gmail.com

ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ КУРСАНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ТАКТИКО-ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ

Аннотация. В статье приведены результаты проведенного исследования по поиску особенностей обучения курсантов тактико-огневой подготовке. Процесс обучения курсантов в военном институте, в настоящее время, характеризуется возрастанием объема и сложности получаемых профессиональных знаний. Изучение учебной дисциплины «Тактико-огневая подготовка» способствует формированию необходимых компетенций, позволяющих на высоком уровне подготовить офицера войск национальной гвардии Российской Федерации.

Ключевые слова: обучение курсантов тактико-огневой подготовке, применение технических средств в обучении, совершенствование методики проведения занятий.

Происходящие социальные изменения в нашей стране и в мире в целом, несут необходимость своевременной реакции системы образования и ее интеграции под новые вызовы общества. Произошли и масштабные изменения в структуре внутренних войск, как следствие преобразование их в войска национальной гвардии. В свою очередь это привело к значительному увеличению штатной численности и возрастанию объема по сложности и разнообразию задач возлагаемых на войска. Потребовалось большее количество командиров которые были бы подготовлены к выполнению этих задач в таком многогранном коллективе. При этом подготовка офицерских кадров для войск возлагается на военные образовательные организации и именно им предстоит обеспечить войска высококвалифицированными специалистами готовыми к руководству подразделениями в мирное и военное время [4].

Существенное значение в достижении этих задач относится к обучению курсантов тактико-огневой подготовке. Тактико-огневая подготовка является одной из ведущих дисциплин, изучаемых в военных организациях высшего образования и важнейшей составной частью боевой подготовки военнослужащих (сотрудников) войск национальной гвардии. [2]. Офицер по выпуску должен обладать такими знаниями, умениями и навыками которые не только бы позволяли ему выполнять свои должностные обязанности, но и обеспечивали дальнейший рост и развитие. Чтобы обеспечивать такой уровень подготовки система образования должна всегда находиться в тесной связи с деятельностью войск и способной к интеграции с достижениями как военной науки так и общества в целом [3].

С целью определения эффективности и изыскания новых подходов в обучении курсантов военного института на кафедре огневой подготовки было проведено исследование по дисциплине "Тактико-огневая подготовка". В ходе исследования проведен анализ мнений различных категорий как военнослужащих так и гражданского персонала, выявлено мнение курсантов изучающих дисциплину и преподавателей прово-

дящих занятия по "Тактико-огневой подготовке".

В ходе глубокого анализа полученных данных планировалось выявить особенную грань, которая в процессе плановых занятий в конечном итоге имела бы более высокий результат в освоении дисциплины. В данной статье приведены выводы из опроса как педагогических работников занимающихся обучением курсантов по дисциплине "Тактико-огневая подготовка", так и курсантов которые проходят обучение на 2 и 3 курсах.

В процессе нашего исследования всего приняли участие 199 человек, из них было 27 преподавателей и 172 курсанта. При этом преподаватели имели различный опыт педагогической деятельности, так более опытная группа имеющая стаж в обучении по данной дисциплине от 15 и более лет – 4 человека, следующая группа это педагогические работники со стажем от 10 до 15 лет – 5 человек, еще одна группа которая имеет меньший стаж педагогической деятельности от 5 до 10 лет – 11 человек и группа педагогических работников, которые имеют опыт преподавания менее 5 лет – 7 человек. Проведенный анализ полученных ответов показывает, что большая часть преподавательского состава считают необходимостью внедрения коренных изменений в программу обучения по "Тактико-огневая подготовка". Особенно это касается применения оружия на короткие расстояния, что связано прежде всего с необходимостью маневра огнем и проведения огневого контакта в сокращенные сроки. В целом преподаватели удовлетворены уровнем организации занятий по тактико-огневой подготовке, но при этом отмечается на необходимость внесения изменений в организацию занятий. Индивидуальные беседы выявляют ряд существенных упущений в организации тактико-огневой подготовки, это связано прежде всего с оснащением современной экипировки стрелков, что в свою очередь имеет огромное значение при проведении различных манипуляций с оружием [4].

В своих ответах преподаватели высоко оценивают значимость конкретных примеров применения современного оружия в вооруженных конфликтах происходящих в последнее время. Особенно актуальны к рассмотрению и детальному разбору события которые проходят на Ближнем Востоке в Сирийской Арабской Республике. Много информации находится в свободном доступе (телевидение, интернет), однако не весь материал может быть применен в процессе обучения из за его поверхностного изложения. В обучении курсантов необходимо опираться только на достоверную и проверенную информацию.

На вопрос о содержании тактико-огневой подготовки и эффективности применения технических средств обучения в процессе этой подготовки. Ответ был вполне ожидаемыми и мнения разделились почти поровну, 44 % преподавателей посчитали наиболее важным знание теории и материальной части оружия, 53 считают, что курсантам для эффективной стрельбы нужно овладеть практическими навыками в стрельбе. Однозначный положительный ответ был получен на применение стрелковых тренажеров для подготовки курсантов как на начальном этапе так и в ходе плановых стрелковых тренировках для повышения эффективности занятий и формирования устойчивых навыков в стрельбе. Кроме того, в ходе индивидуальных собеседований преподаватели отметили положительные изменения в оснащении современными стрелковыми тренажерами. В данный момент проходит эксперимент по возможностям в применении боевого лазерного интерактивного комплекса «БЛИК-ВТ» в процессе обучения скоростной стрельбе как курсантов так и других категорий военнослужащих [1]. В ходе анкетирования были выявлены трудности, с которыми сталкиваются преподаватели, в основном это недостаточное материальное обеспечение,

но и много вопросов к часто меняемым нормативным документам регламентирующих образовательную деятельность.

Опрос курсантов проходил в конце четного семестра обучения на 2 и 3 курсах, всего было вовлечено 172 курсанта, при этом опрос проводился по заранее подготовленным анкетам, но также проводились как групповые так и индивидуальные собеседования с курсантами по интересующим нас вопросам. В ходе анкетирования курсанты проявили большую заинтересованность в проводимом исследовании, что нашло свое отражение в детальных и содержательных ответах. Такое желание у обучаемых внести свой вклад в совершенствование обучения по данной дисциплине, подтверждает цель и значимость нашего исследования. Курсанты однозначно ответили о положительной заинтересованности в освоении тактико-огневой подготовки. Это говорит о правильно выбранном подходе в обучении, ведь большинство занятий носят практический характер, отрабатываемые действия с оружием имеют направленность на практическое выполнение служебно-боевых задач войсками национальной гвардии. Высокий процент (68%) опрошенных курсантов считают тактико-огневую подготовку важной и даже решающей для профессионального становления будущего офицера, что является значимой мотивацией в освоении дисциплины. Отмечен положительный уровень удовлетворенности (более 87%) курсантов организацией огневой подготовки в институте, что является заслугой педагогических работников. Выявлены слабые стороны, у обучаемых низкая заинтересованность в изучении теоретических вопросов, сложными являются вопросы по проверке боя оружия и приведения его к нормальному бою. Связано это как оказалось с недопониманием важности, а порой и жизненной необходимости соблюдения комплекса мер по подготовке оружия к боевому применению. Курсанты проявили озабоченность уровнем соответствия материальных средств по изучаемым темам (недостаточное количество образцов специального оружия), были высказаны предложения по необходимости проведения занятий в комплексе с взаимодействующими силовыми структурами. Эти вопросы были рассмотрены отдельно с педагогическими работниками и выработан механизм по их реализации с целью совершенствования процесса обучения по данной дисциплине. Также выявлен неравномерный интерес к теоретическим вопросам и преуменьшение значимости правил стрельбы, интерес проявляется больше к устройству оружия. Выявлено непонимание эффективности и целесообразности применения стрелковых тренажеров, интерес и положительный эффект в этой практике возрастает после более активного использования и наглядности в положительной динамике стрельбы. Следует отметить, что подавляющее большинство курсантов знакомы с тренажером БЛИК-ВТ и отмечают его практическую необходимость применения в ходе стрелковой тренировки. Курсанты, которые использовали тренажер перед стрельбой, оценивают его значимость в собственной огневой подготовленности наиболее высокими результатами стрельбы.

Таким образом, сопоставление мнений преподавателей и курсантов по некоторым вопросам тактико-огневой подготовки позволило выявить множество существенных разногласий в процессе обучения по дисциплине. Выявленные различия в значимости теоретического материала, требует дополнительного разъяснения со стороны преподавателей у обучающихся. Следует отметить и уровень удовлетворенности организацией тактико-огневой подготовки в институте, курсанты и офицеры осознают важность и значимость дисциплины, как в стенах военного института, так и в процессе выполнения служебно-боевых задач в войсках.

В нашем исследовании было важно сравнить мнения курсантов и преподавателей,

выявить особенности и разногласия, что бы в дальнейшем учитывать наши результаты в совершенствовании проведения занятий по тактико-огневой подготовке. По результатам исследования были выработаны практические рекомендации для преподавателей и командиров подразделений по совершенствованию обучения тактико-огневой подготовке курсантов.

Список использованных источников

1. Беляков А.А. Методика обучения скоростной стрельбе из пистолета с использованием технических тренировок // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : Сборник материалов XVIII Международной научно-практической конференции (16-17 июня 2016 г.). Иркутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2016. С. 15.
2. Дорошенко Е.В., Лагутин А.Г. Повышение эффективности занятий по огневой подготовке с использованием учебных стрелковых приборов // Сборник научных статей VIII Межвузовской научно-практической конференции с международным участием. 2017. С. 46-50.
4. Лагутин А.Г., Дорошенко Е.В. Практическое применение лазерных стрелковых тренажеров при обучении стрельбе // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : Сборник материалов XIX международной научно-практической конференции. В 2-х томах. Иркутск, 2017. С. 291-295.
5. Титов А.В., Лагутин А.Г. Применение современных технологий на занятиях по огневой подготовке // Сборник научных трудов; Под общ. ред. В.Ф. Купавского. Пермь, 2017. С. 170-174.
6. Струганов С.М., Украинский С.В., Баркалов С.Н. Некоторые особенности методики подготовки сотрудников органов внутренних дел к ведению огня в условиях, ограничивающих прицеливание // Вестник краснодарского университета МВД России. 2019. № 1 (43). С. 96-100.

Литвин Дмитрий Владимирович, кандидат педагогических наук, доцент,
заместитель начальника кафедры организации огневой и физической подготовки,
Академия управления МВД России,
Россия, 125993, г. Москва, ул. Зои и Александра Космодемьянских, 8,
e-mail: d_litvin@mail.ru

ЛИЧНОСТНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ГОТОВНОСТИ СОТРУДНИКА К ДЕЙСТВИЯМ, НАПРАВЛЕННЫМ НА РЕАЛИЗАЦИЮ СИЛОВЫХ ПОЛИЦЕЙСКИХ ФУНКЦИЙ

Аннотация. В статье осуществляется анализ феномена готовности сотрудника органов внутренних дел к действиям в условиях, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия. Предлагается рассматривать личностные характеристики сотрудника как фундамент, который делает возможным принятие решения и его реализацию при применении мер принуждения.

Ключевые слова: личность, профессионально-личностные качества, специальная профессиональная подготовка, компетентность в области применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.

Готовность сотрудника органов внутренних дел к действиям в экстремальных ситуациях служебной деятельности, в том числе связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия является целью и желаемым результатом педагогического процесса, осуществляемого в рамках профессиональной подготовки. Данный результат достигается путем формирования специальных навыков и психических свойств, лежащих в основе способности сотрудника правомерно, эффективно и безопасно действовать в соответствующих условиях. Специалисты указывают на сложный состав структуры профессиональной готовности, который включает профессиональную направленность личности (мотивационно-ценностное отношение) и профессиональную подготовленность (уровень развития профессионально важных знаний, умений, навыков) [1]. Такой подход к структуре готовности соответствует компетентностному пониманию образовательного результата, взятому как одна из задач развития отечественного образования, направленному на повышение конкурентоспособности, практической востребованности и актуальности профессиональных способностей выпускников образовательных организаций. Вместе с тем, все большую проблему обретает процесс неизбежного проникновения компетентностного подхода в область, которая изначально была практикоориентирована – профессиональное обучение и профессиональная подготовка.

Проблемы реализации компетентностного подхода в огневой, тактико-специальной, физической подготовке вызывают обоснованный вопрос: какова необходимость таких реформ в изначально практических и прикладных специальных дисциплинах? Одним из основных преимуществ компетентностного подхода – наличие в результатах обучения личностной составляющей – компетенций, выраженных в способностях. Тогда как в знаниевой системе личностный компонент сопровождал процессные взаимоотношения педагога и обучающегося, но не являлся априорной характеристикой результатов образования. Таким образом, результат обучения и подготовки наделяется ценностной составляющей – личностным отношением, поскольку компетенция – личностное качество. Это положение весьма ценно для понимания неполноценности выхолащенной позиции в преподавании специальных профессиональных

дисциплин, в процессе ускоренного приобретения знаний, умений и навыков для выполнения трудовых или служебных функций.

Содержательная часть профессиональной готовности к действиям в условиях, связанных с применением мер непосредственного принуждения (стрелковая, физическая, тактико-специальная, правовая, психологическая готовность) и мотивационно-потребностная сфера (специальные психические свойства), обеспечивающие деятельность сотрудников полиции в экстремальных ситуациях, должны рассматриваться в органическом единстве. Такая методологическая платформа позволит раскрыть обеспечивающие механизмы поведения сотрудника, не обособляя личностные характеристики профессиональным компетенциям, не игнорируя их, а в их взаимном содействии, в системной динамике, в неизбежной внутренней борьбе предписаний и индивидуальных потребностей.

Реализуя своё предназначение, защищая жизнь, здоровье, права и свободу граждан, противодействуя преступности, охраняя общественный порядок и обеспечивая общественную безопасность, представители федерального органа исполнительной власти в сфере внутренних дел, имеют право на применение мер государственного принуждения, в том числе, на применение физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия [2]. Эффективность, интенсивность и оправданность применения специальных силовых полицейских функций отражают сущность политического режима государства – взаимные отношения власти и общества, уровень политической свободы и характер политической жизни в стране, состоятельность обеспечить основные конституционные права граждан, что подразумевает огромную ответственность сотрудника органов внутренних дел за свои действия как представителя государства.

В практике применения крайней меры административного принуждения – огнестрельного оружия – зачастую, именно естественно-организменная витальная составляющая личности сотрудника инициирует защитные действия с помощью оружия, направленные на самосохранение. Неслучайно, самой значительной долей (более половины) всех случаев применения оружия является производство выстрела в ситуациях отражения реальной и действующей угрозы жизни и здоровью сотрудника. При всех ограничениях в применении мер принуждения и опасении последующих потенциальных санкций, вероятность которых неизменно фиксируется сотрудником в сознании, эти процессы торможения преодолеваются возбуждением иного источника. Доминантой в мотивации адаптивной деятельности сотрудника в ситуациях реальной угрозы являются базовые витальные потребности [6, с. 161].

В этой закономерности именно личностные характеристики сотрудника должны выступать тем фундаментом, который делает возможным принятие решения и его реализацию при применении мер принуждения, и чем более радикальными они являются, тем более высоким должен быть уровень развития личности, берущей на себя указанную выше ответственность. Более того, анализ происшествий с применением огнестрельного оружия сотрудниками показывает, что эффективность осознанной деятельности сотрудника органов внутренних дел по защите общечеловеческих ценностей и конституционных прав человека, которая осуществляется в объективных условиях риска для жизни самого сотрудника, определяется, в числе прочих факторов, уровнем развития его личности.

В постижении педагогической и психологической специфики феномена применения сотрудниками физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия чрезвычайно важно понимание не только обусловленности специальной готовности сотрудников социальным заказом, но и осознание социальной детерминированности, контроля, а соответственно и регуляции применения результатов обученности и профессиональной подготовленности сотрудников в практической правопримени-

тельной деятельности. Вторжение в конституционные права человека – свободу, жизнь и здоровье осуществляется не только под контролем надзорных органов в сфере соблюдения Конституции Российской Федерации и законности деятельности органов внутренних дел, но и под пристальным вниманием общественности и правозащитных организаций. «Одним из положений дальнейшего реформирования органов внутренних дел Российской Федерации является открытость и доверие полиции с целью укрепления взаимодействия МВД России с гражданским обществом» [3]. Дорожной картой дальнейшего реформирования органов внутренних дел Российской Федерации предусмотрено создание Концепции взаимодействия МВД России с институтами гражданского общества, предполагается ввести в практику включение в состав комиссий по проверке жалоб на сотрудников органов внутренних дел членов общественных советов. Несмотря на то, что по результатам осуществляющейся реформы «говорить об установлении взаимно ответственных партнёрских отношений между государством и гражданским обществом пока явно преждевременно» [4], подразумеваемая ситуация с общественными советами в системе МВД России, курс на общественный контроль за деятельностью полиции очевиден.

Составляющие готовности находятся в определенном иерархичном соподчинении и именно личностные составляющие (переплетение правосознания и нравственности, долга) и базовых потребностей – определяют актуальные для сотрудника в данный момент действия. И если эти действия не соответствуют ожидаемым, при наличии необходимого уровня специального профессионального обучения и подготовки, следует обратить внимание на общую культуру личности и ее производную – профессиональную культуру. Здесь уместно вспомнить слова Л.С. Выготского: личность – есть понятие социальное, она охватывает надприродное, историческое в человеке. Она не врождена, но возникает в результате культурного развития. Она охватывает единство поведения. В этом смысле коррелятом личности будет отношение примитивных и высших реакций [5, с. 315]. Это высказывание классика как нельзя лучше характеризует проблему феномена готовности сотрудника к применению мер непосредственного принуждения.

Список использованных источников

1. Сластенин В.А., Исаев И.Ф., Шиянов Е.Н. Педагогика. М., 2002. 576 с.
2. Федеральный закон «О полиции» от 07 февраля 2011 № 3-ФЗ (в действующей редакции) // СПС «Консультант плюс». – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>.
3. Дорожная карта дальнейшего реформирования органов внутренних дел Российской Федерации. Общественная палата Российской Федерации URL: <https://www.oprf.ru/discussions/1389/newsitem/19096> (дата обращения: 16.04.2019).
4. Гришковец А.А. Правовые и организационные проблемы работы общественного совета при МВД России // Сетевое издание «Полицейская и следственная деятельность». URL: http://e-notabene.ru/pm/article_14251.html (дата обращения: 16.06.2019).
5. Выготский Л.С. Проблемы развития психики : Собрание сочинений в 6 т., Т. 3. М., 1983.
6. Гричанов А.С. Условия профессиональной защищенности как основа служебно-профессиональной безопасности сотрудников органов внутренних дел / А.С. Гричанов // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2016. № 2 (31). С. 160-162.

Литвиненко Александр Григорьевич, доцент кафедры огневой подготовки,
Колиненко Александр Дмитриевич, старший преподаватель кафедры
огневой подготовки,
Дальневосточный юридический институт МВД России,
Россия, 680020, г. Хабаровск, пер. Казарменный, 15,
e-mail: shooterdvmvd@mail.ru

ПРИЕМЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ, ДЛЯ СТАБИЛИЗАЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Аннотация. В процессе обучения огневой подготовке сотрудник сталкивается с рядом психологических трудностей, которые оказывают огромное влияние на качество освоения двигательных навыков, что, в свою очередь, сказывается на общей готовности сотрудника к применению огнестрельного оружия. Используя приемы саморегуляции, можно добиться стабильного психологического состояния, при котором создаются благоприятные условия для производства выстрела.

Ключевые слова: аутоидеомоторное представление, самоуспокоенность, стартовая лихорадка, стартовая апатия, саморегуляция.

Во время производства выстрела стрелок может испытывает психологическую нагрузку, напрямую связанную с этим действием. На фоне таких нагрузок на занятиях по огневой подготовке у сотрудника начинают развиваться и закрепляться ряд ошибок в технике производства выстрела, что негативно отражается на конечном результате качественного обучения сотрудника. В основе таких ошибок лежит плохое или недостаточное развитие психологических качеств, необходимых для данного вида деятельности. Стоит учитывать, что техника производства выстрела – это не только физическая и статическая работа, направленная на удержание оружия и нажим на хвост спускового крючка, но в равной степени и психологическая. При неправильной или недостаточной психологической подготовке резко изменяются качество ощущения и восприятия, внимание, мышление, быстрота реакции, двигательная память, воображение, волевые процессы, специфические для результативной стрельбы.

Психологические качества можно и нужно воспитывать путем преодоления трудностей и накопление опыта такого преодоления для дальнейшего его применения на практике. Достаточно результативными приемами являются различные методы регуляции психологического состояния, которые носят вспомогательный характер.

Русский ученый-физиолог Иван Петрович Павлов и его ученики в своих многочисленных работах доказательно обосновали, что функционирование всех внутренних органов человека напрямую зависят от состояния деятельности коры головного мозга. Исходящими из нее импульсами орган, находящийся в состоянии покоя, может быть пущен в ход, или его текущая деятельность может быть изменена – усилена или заторможена до полного прекращения. Общеизвестно, что при некоторых условиях словесным воздействием можно вызвать у человека сильнейшую эмоциональную реакцию.

Правильное и грамотное применении системы психологических воздействий в процессе преодоления негативных воздействий на человека, является залогом в формировании устойчивой здоровой психики способной противостоять разного рода психологического давления.

В практике принято называть эту систему воздействий моральной и специальной психической подготовкой.

Задачей моральной и специальной подготовки сотрудника на занятиях по огневой подготовке является умение создать у сотрудника психическое состояние, благоприятствующее для развития правильного двигательного действия, которое, в свою очередь, ложится в основу модели техники производства выстрела и способствует дальнейшему совершенствованию.

Когда сотрудник в процессе обучения не применяет или недостаточно правильно пользуется приемами саморегуляции, то степень влияния и проявления ошибок, возникающих при психологической нагрузке, возрастает в разы и проявляются в ожидании выстрела, в боязни произвести плохой выстрел, в несогласованности действий в прицеливании и нажиге на хвост спускового крючка, в сбое дыхания и т.д.

В полнее закономерно что на начальном этапе обучения большая работа лежит на преподавателе, проводящем занятия, который обязан создать для понимания обучающимся общую модель применения способов преодоления психологических препятствий, возникающих при стрельбе из боевого оружия и обеспечить возможность совершенствования путем применения приемов моральной и специальной психической подготовки. В дальнейшем обучающийся самостоятельно должен применять приемы регуляции эмоционального состояния для преодоления психологических препятствий. Эти приемы условно можно разделить на 2 группы:

1) методы, способствующие снижению уровня возбуждения, к которым относятся:

- словесное воздействие (переключение мыслей на образы и явления);

- методы, связанные с использованием движений, поз и внешних воздействий, снижающих уровень возбуждения (произвольная регуляция дыхания, контроль над мимикой, выражением лица, моторикой и другими внешними проявлениями возбужденного состояния);

2) методы, способствующие повышению уровня возбуждения:

- аутоидеомоторное представление о выполнении отдельных технических элементов и выстрела в целом;

- использование движений, поз и внешних воздействий для повышения уровня возбуждения;

- произвольная регуляция дыхания с кратковременной гипервентиляцией.

Все вышеперечисленные методы могут носить как аутогенный (самостоятельный), так и гетерогенный (тренерский) характер воздействий и помогут решить широкий круг практических задач подготовки сотрудника, включающий:

- повышение осознания и четкости представлений осваиваемых действий;

- более яркое восприятие мысленных процессов, протекающих обычно на неосознаваемом уровне;

- произвольное сохранение внимания на отстающих элементах выполнения выстрела, которые обычно вытесняются из сознания более ответственными участками работы;

- тренировку устойчивости внимания, сосредоточенного на процессах деятельности.

Приемы регуляции и саморегуляции эмоционального состояния целесообразно использовать на занятиях по огневой подготовке в случаях проявления у обучающихся неблагоприятных состояний, таких как стартовая лихорадка, стартовая апатия, самоуспокоенность.

Стартовая лихорадка – это состояние, которое характеризуется сильным волнением, неустойчивостью эмоций, их быстрой сменой, ослаблением внимания, несобранностью, рассеянностью.

Внешние признаки (проявления): лицо напряжено, болтливость, румянец на щеках, напряжение в действиях, шевеление губ, забывчивость.

Внутренние признаки: неустойчивое дыхание, повышение процессов возбуждения и снижение процессов торможения, суетливость, лишние движения, резкость движений, увеличение тремора отдельных мышц, повышение артериального давления и частоты сердечных сокращений.

Стартовая апатия – это состояние, характеризующееся пониженной возбудимостью, заторможенностью психических процессов, а также отсутствием желания выполнять действие.

Внешние признаки: безразличие, отсутствие желания выполнять упражнение, неуверенность, сонливость, вялость, рассеянность.

Внутренние признаки: резкое снижение внимания, ухудшение координации движений, снижение быстроты двигательной реакции.

Самоуспокоенность характеризуется отсутствием необходимой для успеха собранности и мобилизационной готовности, пониженной интенсивностью внимания.

Внешние признаки: излишняя уверенность, пренебрежение к товарищам, излишняя веселость.

Внутренние признаки: отсутствие мобилизации, все процессы заторможены.

При умелом использовании перечисленных выше методов как гетерогенным, так и аутогенным воздействием формируется психическое состояние, называемое психической готовностью. Психическая готовность характеризуется следующими признаками:

1. Уверенность в своих силах.
2. Стремление до конца бороться за достижение цели.
3. Оптимальный уровень эмоционального возбуждения.
4. Высокая помехоустойчивость.
5. Способность произвольно управлять своими действиями, чувствами, поведением.

Проблема преодоления сотрудниками психологических трудностей на сегодняшний день стоит особо остро, поэтому формированию психической готовности сотрудника к предстоящей деятельности следует уделять внимание, как в подготовительной, так и в основной части занятия.

Список использованных источников

1. Вяткин Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях / Б.А. Вяткин. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 112 с.
2. Вайнштейн Л.М. Оружие – пистолет / Л.М. Вайнштейн. – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 206 с.
3. Юрьев А.А. Пулевая спортивная стрельба // А.А. Юрьев. – Изд. 3-е, перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 1973. – 432 с.
4. Струганов С.М., Украинский С.В., Баркалов С.Н. Некоторые особенности методики подготовки сотрудников органов внутренних дел к ведению огня в условиях, ограничивающих прицеливание // Вестник краснодарского университета МВД России. 2019. № 1 (43). С. 96-100.

Мещерякова Елена Ивановна, доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры гражданско-правовых и экономических дисциплин,
Пугачев Алексей Валерьевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры
огневой подготовки,
Воронежский институт МВД России,
Россия, 394065, г. Воронеж, проспект Патриотов, 53,
e-mail: elenamsol@yandex.ru

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ СТРЕЛЬБЫ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ С ПРИМЕНЕНИЕМ ИНТЕРАКТИВНЫХ МЕТОДОВ

Аннотация. В статье представлена авторская методика формирования навыков стрельбы из пистолета Макарова, разработанная в рамках исследования проблемы совершенствования техники стрельбы сотрудников органов внутренних дел, проходящих профессиональную подготовку по должности служащего «Полицейский». В основе авторской методики – преимущества применения интерактивных методов формирования специальных навыков на занятиях по огневой подготовке.

Ключевые слова: огневая подготовка, техника стрельбы, интерактивные методы

Проблемы повышения эффективности огневой подготовки сотрудников органов внутренних дел (ОВД) привлекают внимание исследователей и практиков (Ю.Н. Буряк, Л.М. Вайнштейн, М.Я. Жилина, М.А. Иткис, А.Я. Корх, В.А. Малышев, А.А. Юрьев и др.) и находят отражение в многочисленных публикациях. Особую остроту они приобретают в связи с огневой подготовкой такой категории обучающихся, как сотрудники ОВД, проходящие профессиональную подготовку в образовательных организациях МВД России по должности служащего «Полицейский». Причина этого в том, что навыки применения огнестрельного оружия у них должны быть сформированы в течение очень короткого времени обучения, когда для занятий по огневой подготовке (теоретических и практических) в соответствии с учебными планами отводится не более 60 часов. Сложности, с которыми неизбежно сталкиваются преподаватели кафедр огневой подготовки ведомственных образовательных организаций в проведении занятий с этой категорией обучающихся, заставляют их искать методы, способы и приемы, обеспечивающие повышение эффективности формирования умений и навыков сотрудников ОВД, проходящих профессиональную подготовку по должности служащего «Полицейский».

Наши поиски привели к разработке, апробации и использованию в практике формирования специальных навыков сотрудников ОВД на занятиях по огневой подготовке авторской методики «Интерактивное движение по этапам овладения техникой стрельбы из пистолета Макарова». Наряду с компетентностным, личностно-деятельностным, аксиологическим при проведении исследования и воплощении его результатов в авторской методике мы использовали в качестве важнейшего герменевтический подход. Ведь именно этот подход позволяет направить исследовательскую и практическую деятельность на понимание обучающимися «социальной значимости грамотного и обоснованного использования огнестрельного оружия... стимулировать выработку умений и навыков, необходимых для осуществления действий в экстре-

мальных ситуациях с применением огнестрельного оружия, трудолюбие и упорство в достижении цели» [1, с. 229].

У преподавателей кафедр огневой подготовки вряд ли вызывает возражение утверждение о том, что результат приобретения сотрудниками ОВД навыков применения огнестрельного оружия в решающей степени зависит от того, насколько успешно они овладеют техникой стрельбы из пистолета Макарова. Известно, что техника стрельбы складывается из действий, осуществляемых стрелком на этапах изготовления, удержания пистолета (или «хвата»), прицеливания, нажатия на спусковой крючок. Важно отметить, что общее представление о технике стрельбы, а также первый опыт в приобретении умений и навыков стрельбы из пистолета Макарова в соответствии с учебным планом профессиональной подготовки обучающиеся должны получить в течение одного (!) 2-х часового занятия. Разработанная нами методика, основанная на преимуществах использования интерактивных методов формирования специальных навыков сотрудников ОВД, включает стадии, соответствующие первому этапу (начальное разучивание) становления техники стрельбы из пистолета Макарова.

Авторская методика начинается реализовываться с первой стадии – принятия стрелком положения с оружием для производства выстрела (изготовка). Здесь обучающимся предлагается сначала визуально ознакомиться с разными вариантами изготовления, а затем «опробовать» для себя каждый из них. Только после этого полезно стимулировать обсуждение того, какой из вариантов наиболее приемлем для каждого из обучающихся. Следуя правилам применения интерактивных методов, преподаватель лишь руководит обсуждением, направляя его в определенное русло. Например, может задать вопрос о том, почему «прямая» изготовка менее эффективна при скоростной стрельбе у людей мезоморфного телосложения, а «штурмовая» может эффективно использоваться слушателями с любым телосложением. Практика показывает, что интерес обычно вызывает заданный вопрос о том, почему при любой изготовке голова стрелка не должна сильно наклоняться вперед (взгляд исподлобья).

В качестве второй мы определяем стадию овладения техникой удержания оружия, на которой используем тот же прием – визуализации и предлагаем обучающимся разные варианты и характеристики грамотного удержания оружия и положения рук при стрельбе. Затем каждый обучающийся самостоятельно повторяет действия по удержанию пистолета Макарова, приобретая тем самым первоначальные умения правильного положения рук при стрельбе. После этого полезно провести коллективный анализ осуществленных действий. При этом обучающиеся совместно выявляют допущенные ошибки, а преподаватель помогает им в поиске возможностей их недопущения в будущем. Одновременно закрепляются и базовые правила правильного положения рук при стрельбе. Важно, чтобы по итогам интерактивного группового взаимодействия обучающиеся пришли к выводу о том, что от хвата во многом зависит не только результат отдельного выстрела, но и стабильность стрельбы в целом. Ведь, по справедливому утверждению Е.Б. Ефремова, однообразное удержание оружия в совокупности с однообразным прицеливанием ведет к снижению рассеивания пуль, особенно при скоростной стрельбе [2].

На третьей стадии происходит освоение прицеливания, т.е. обучающиеся осваивают действия по наведению оружия в цель, которые, как показывает опыт, серьезных сложностей при обучении не вызывает, а овладение ими может осуществляться как с использованием, так и без использования преподавателем интерактивных методов. Что же касается четвертой стадии – овладения техникой нажатия на спусковой крючок, то она является наиболее важной и ответственной для становления техники

стрельбы из пистолета Макарова и здесь интерактивные методы обучения могут быть особенно полезными для формирования навыков осуществления грамотных действий, связанных с нажатием на спусковой крючок, которые затем перейдут в навыки эффективной стрельбы из пистолета Макарова. Так, после демонстрации преподавателем техники нажатия на спусковой крючок полезно предложить одному из обучающихся повторить осуществленные действия и при этом сконцентрировать внимание всех обучающихся на таких моментах: указательный палец накладывается на спусковой крючок серединой третьей фаланги или ближе к сгибу; прилагаемое к спусковому крючку усилие направлено вдоль оси канала ствола; обеспечена изолированная работа пальца, а тонус мышц пальцев, кисти и предплечья остается неизменным; одновременно с возвратом пистолета после отдачи и уточнением прицеливания указательный палец таким же быстрым и плавным движением выжимает свободный ход спускового крючка и др. После этого обучающиеся уже подготовлены к тому, чтобы проанализировать и повторить изученные действия. Особый интерес у сотрудников ОВД обычно вызывает обсуждение характерных для выполняемых действий ошибок, таких как резкое отбрасывание пальца после выстрела, резкое нажатие на спусковой крючок, «дергание» и неизолированная работа пальцев и др. Полезно направить обсуждение в русло выявления тех негативных последствий, к которым может привести каждая допущенная ошибка.

Пятая стадия реализации методики – овладение обучающимися техникой извлечения оружия из кобуры и приведения его в боевое положение. На этой стадии происходит комплексирование изученных ранее элементов, своеобразного «собирания» их в целостный двигательный акт по выполнению первого выстрела. Аналогично предыдущим стадиям, здесь мы используем различные приемы визуализации действий, после чего каждый обучающийся выполняет действия по извлечению пистолета Макарова из кобуры, досыланию патрона в патронник и принятию изготочки, стоя перед зеркалом. После приобретения некоторого опыта в осуществлении действий по извлечению оружия из кобуры и досыланию патрона в патронник обучающиеся уже готовы к обсуждению этих действий, которое, как показывает опыт, проходит активно и заинтересованно. Преподавателю особенно важно направить интерактивное взаимодействие слушателей так, чтобы они осознали: от скорости извлечения и заряжания пистолета зависит скорость последующих действий стрелка. Кроме того, в процессе обсуждения важно помочь обучающимся увидеть и понять характерные ошибки, допущенные ими в связи с осуществлением действий (выключение предохранителя левой рукой; досылание патрона резким и грубым движением; нахождение указательного пальца на спусковом крючке или внутри спусковой скобы и др.).

Разрабатывая и применяя на занятиях по огневой подготовке авторскую методику «Интерактивное движение по этапам овладения техникой стрельбы из пистолета Макарова», мы отдаем себе отчет в том, что с ее использованием формируется лишь общее представление обучающихся о технике стрельбы и выполнении действий, связанных с производством выстрела. Это – только начало приобретения сотрудниками ОВД, проходящими профессиональную подготовку по должности служащего «Полицейский», специальных навыков применения огнестрельного оружия в ходе решения оперативно-служебных задач. Понятно, что по итогам 2-х часового занятия больших результатов добиться просто невозможно. Однако можно создать довольно прочную базу для того, чтобы формирование специальных навыков успешно продолжалось на практических занятиях в рамках темы «Учебные стрельбы из 9-мм пистолета Мака-

рова по условиям упражнений НООП-2017 г.», для которых учебным планом отведено 40 часов.

Интерактивные методы, применяемые в рамках авторской методики, самая общая характеристика которой представлена в настоящей статье, способствуют не только повышению эффективности профессиональной подготовки сотрудников ОВД, но и развитию мотивации обучающихся к продуктивной самостоятельной деятельности по приобретению навыков применения огнестрельного оружия посредством совершенствования техники стрельбы из пистолета Макарова.

Список использованных источников

1. Мещерякова Е.И., Сибирко М.А. Формирование готовности курсантов к действиям в экстремальных ситуациях с позиций герменевтики // Вестник Воронежского института ФСИН. 2017. № 3. С. 228-233.
2. Ефимов Е.Б., Буряк Ю.Н. Огневая подготовка в охранном предприятии : Стрельба из служебных пистолетов и револьверов : учеб. пособие. [Электронный ресурс]. СПб. 2001. URL: <http://pistoletchik.ru/library/book3/> (дата обращения : 23.08.2019)
3. Струганов С.М., Украинский С.В., Баркалов С.Н. Некоторые особенности методики подготовки сотрудников органов внутренних дел к ведению огня в условиях, ограничивающих прицеливание // Вестник краснодарского университета МВД России. 2019. № 1 (43). С. 96-100.

Моисеенко Андрей Андреевич, старший преподаватель кафедры огневой
и технической подготовки,
Злотникова Кристина Андреевна, курсант 2 курса факультета подготовки
сотрудников полиции и следователей,
Барнаульский юридический институт МВД России,
Россия, 656038, г. Барнаул, ул. Чкалова, 49,
e-mail: krizlot@yandex.ru, moisseian@mail.ru

ВЛИЯНИЕ СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫХ ВИДОВ СПОРТА НА ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ПОДГОТОВКУ УЧАСТКОВЫХ УПОЛНОМОЧЕННЫХ ПОЛИЦИИ

Аннотация. В статье рассматривается возможность улучшения подготовки участковых уполномоченных полиции в образовательных организациях МВД России с использованием служебно-прикладных видов спорта на примере стрельбы из боевого ручного стрелкового оружия.

Ключевые слова: психологическая подготовка участковых уполномоченных полиции, стрельба из боевого ручного стрелкового оружия, применение оружия.

Одной из животрепещущих проблем в системе МВД на настоящий момент является серьезная нехватка квалифицированных кадров. В связи с этим количество вакантных мест на обучение в образовательных организациях МВД России возросло. Ведется набор по нескольким специальностям, а именно: правовое обеспечение национальной безопасности и правоохранительная деятельность. Хотелось бы сказать, что в соответствии с приказом МВД России Барнаульский юридический институт получил статус учебно-научного центра по реализации приоритетного профиля подготовки - участковых уполномоченных полиции.

Образовательные организации МВД России проводят разноплановую подготовку квалифицированных кадров. Наибольшую ценность представляют собой именно прикладные дисциплины, такие как профессиональная физическая подготовка, тактико-специальная и огневая подготовка.

Навык правильного обращения с оружием является немаловажным для сотрудника полиции, ведь знание механизма работы табельного оружия, а также умение вести прицельный огонь могут стоить жизни. Поэтому, огневой подготовке следует уделять пристальное внимание. Курсанты, начиная с первого года обучения, знакомятся с устройством оружия, а также участвуют в учебных стрельбах. К тому же, у каждого есть возможность заняться спортом, сопряженным со стрельбой.

Согласно правилам служебно-прикладного вида спорта «Стрельба из боевого ручного стрелкового оружия» (утв. приказом Министерства спорта РФ от 30 июня 2017 г. N 609) существует внушительный список упражнений, которые позволяют проводить соревнования различного уровня (соревнования территориального органа, всероссийские соревнования, соревнования среди образовательных организаций системы МВД России) по стрельбе из автомата, пистолета и снайперских винтовок.

Хотелось бы отметить, что уровень психологической подготовки обучающихся наглядно просматривается во время их участия в соревнованиях. Соревновательная обстановка сопряжена с высокими психологическими нагрузками, это обусловлено стремлениями стрелка (желание занять призовое место, выполнить норматив или же

просто выступить на уровне своих тренировочных результатов). Во время выступления на соревнованиях создается стрессовая ситуация для участника, которая ощутимо влияет на поведение человека, заставляя его делать необдуманные вещи и лишние, совершенно ненужные, движения. Всё это вызывает ошибки при стрельбе, например, принятие изготровки, не обеспечивающей устойчивость тела стрелка-оружия или резкий нажим на спусковой крючок в момент, когда прицельные приспособления находятся, как нам может показаться, в идеальном положении, некоторые вовсе перестают контролировать положение мушки в целике или делают неправильную поправку. По уровню стресса такие ситуации можно сравнить с ситуациями применения сотрудниками полиции оружия. Участие в соревнованиях повышает уровень психологической готовности курсантов, что позволяет им показывать высокие результаты.

В Барнаульском юридическом институте было проведено исследование, целью которого ставилось сравнение результатов контрольных стрельб между курсантами, систематически выступающими на соревнованиях и курсантами, которые не занимаются служебно-прикладными видами спорта. При выполнении упражнения 1а стрельб из пистолета среднее арифметическое результатов у курсантов экспериментальной группы составило 28,75 из 30 возможных, в то время как, курсанты контрольной группы показали результаты 22,75 из 30. Таким образом, разница составляет 6 очков или 20% от максимально возможного результата в этом упражнении.

В результате исследования установлено, что курсанты 1 и 2 курса, занимающиеся служебно-прикладными видами спорта, на контрольных стрельбах выполняют упражнения увереннее и результативнее, показывая результаты, как и на обычных практических занятиях. Что объясняется более низким уровнем психологического напряжения у стрелков-спортсменов, чем у курсантов, таковыми не являющимися.

Список использованных источников

1. Злотникова К.А. Влияние психологической готовности стрелка на соревновательный результат // Проблемы совершенствования российского законодательства: Электронный сборник тезисов Всероссийской с международным участием научной конференции курсантов, слушателей и студентов; под ред. Ю.В. Анохина. Барнаул: Барнаульский юридический институт МВД России, 2019. С. 374-376.

2. Ковалёв В.В., Моисеенко А.А. Значение служебно-прикладных стрелковых видов спорта в совершенствовании методик огневой подготовки // Вопросы организации тренировочного процесса в стрелковых служебно-прикладных видах спорта в системе МВД России [Электронное издание]: электронный сборник тезисов Всероссийской научно-практической конференции; под ред. С.К. Бурякова. – Электрон. текст. дан. (1,49 Мб). Барнаул: Барнаульский юридический институт МВД России, 2019. С. 14-19.

3. Купавцев Т.С., Пестерев Н.Н., Щербинин Е.С. Соревнования по стрельбе как средства интенсификации огневой подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Совершенствование огневой и тактико-специальной подготовки сотрудников правоохранительных органов : Сборник материалов Всероссийского круглого стола. Орел, 2017. С. 124-130.

Мокрый Юрий Валентинович, доцент кафедры огневой подготовки,
Санкт-Петербургский военный институт войск национальной гвардии РФ,
Россия, 198206, г. Санкт-Петербург, ул. Лётчика Пилютова, 1,
e-mail: Y_Mokryy_63@mail.ru

КОНТРОЛИРУЮЩИЙ КОМПОНЕНТ КОНЦЕПТУАЛЬНЫХ ПОЛОЖЕНИЙ МЕТОДИКИ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ ВОЙСК НАЦИОНАЛЬНОЙ ГВАРДИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Аннотация. Статья является продолжением работ [1-5]. В ней изложены вводные положения, краткое описание контролирующего компонента концептуальных положений методики огневой подготовки курсантов вузов войск национальной гвардии, а также приведены выражения для расчёта показателя эффективности функционирования данного компонента.

Ключевые слова. Огневая подготовка, научно-методические положения, модель, методика, контролирующий компонент, компетенция.

Вводная часть и новизна. Базовые составляющие для разработки научно-методических положений (НМП) по огневой подготовке курсантов включают главным образом исходные данные по разработке указанных положений, основные положения по вербальной модели, основные положения по аналитической модели и некоторые концептуальные положения методики огневой подготовки [2; 4; 5].

Составляющие обобщённой модели огневой подготовки, каждая из которых обладает определённым содержанием, предполагается структурировать в виде следующих компонентов: организационный, материально-технический, научно-методический и контролирующий.

Блок организационного компонента характеризуется подмножествами (параметрами) P_1 и P_2 . Подмножество P_3 характеризует функционирование элементов блока материально-технического компонента. Подмножество P_4 характеризует функционирование элементов блока научно-методического компонента. Подмножество P_5 характеризует функционирование элементов блока контролирующего компонента.

Цель статьи заключается в описании контролирующего компонента.

При этом объектом исследования выступают военные институты Росгвардии, а предметом огневая подготовка курсантов.

Контролирующий компонент концептуальных положений методики огневой подготовки – один из базовых составляющих НМП по огневой подготовке, представляющий собой совокупность форм, методов и средств оценивания (контроля) уровня сформированности компетенций, главным образом военно-профессиональных (ВПК), а также последовательность их применения в процессе огневой подготовки курсантов военных институтов войск национальной гвардии.

Основными свойствами блока контролирующего компонента, как показано в [3], выступают промежуточный и итоговый контроль, обеспечивающие оценку уровня теоретической и практической подготовки, т.е. определение степени достижения результата функционирования научно-методического компонента.

Отметим, что ключевой, наиболее весомой ВПК, формируемой в ходе изучения курсантами дисциплины «Огневая подготовка» выступает способность лично владеть вооружением и военной техникой (ВВТ), состоящими на вооружении подразделения.

В качестве составляющих блока контролирующего компонента выступают:

– формы оценивания (контроля) (K_1): зачёт (контрольное занятие с практической стрельбой) (K_{11}); зачёт с оценкой (K_{12}); итоговый экзамен (K_{13}); контрольные стрельбы и контрольные занятия по выполнению нормативов по огневой подготовке для изученного вооружения (K_{14});

– методы оценивания (контроля) (K_2): устный опрос, собеседование по изученному материалу (K_{21}); проведение летучек, решение тестов (K_{22}); заслушивание ответов на вопросы, указанные в билетах с использованием необходимой учебно-материальной базы (K_{23}); практические действия (работа) обучающихся, стрельба (K_{24});

– средства оценивания (контроля) (K_3): современные информационные системы и технологии (K_{31}); билеты (тесты) (K_{32}); ВВТ, тренажёрная база (K_{33}); объекты полевой учебной базы (K_{34}).

Показатель эффективности по параметру P_5 определяется результатами обучения курсантов. Проверка данных результатов осуществляется с помощью выбранных форм, методов и средств оценивания в соответствии с положениями рабочих программ, разрабатываемых согласно федеральным государственным образовательным стандартам высшего образования по соответствующим специальностям и квалификационным требованиям к военно-профессиональной подготовке выпускников на основе примерных программ, положений Курса стрельб и других нормативных документов согласно [6].

Степень соответствия результатов обучения предъявляемым требованиям выступает в качестве показателя промежуточного и итогового контроля, обеспечивающих оценку (определение уровня теоретической и практической подготовки) и может быть определена с помощью выражения, где

$$P_5 = \sum_{c=1}^n P_{5c} = \sum_{c=1}^n (T_c + \Pi_c) \times Q_c \times K_c \quad (1)$$

c – индекс формируемой компетенции;

n – количество формируемых компетенций;

P_{5c} – степень соответствия результатов обучения предъявляемым требованиям по определённой компетенции;

T_c – показатель уровня теоретической подготовки обучающихся по компетенции;

Π_c – показатель уровня практической подготовки обучающихся (сформированности практических навыков и умений) по компетенции;

Q_c – вес компетенции;

K_c – коэффициент мотивации обучающегося, выявленный по результатам проверки уровня сформированности компетенции: $K_c = 0 \div 1$.

Значение коэффициента мотивации K_c обучающегося должно быть не ниже среднего в соответствии с положениями, представленными в [7, с. 62–68].

Для определения допустимых значений показателя эффективности по параметру P_5 предполагается использовать шкалу Х.Д. Харрингтона [8, с. 185] с учётом положений нормативных документов, указанных в [4, 6].

Соотношение для определения значения T_c целесообразно представить в виде выражения, где

$$T_c = \frac{T_{c.факт}}{T_{c.треб}} \quad (2)$$

$T_{c.факт}$ – фактический уровень теоретической подготовки обучающихся;

$T_{c.треб}$ – требуемый уровень теоретической подготовки обучающихся.

При этом значение может быть определено с помощью выражения, где

$$T_{c.факт} = \sum_{l=1}^k P_{5bs} \times Q_l \quad (3)$$

l – индекс формы оценивания уровня теоретической подготовки обучающихся;

k – количество используемых форм оценивания;

b – индекс метода оценивания;

s – индекс средства оценивания;

P_{5bs} – степень усвоения обучающимися теоретического материала в ходе их проверки по l -ой форме оценивания b -м методом, используя s -е средство оценивания;

Q_l – вес l -ой формы оценивания.

Требуемое значение показателя $T_{c.треб}$ должно соответствовать хорошему уровню $T_{c.треб} \geq 0,63$.

Степень усвоения теоретического материала может быть определена с помощью выражения, где

$$P_{5bs} = P(K_{2b}|K_{3s}) \quad (4)$$

K_{2b} – степень применения b -ого метода;

K_{3s} – степень использования s -ого средства оценивания.

Математические положения по определению уровня сформированности у обучающихся практических навыков и умений P_5 по формируемой компетенции целесообразно представить подобным образом.

Значение P_5 должно соответствовать превосходному уровню: $P_5 \geq 0,8$.

Вывод. На основе изучения документов, регламентирующих порядок организации образовательного процесса (деятельности) в вузах Росгвардии, анализа современного состояния, а также основных положений по вербальной и аналитической моделям огневой подготовки курсантов осуществлено краткое описание контролирующего компонента концептуальных положений методики огневой подготовки. Также приведены базовые математические положения по определению показателя эффективности его функционирования.

Список использованных источников

1. Ермишян А.Г. Базовые методологические положения по огневой подготовке курсантов, слушателей и сотрудников вузов ВНГ России // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: сборник статей XX международной научно-практической конференции. – Иркутск: ВСИ МВД России, 2018. – С. 200–203.
2. Ермишян А.Г., Мокрый Ю. В. Аналитическая модель огневой подготовки курсантов вузов ВНГ РФ // Вестник АВН. Санкт-Петербургское региональное отделение. Сборник научных статей. 2016. № 11. – С. 110–117.
3. Мокрый Ю.В. Вводные положения по методике огневой подготовки курсантов вузов ВНГ России // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: сборник материалов XIX международной научно-практической конференции. Изд. в 2-х томах. Т. 1. – Иркутск: ВСИ МВД России, 2017. – С. 309–313.
4. Мокрый Ю.В. Формирование исходных данных по разработке научно-методических положений по огневой подготовке курсантов вузов ВНГ // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: сборник статей XX международной научно-практической конференции. – Иркутск: ВСИ МВД России, 2018. – С. 212–215.
5. Мокрый Ю.В. Организационный компонент концептуальных положений методики огневой подготовки курсантов вузов ВНГ России // Основные направления развития ракетных войск и артиллерии, теория и практика их боевого применения : Тематический сборник № 55. – СПб. : МВАА, 2019. – С. 213–218.
6. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным профессиональным образовательным программам, реализуемым в интересах обороны и безопасности государства, обеспечения законности и правопорядка в ВО-ОВО ВНГ РФ // Приложение к приказу ФС ВНГ РФ от 07 ноября 2017 г. № 466.
7. Рябов А.В. Методика оценивания результатов обучения слушателей (курсантов): Методическое пособие. – СПб.: МВАА, 2016. – 70 с.
8. Тебекин А.В., Тебекин П.А. Управление качеством: учебное пособие для прикладного бакалавриата – М.: Издательство «Юрайт», 2016. – 223 с.

Морозов Дмитрий Валерьевич, старший преподаватель кафедры специальной подготовки,
Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России,
Россия, 625049, г. Тюмень, ул. Амурская, 75,
e-mail: hunter72-1977@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ МЕТОДИК ОБУЧЕНИЯ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Аннотация. В статье излагается необходимость более глубокого анализа служебной деятельности сотрудника органов внутренних дел в сфере, касающейся применения огнестрельного оружия для формирования наиболее качественного процесса обучения огневой подготовке. Формирование готовности сотрудника органов внутренних дел к применению огнестрельного оружия.

Ключевые слова: огневая подготовка, применение огнестрельного оружия, индивидуальная подготовка сотрудника, специальная методика обучения.

Деятельность сотрудников правоохранительных органов зачастую связана с применением огнестрельного оружия. Жизнь и здоровье личного состава в таких ситуациях во многом зависят от добросовестности и профессионального мастерства (специальной, тактической, физической, огневой и психологической подготовки), бдительности и боевой сплоченности самих сотрудников. Выполняя свои профессиональные обязанности, сотрудникам полиции приходится выдерживать и преодолевать чрезмерные физические и эмоциональные нагрузки, что характеризует условия их деятельности как экстремальные. Следует понимать, что сам факт применения оружия уже является экстремальной ситуацией.

Важной составляющей подготовки сотрудника органов внутренних дел к уверенному применению огнестрельного оружия является изучение особенностей и специфики деятельности сотрудника. В связи с этим необходимо проводить обобщение статистики применения огнестрельного оружия, обязательно учитывая при этом обстоятельства, место, время года и время суток, дистанцию стрельбы, а так же вид огнестрельного оружия, применённый сотрудником.

Рассмотрим некоторые аспекты. Как показывает статистика, большинство случаев применения огнестрельного оружия сотрудниками органов внутренних дел происходит при отражении нападения на сотрудника органов внутренних дел, а так же при задержании лиц, совершивших противоправные деяния и пытающихся скрыться. Местом применения огнестрельного оружия, как правило, является уличная территория, на которой возможно нахождение посторонних лиц. Зачастую временем применения оружия является тёмное время суток, особенно в зимнее время года, когда продолжительность светового дня мала. Так же в зимнее время использование оружия осложняется наличием тёплой форменной одежды, которая затрудняет и сковывает движения сотрудника. Что касается вида огнестрельного оружия, то это, как правило, короткоствольное оружие, состоящее на вооружении в органах внутренних дел. Это основные моменты, на которые необходимо обращать внимание при формировании программы обучения огневой подготовки для сотрудника органов внутренних дел. Вместе с тем не следует забывать и о других обстоятельствах, кото-

рые сопутствуют применению огнестрельного оружия. Они реже встречаются, но имеют место в процессе служебной деятельности сотрудника ОВД. Так, например чаще всего применение оружия происходит на коротких дистанциях от 5 до 10 метров, но бывают случаи, когда необходимо произвести точный выстрел на большую дистанцию, и сотрудник который, не имеет практики стрельбы на большие расстояния, не сможет поразить цель.

Исходя из этого, при подготовке сотрудника необходимо учитывать максимально возможные варианты развития оперативной обстановки.

Изучение особенностей деятельности должно проводиться во время служебной подготовки, где анализируются и рассматриваются различные факты применения оружия сотрудниками ОВД, приводятся примеры ошибочных действий сотрудников, разрабатываются примерные алгоритмы действий, формируются учебные упражнения для практических занятий по огневой подготовке.

Необходимо отметить, что подобную практику следует использовать при обучении сотрудников различных категорий, а не применять к отдельным категориям сотрудников, мотивируя это тем, что сотруднику патрульно-постовой службы незачем уметь стрелять по колёсам автомобиля, - для этого есть сотрудники ДПС.

Не стоит так же злоупотреблять частым использованием в процессе обучения пейнтбольного и страйкбольного оружия, так как при стрельбе из него у обучаемых вырабатываются неправильные навыки, а именно неправильная обработка спуска курка и отсутствие контроля боеприпасов. Данное оборудование хорошо подходит для отработки тактических действий.

Качественно составленная мишенная обстановка и непосредственно сами мишени, которые используют для выполнения учебных упражнений является немаловажным фактором в огневой подготовке. Как правило, это бумажные или другими словами не имеющие объёма мишени, в лучшем случае это стальные цели - поперы, взятые из практической стрельбы. Применение объёмных целей, имитирующих фигуры преступников и случайных прохожих, снабжённых предметами одежды, расположенных на различной дистанции, вырабатывает у обучаемых навыки, необходимые для уверенного применения огнестрельного оружия.

Готовить сотрудника к применению огнестрельного оружия необходимо начиная с первых занятий, объясняя ему, что занятия по огневой подготовке нужны не только для того чтобы успешно выполнить контрольные стрельбы а в большей мере для уверенного и умелого использования и применения оружия в сложившейся оперативной обстановке.

Применение специальных методик обучения возможно только с сотрудниками, прошедшими и усвоившими в полном объёме начальную подготовку и чётко соблюдающими меры безопасности при обращении с огнестрельным оружием и боеприпасами.

Список использованных источников

1. Вайнштейн Л.М. Оружие-пистолет: учебно-методическое пособие по стрельбе из пистолета. М., 2002.
2. Кобилецкий В.Ф. Методика огневой подготовки. М., 1985.
3. Белецкий А.А. Актуальные направления модернизации процесса обучения по дисциплине "Огневая подготовка" курсантов и слушателей системы МВД России [Текст] // Вестник Волгоградской академии МВД России : научно-методический журнал. 2014. N 2(29). С. 119-122.

4. Корсаков Ю.Ю. Некоторые особенности подготовки полицейского к применению огнестрельного оружия на современном этапе [Текст] // Вестник Волгоградской академии МВД России : научно-методический журнал. 2014. N 3(30). С. 117-122.

5. Струганов С.М., Украинский С.В., Баркалов С.Н. Некоторые особенности методики подготовки сотрудников органов внутренних дел к ведению огня в условиях, ограничивающих прицеливание // Вестник краснодарского университета МВД России. 2019. № 1 (43). С. 96-100.

УДК 342.924

Николаев Николай Олегович, доцент кафедры огневой подготовки,
Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России,
Россия, 625049, г. Тюмень, ул. Амурская, 75/2,
e-mail: nn.snaiper86@rambler.ru

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА В СИСТЕМЕ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Аннотация. В статье рассматривается место учебного предмета «огневая подготовка» в системе реализации образовательных программ повышения квалификации или основных программ профессионального обучения повышения квалификации. Анализируются цель, задачи учебного предмета огневая подготовка.

Ключевые слова: огневая подготовка, сотрудник правоохранительных органов, курсы повышения квалификации, образовательная программа, программа профессионального обучения, табельное оружие.

Ежегодно на курсы повышения квалификации прибывают несколько тысяч сотрудников правоохранительных органов. Естественно образовательные программы, по которым они обучаются имеют собственную специфику, однако во всех программах имеется раздел, посвященный предмету «огневая подготовка».

Целью раздела предмета «Огневая подготовка» является совершенствование навыков скоростной точной стрельбы. Следует отметить, что сотрудники, прибывающие на курсы повышения квалификации уже имеют устойчивые умения и навыки пользования служебным короткоствольным или длинноствольным автоматическим оружием. Но также не следует отрицать факт наличия у сотрудников устойчивых ошибок в производстве отдельных технических действий по извлечению, наведению огнестрельного оружия на цель и прочих элементов. Это ведет к средним или низким результатам при производстве стрельбы.

Помимо этого задача преподавателя осложняется двумя факторами: ограниченным бюджетом учебного времени, отведенного в рамках реализации образовательной программы повышения квалификации в части раздела, посвященного огневой подготовки, и ограниченным количеством боеприпасов для выполнения практических стрельб в рамках учебного времени.

Вместе с тем учебная дисциплина или раздел «огневая подготовка» является составной частью общей профессиональной подготовки программы повышения квалификации сотрудников органов внутренних дел и проводится с целью обучения их

умелым действиям и уверенному владению табельным огнестрельным оружием в чрезвычайных обстоятельствах мирного и военного времени, заблаговременной качественной подготовки действиям личного состава с оружием при выполнении служебно-боевых задач в системе повседневной деятельности или действиям контртеррористической направленности.

Основные учебные и воспитательные задачи учебного предмета «огневая подготовка»:

- формирование и (или) совершенствование автоматизированного устойчивого навыка точного выстрела при выполнении задач в зонах чрезвычайных обстоятельствах

- формирование у обучаемых сотрудников высоких морально-психологических качеств, необходимых при выполнении задач, связанных с применением оружия в зонах чрезвычайных ситуаций, чрезвычайных обстоятельств, при введении чрезвычайного положения, проведения контртеррористических операций или в условиях военного времени;

- уяснение слушателями краткосрочных курсов повышения квалификации целей, задач, функций правоприменительной практики «принуждения» с использованием огнестрельного оружия в государстве, в органах и учреждениях внутренних дел;

- воспитание высокой ответственности при выполнении сотрудниками органов внутренних дел обязанностей по сбережению вверенного короткоствольного или длинноствольного автоматического вооружения при выполнении деятельности по защите населения и территорий от внешних или внутренних посягательств на установленный порядок управления, охрану общественного порядка и общественной безопасности в условиях мирного и военного времени;

- получение слушателями краткосрочных курсов повышения квалификации в системе профессиональной подготовки специальных знаний из области баллистики, технологий меткой стрельбы, позволяющих решать оперативно-служебные задачи с обоснованным применением огнестрельного короткоствольного или длинноствольного автоматического оружия в условиях ликвидации бандформирований, пресечении захвата собственных объектов Министерства внутренних дел, поиске вооруженных преступников, поиске вооруженных дезертиров, защите или охраны имущества эвакуированного населения в условиях стихийных бедствий, охране государственного имущества в условиях крупных производственных аварий или катастроф в мирное время, защиты государственной границы Российской Федерации и военное время.

Изучаемая учебная дисциплина «огневая подготовка» в системе реализации образовательных программ повышения квалификации сотрудников органов внутренних дел рассматривает в основном три направления:

1. Решение задач применения огнестрельного оружия для охраны общественного порядка и охраны общественной безопасности в мирное время и защита границ Российской Федерации военное время.

2. Оценка опасности от огнестрельного оружия противника в результате скоротечного огневого контакта при возникновении ситуаций в зоне чрезвычайных обстоятельств, создающихся в результате нападения вооруженного противника с применением огнестрельного оружия или автоматического огнестрельного оружия, а также и других средств уничтожения.

3. Подготовка личного состава органов внутренних дел к уверенному и грамотному владением табельным огнестрельным оружием в условиях и ситуациях угрозы жизни и (или) здоровья гражданам и (или) сотрудникам правоохранительных органов.

Процесс обучения включает:

1. Организацию теоретической подготовки личного состава органов внутренних дел. В теоретической подготовке сотрудники органов внутренних дел освежают знания об устройстве табельного оружия, его тактико-технических характеристиках, изучают аналитические данные применения огнестрельного оружия в различных условиях при реализации функций по охране установленного порядка, общественного порядка или общественной безопасности, а также в условиях использования огнестрельного оружия при реализации тактики преследования правонарушителя в пешем патруле, автопатруле. Сотрудникам доводятся распространенные ошибки при применении огнестрельного оружия ОВД и также отрицательные факты и несчастные случаи при обращении с оружием.

2. Проведение практических занятий в условиях стрелкового тира преследуют совершенствование практических навыков уверенного владения табельным оружием. Для этого сотрудники полиции получают учебное оружие. Отрабатывают с учебным оружием стойку, приемы стрельбы сначала «вхолостую», затем посредством выполнения стрельб по подвижным (неподвижным) мишеням). Упражнения могут варьироваться увеличением (уменьшением) количества боеприпасов, усложнением условий выполнения (например, уменьшением нормативного времени выполнения упражнения), отягощением физической нагрузкой (приседанием, отжиманием по определенному нормативу), применением специальных средств защиты (средств индивидуальной бронезащиты, средств индивидуальной защиты органов дыхания или кожи). Заканчиваются практические стрельбы чисткой оружия, что помогает сотрудникам в совершенствовании приемов ухода за частями оружия и сбережения табельного оружия.

Предмет огневая подготовка в системе повышения квалификации сотрудников органов внутренних дел имеет междисциплинарные связи другими дисциплинами, тактической специальной подготовкой, топографической подготовкой, правовой подготовкой, медицинской подготовкой, автоподготовкой, психологической подготовкой.

На изучение дисциплины огневая подготовка в системе повышения квалификации отводится бюджет времени от 6 до 10 часов аудиторных занятий, из них от 2-х до 4-х часов занятия семинарского типа, остальной бюджет времени практические занятия. Как правило отдельного зачета по огневой подготовке среди сотрудников, прибывших на краткосрочные курсы повышения квалификации не проводятся, но вопросы (теоретические и практические задачи, включая выполнение нормативов с оружием) включаются программу итоговой аттестации, проводимой по окончании обучения с бюджетом 4-6 академических часов. В этом случае представители кафедры огневой подготовки включаются в состав комиссии по оценке знаний и практических навыков у слушателей повышения квалификации.

В результате изучения учебной дисциплины огневая подготовка в системе повышения квалификации обучаемые сотрудники органов внутренних дел должны иметь представление:

о видах и типах вооружения, боеприпасах, применяемых сотрудниками правоохранительных органов; о тактике действий нарядов с применением огнестрельного табельного оружия;

об особенностях применения огнестрельного табельного оружия в деятельности правоохранительных органов при возникновении чрезвычайных обстоятельств мирного или военного времени;

знать: основные задачи органов внутренних дел, связанных с применением огнестрельного табельного оружия; классификацию системы образцов огнестрельного оружия, состоящих на вооружении правоохранительных органов; боевые свойства, останавливающее и поражающее действие оружия массового поражения; содержание основных руководящих документов, на основании которых сотрудник получает огнестрельное оружие; систему допуска и закрепления стрелка за табельным оружием;

уметь: вести меткую стрельбу табельными средствами вооружения.

Вывод: учебный предмет «Огневая подготовка» в системе повышения квалификации сотрудников при грамотном использовании бюджета учебного времени многократно повышает эффективность использования табельного оружия.

Список использованных источников

1. Михайлов Б.Е., Федорцов Б.В., Вопросы теории техники пулевой стрельбы. М., Издательство ДОСАФ, 1987.
2. Малышев В.А. Основы стрельбы из боевого пистолета: учебное пособие. СПб. : ВШМ МВД РФ, 1996.
3. Юрьев А.А. Спортивная стрельба из пистолета. М., «ФиС», 1958.
4. Струганов С.М., Украинский С.В., Баркалов С.Н. Некоторые особенности методики подготовки сотрудников органов внутренних дел к ведению огня в условиях, ограничивающих прицеливание // Вестник краснодарского университета МВД России. 2019. № 1 (43). С. 96-100.

Подлинняев Олег Леонидович, почётный работник высшего профессионального образования Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры тактико-специальной и огневой подготовки, Каримов Альберт Амирович, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры тактико-специальной и огневой подготовки, Восточно-Сибирский институт МВД России, Россия, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 110, e-mail: podlinyaev@inbox.ru

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ У УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЁЖИ

Аннотация. В статье рассматривается проблема девиантного поведения подростков и юношей, как социальная и психолого-педагогическая проблема. Характеризуются виды девиаций (алкогольная, наркотическая, игровая аддикции, агрессивный стиль межличностных коммуникаций, суицидальное поведение); представлена статистика отклоняющихся проявлений у современной российской молодёжи. Описываются причины девиантных отклонений с позиции глубинной психологии. Анализируются экстремальные виды спорта (альпинизм, спелеология, скалолазание), как средство профилактики девиантного поведения у учащейся молодёжи.

Ключевые слова: девиантное поведение, сублимация, экстремальные виды спорта, экстремальный туризм.

Девиантное поведение (от лат. *deviatio* – *отклонение*) это отклоняющееся поведение, которое не соответствует общепринятым или официально установленным социальным нормам, но (в отличие от делинквентного поведения) явно не переходит границу юридических законов. К девиантному поведению относят следующие виды:

- алкогольная и наркотическая аддикция;
- игровая аддикция;
- десоциализация, выражающаяся в отказе от социально значимых целей, а также от способов их достижения (бродяжничество, дауншифтинг);
- агрессивные формы поведения, явно выраженный конфликтный стиль межличностных коммуникаций;
- суицидальные формы поведения.

За последние десять лет в российском обществе стал очевидным резкий рост девиантных проявлений, прежде всего среди подростков и молодёжи. Так, по данным исследований проведённых в 2016-2018 гг. отечественными социологами и психологами [1, 5, 7], треть юношей и каждая пятая девушка в возрасте от 13 до 18 лет регулярно употребляют алкоголь.

Подавляющее большинство наркоманов (до 70%) – это люди в возрасте до 30 лет, при этом, более 60% наркозависимых впервые пробуют наркотики в возрасте до 19 лет. В России официально зарегистрировано около 1,8 млн наркозависимых. Из этого числа более 1 млн. молодых людей в возрасте от 11 до 24 лет. За последние десять лет смертность от наркомании в России возросла многократно. Так, среди взрослых людей в возрасте до 35 лет от наркотиков стали умирать в 12 раз чаще. Среди детей в 42 раза. Вылечить удастся только 5-6% наркозависимых [7, с. 5-6].

За прошедшие 20 лет в России жизнь самоубийством покончили около одного миллиона человек. Согласно оценочным данным Всемирной организации здравоохранения, по числу самоубийств на душу населения Россия превышает среднемировые показатели в 2,5 раза (26,5 случая на 100 тысяч человек - против 10,5) и занимает 3 место в мире. Выше только у Лесото (Южная Африка) и Гайаны (Южная Америка): 28,9 и 30,2 соответственно.

Исследования, проведенные среди всех групп молодежи, показали, что доля суицидально настроенной молодежи составляет 8-10% (учитывалось наличие попыток суицида в прошлом). При этом процент относящихся к суициду толерантно составляет около 30% среди учащейся молодёжи. Пики суицидальной настроенности приходятся на 15-16 лет 22-25 лет [5, с. 711].

Для того чтобы найти эффективные пути профилактики и коррекции девиантного поведения, необходимо, прежде всего, понять его причины.

В современной мировой социальной и психологической науке существуют две концепции, по-разному определяющие причины девиантного поведения. Первая концепция социодинамическая, вторая – психодинамическая.

Социодинамическая концепция объясняет феномен девиантного поведения социальными причинами; психодинамическая – психолого-биологическими.

К социодинамическому подходу можно отнести таких авторов, как Карл Маркс (бытие определяет сознание), Давид Эмиль Дюркгейм (дезинтеграция и распад общества), Роберт Мертон и др. Психодинамическую концепцию представляют Зигмунд Фрейд, Карл Юнг, Альфред Адлер, Чезаре Ломброзо.

Для авторов настоящей статьи особый интерес представляют концепции профилактики и коррекции отклоняющегося поведения с психодинамической позиции (З. Фрейд [9] и К. Юнг [10]).

Создатели глубинной психологии считали, что девиации имеют не столько социальные причины, сколько инстинктоидно-биологические. Исходя из этого, невозможно решить проблемы девиантного поведения только социально-ориентированными средствами.

В частности, З. Фрейд считал одним из эффективных средств профилактики различных девиаций, уходящих своими истоками в основные инстинкты человека, сублимацию, под которой понимал трансформацию деструктивной психической энергии человека в социально приемлемые формы деятельности и социальной активности.

«Первоначальную психическую энергию человека можно представить себе как разливающуюся реку, разрушающую дома и поля. Для предотвращения этого строится плотина. Непосредственная опасность предотвращена, но за плотиной накапливается давление, угрожающее еще большими разрушениями, если плотина будет прорвана. Сублимация в этой аналогии подобна отводным каналам, которые могут быть использованы для создания электроэнергии, обводнения сухих земель, создания парков... Первоначальная энергия реки успешно обращается на социально приемлемые и культурно санкционированные цели. Сублимированная энергия создает то, что мы называем цивилизацией» [9].

Одним из эффективных средств сублимации деструктивной психоэнергетики и профилактики девиантного поведения является спорт, особенно такие его виды, как экстремальный туризм (альпинизм, спелеология, скалолазание и т. д.).

Нами, совместно с психологами из Братского государственного университета, проводилось исследование семей с традициями экстремального туризма.

Исследование проводилось на протяжении девяти лет на базе ГОУ ВО «Братский государственный университет». Исследованием были охвачены 57 семей из гг. Братска, Иркутска, Санкт-Петербурга: из них 105 родителей и 89 детей (подростки и юноши в возрасте 13-20 лет).

За весь период исследования детей из семей с традициями экстремального туризма, нами не было выявлено ни одного случая таких девиантных отклонений, как алкогольная и наркотическая аддикция, а также суицидальных проявлений.

Теория сублимации З. Фрейда подтверждается современными нейрофизиологическими исследованиями отечественных и зарубежных учёных.

В частности, А. Фернхем и П. Хейвен [8] установили, что под влиянием таких командных экстремальных видов спорта, как альпинизм, спелеология и т. п. происходят физиологические изменения, которые затрагивают гормональную систему, оказывая положительное влияние на настроение и эмоции, снижая уровни депрессивности и тревожности.

Кроме того, изменяется самовосприятие, выражающиеся в повышении самооценки, изменении Я-концепции и появлению внутреннего локуса контроля. Происходят изменения в общении и стиле жизни, проявляющиеся в режиме питания, сна и отдыха, неприятии алкоголя и курения.

Эти данные соотносятся с данными А.М. Столяренко [4], согласно которым среди положительных влияний экстремальных ситуаций на личность выделяются:

- интенсификация основных компонентов психической деятельности (познавательной, мотивационной, эмоционально-волевой и др. сфер);
- стимуляция положительных изменений в психофизиологической сфере;
- возникновение состояния высокого личностно-деятельностного настроения;
- выработка успешных стратегий поведения.

А.М. Столяренко также отмечает, что у человека, преодолевшего экстремальные трудности активизируется личностный рост, который выражается в повышении самооценки, чувства самоуважения, ответственности, уверенности в себе, активности, в расширении интересов, в переоценке ценностей и изменении жизненных приоритетов [4, с. 356].

Следовательно, с одной стороны, экстремальные ситуации создают для личности стрессовые условия, с другой – активизируют совладающее поведение личности в экстремальной ситуации, способствуют возникновению «пиковых переживаний», преодолению психологических защит и устойчивости к воздействию экстремальных факторов, образующих стиль жизни, свободный от каких-либо девиаций.

Таким образом, экстремальные виды спорта развивают такие личностные характеристики, как: самопринятие; интернальный локус контроля, оптимистическое мировоззрение, эмпатия, конструктивные коммуникации, психологическая устойчивость, направленность на личностный рост.

Список использованных источников

1. Аномалия и девиантное поведение в обществе // Интегральная медицина XXI века: веб-сайт. URL: <http://itmed.ru/library/a/anomaliy.htm>.
2. Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд / Пер. с фр. с сокр. // Под ред. В.А. Базарова. М.: Мысль, 1994. 399 с.
3. Мертон Р. Социальная структура и anomia. М., Прогресс, 1966. 309 с.
4. Столяренко А.М. Экстремальная психопедагогика: Учеб. пособие для вузов. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2002. 607 с.

5. Тараненко А.Н., Идрисова Я.А. Суицидальная настроенность молодежи как социально-психологическая проблема общества // Молодой ученый. 2016. № 6. С. 710-713.
6. Трофимова М.В. Психологические особенности самоактуализации личности подростков и юношей в семьях с традициями экстремального туризма. Дисс. канд. психол. наук. Иркутск, 2007. 147 с.
7. Туркина Т.Г. Проблемы современной молодежи: девиантное поведение // Политехнический молодежный журнал. М.: 2017. № 2. С. 4-6.
8. Фернхем А., Хейвен П. Личность и социальное поведение. СПб.: Питер, 2001. 368 с.
9. Фрейд З. Психология бессознательного : сб. произведений; сост., науч. ред., авт. вступ. ст. М.Г. Ярошевский. М.: Просвещение, 1990. 448 с.
10. Юнг К.Г. Психологические типы. М. : Алфавит, 1992. 105 с.

УДК 796

Подрезов Александр Анатольевич, кандидат экономических наук, начальник кафедры огневой и физической подготовки Международного межведомственного центра подготовки и переподготовки специалистов по борьбе с терроризмом и экстремизмом,

Кан Лаврентий Васильевич, кандидат педагогических наук, старший инспектор учебно-методической группы Международного межведомственного центра подготовки и переподготовки специалистов по борьбе с терроризмом и экстремизмом,

Всероссийский институт повышения квалификации сотрудников МВД России, Россия, 142007, г.Домодедово, мкрн. Авиационный, ул. Пихтовая, 3, e-mail: 777_kan@mail.ru

ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ В МЕТОДИКЕ ОБУЧЕНИЯ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ НАВЫКОВ ТАКТИКО-ТЕХНИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ОГНЕСТРЕЛЬНОГО ОРУЖИЯ В ОПЕРАТИВНО-СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. Для формирования навыков использования огнестрельного оружия сотрудниками ОВД в условиях оперативно-служебной деятельности необходимо разработать инновационные подходы в методике обучения. Одним из основных методов обучения сотрудников органов внутренних дел по совершенствованию навыков использования огнестрельного оружия применительно к условиям реальной обстановки оперативно-служебной деятельности является метод моделирования условно-ситуационных задач, или заданий. Данный метод позволяет совершенствовать у сотрудников органов внутренних дел устойчивый навык владения техникой и тактикой применения огнестрельного оружия, грамотно действовать в оперативно-служебной обстановке, в частности, оценивать законность действий при разрешении типичных конфликтных ситуаций.

Ключевые слова: анализ чрезвычайных происшествий, анкетирование сотрудников ОВД, тактика применения огнестрельного оружия, методы моделирования

условно-ситуационных задач, типовые ситуации оперативно-служебной деятельности.

Выполнение сотрудниками органов внутренних дел служебных задач, имеющих отношение к применению огнестрельного оружия, связано с высокой степенью опасности и риска для жизни. Для каждого сотрудника органов внутренних дел применение огнестрельного оружия без специальной подготовки может представлять большие затруднения, а также риски получения ранений (травм), следовательно, потерю боеспособности. Вот почему необходимо, чтобы учебный процесс подготовки сотрудников на различных этапах обучения был бы максимально приближен к практической служебной деятельности.

Анализ чрезвычайных происшествий МВД России 2017-2018 годов позволил установить, что основными причинами гибели и ранений сотрудников органов внутренних дел являются: низкий уровень профессионализма рядового и начальствующего состава, психологическая неготовность сотрудников к выполнению оперативно-служебных задач, пренебрежение мерами безопасности и правилами взаимопомощи при выполнении служебных задач с огнестрельным оружием.

Как показывает практика, сотрудники органов внутренних дел применяют оружие в следующих ситуациях (см. табл. 1).

Таблица 1

Ситуации применения огнестрельного оружия сотрудниками
органов внутренних дел (процентное соотношение)

№ пункта	Ситуации применения огнестрельного оружия	Процентное соотношение
1.	При отражении нападения на сотрудников органов внутренних дел	44,3%
2.	При задержании лица, оказывающего вооруженное сопротивление	22,2%
3.	При задержании лица, застигнутого при совершении тяжкого преступления и пытающегося скрыться	12,9%
4.	При защите граждан от нападения, опасного для их жизни или здоровья	7,7%
5.	При пресечении попытки завладения оружием сотрудника органов внутренних дел	12,4%
6.	При освобождении заложников	0,25%
7.	При пресечении побега из-под стражи лиц, задержанных по подозрению в совершении преступления	0,25%

Наибольшее число потерь в расчете на одну тысячу личного состава приходится на долю:

- Северо-Кавказского федерального округа - 0,8;
- Южного федерального округа - 0,5;
- Северо-Западного федерального округа - 0,3;
- Приволжского федерального округа - 0,3;

- Центрального федерального округа - 0,2;
 - Уральского федерального округа - 0,1;
 - Северного федерального округа - 0,1;
 - Дальневосточного федерального округа - 0,1.
- В среднем по МВД Российской Федерации - 0,3.

Приведенные данные свидетельствуют о недостаточной тактической, психологической и физической подготовленности личного состава территориальных органов МВД России к действиям в условиях, связанных с применением огнестрельного оружия, а также о неумении правильно оценивать оперативную обстановку в ситуациях, связанных с необходимостью применения огнестрельного оружия.

По данным анкетирования сотрудников различных должностных категорий, прибывших в 2017-2018 годах на обучение в ВИПК МВД России, проведен анализ применения сотрудниками органов внутренних дел огнестрельного оружия при выполнении служебных обязанностей.

Данный анализ позволил определить основные службы (подразделения), на долю которых приходится наибольшее число случаев применения огнестрельного оружия при выполнении служебных обязанностей (табл. 2).

Таблица 2

Основные службы (подразделения), на долю которых приходится наибольшее количество случаев применения огнестрельного оружия при выполнении служебных обязанностей (%)

№ пункта	Категории сотрудников	Процентное соотношение
1.	Сотрудники подразделений ГИБДД	29,4%
2.	Сотрудники патрульно-постовой службы полиции	26,5%
3.	Сотрудники уголовного розыска	19,3%
4.	Участковые уполномоченные полиции	13,7%
5.	Сотрудники подразделений по незаконному обороту наркотиков	7,8%
6.	Сотрудники подразделений экономической безопасности	1,0%
7.	Другие службы	2,3%

Эффективность применения огнестрельного оружия сотрудниками органов внутренних дел при выполнении оперативно-служебных задач напрямую зависит от специальной подготовленности указанных лиц, которая позволит избежать опасности при использовании огнестрельного оружия, нейтрализовать возможное преимущество нарушителя, значительно снизить степень вероятности получения ранения (травмы).

Однако, как показывает практический опыт, навыков, полученных сотрудниками только на занятиях по огневой подготовке, недостаточно для выполнения служебных задач, связанных с применением огнестрельного оружия в различных ситуациях. Соответственно, для успешного решения служебных задач требуется специальная подготовка. Специальные навыки применения огнестрельного оружия успешно формируются в процессе занятий по тактической подготовке.

Использование в процессе обучения тактики применения огнестрельного оружия способствует наиболее эффективной подготовке сотрудников органов внутренних дел

к выполнению служебных задач, связанных с применением огнестрельного оружия в различных ситуациях оперативно-служебной деятельности.

Тактика применения огнестрельного оружия - это совокупность приемов, способов и правил, оптимального, безопасного и наиболее эффективного использования боевых свойств огнестрельного оружия при выполнении служебно-оперативных задач в соответствии с установленным законом порядком применения.

Для формирования навыков использования огнестрельного оружия сотрудниками территориальных органов внутренних дел в реальных условиях оперативно-служебной деятельности необходимо разработать инновационные методы обучения.

Одним из основных методов обучения сотрудников органов внутренних дел по совершенствованию навыков использования огнестрельного оружия применительно к условиям реальной обстановки оперативно-служебной деятельности является **метод моделирования условно-ситуационных задач, или заданий** (далее - УСЗ).

Данный метод позволяет совершенствовать у сотрудников органов внутренних дел устойчивый навык владения техникой и тактикой применения огнестрельного оружия, грамотно действовать в оперативно-служебной обстановке, в частности, оценивать законность действий при разрешении типичных конфликтных ситуаций.

Условно-ситуационные задачи - это определенные типовые ситуации, моделируемые с учетом особенностей и специфики выполнения сотрудниками органов внутренних дел оперативно-служебных задач непосредственно на местах несения службы.

Моделирование условно-ситуационных задач должно осуществляться с учетом профильных и специфических особенностей выполнения служебных задач с огнестрельным оружием.

Моделирование - это метод познания, который предполагает построение и изучение модели. Изучение модели позволяет получить новое знание, новую целостную информацию об объекте.

Модель - это копия реального объекта, обладающая его основными характеристиками и способная имитировать его поведение.

Для подготовки сотрудников органов внутренних дел к профессиональным действиям в различных типовых и экстремальных ситуациях, а также для развития способностей грамотно действовать в оперативно-служебной обстановке на практических занятиях по тактической подготовке необходимо рассматривать типовые ситуации оперативно-служебной деятельности. Именно поэтому следует использовать метод моделирования условно-ситуационных задач, или заданий, который в достаточной степени может обеспечить необходимую вариативность формируемых у сотрудников навыков по применению огнестрельного оружия.

Типовые ситуации должны максимально учитывать все специфические особенности выполнения служебных задач, при этом необходимо соблюдать определенные требования, предъявляемые к моделированию и отработке указанных задач (заданий). Это становится возможным только в местах выполнения сотрудниками органов внутренних дел своих служебных обязанностей.

УСЗ должны формироваться лицами, ответственными за подготовку сотрудников органов внутренних дел в территориальных органах.

Разработка и внедрение в процесс обучения тактической подготовки УСЗ позволят повысить эффективность действий сотрудников органов внутренних дел в критических и опасных ситуациях оперативно-служебной деятельности.

Обучение сотрудников органов внутренних дел применению огнестрельного оружия с использованием метода моделирования дает возможность нейтрализовать

возможное преимущество нарушителей, а также значительно повысить безопасность сотрудников органов внутренних дел.

Эти специализированные навыки успешно формируются в процессе практических занятий по тактической подготовке. Однако важность решения данной проблемы обусловлена тем, что в настоящее время нет достаточно обоснованной методики совершенствования навыков тактических действий по применению огнестрельного оружия, поэтому существует проблема поддержания достаточного уровня специализированных навыков.

Преимущество метода моделирования заключается в следующем:

1) обучение сотрудников органов внутренних дел тактике действий по применению огнестрельного оружия можно проводить индивидуально и с группой;

2) метод моделирования предполагает разучивание практически любой тактической ситуации, возникающей в служебной деятельности, по применению огнестрельного оружия;

3) создается представление о предполагаемой ситуации, по применению огнестрельного оружия путем освоения структурных элементов изучаемого двигательного действия, на основании имеющихся у сотрудников координационных и физических возможностей;

4) формируется умение выполнять основу тактических двигательных действий в структуре движения путем акцентирования внимания сотрудников на необходимых аспектах тактики и техники;

5) устраняются искажения в тактических действиях и технике по применению огнестрельного оружия;

6) формируется смысловое и зрительное представление о тактическом действии и способе его выполнения на стадиях (фазах) двигательного движения по применению огнестрельного оружия;

7) формируется навык целостного выполнения действий по применению огнестрельного оружия.

Моделирование и отработка условно-ситуационных задач (заданий) в местах несения службы позволяют готовить сотрудников органов внутренних дел к выполнению служебных задач с оружием, учитывая профильные и специфические особенности;

- дают возможность моделировать ситуации, максимально приближенные к условиям выполнения служебных задач, при этом позволяют выявлять сотрудников, которым требуется дополнительная подготовка;

- создают условия, позволяющие детально проработать различные ситуации, выявляя и устраняя ошибки.

Соответствующие моделирование и отработка УСЗ позволят сотрудникам органов внутренних дел выполнять служебные задачи, связанные с использованием огнестрельного оружия, максимально безопасно и эффективно.

В результате обучения методикой моделирования и отработки условно-ситуационных задач, позволит существенно повысить уровень подготовки сотрудников органов внутренних дел к выполнению служебных задач связанные с необходимостью применения огнестрельного оружия.

Использование этого метода в процессе обучения позволит также совершенствовать тактическую подготовку применения огнестрельного оружия в экстремальных ситуациях служебной деятельности.

Сотрудники ОВД, отвечающие за обучение личного состава территориальных органов внутренних дел, используя метод моделирования условно-ситуационных задач, с максимальной эффективностью смогут провести практические занятия по тактике применения огнестрельного оружия.

Список используемых источников

1. О полиции: федеральный закон Российской Федерации от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ (в ред. от 1 апреля 2019 г.) [Электронный ресурс] // URL: <http://www.legalacts.ru> (дата обращения: 7 июня 2019 г.).
2. Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 23 ноября 2017 г. № 880.
3. Об утверждении административного регламента исполнения министерством внутренних дел Российской Федерации Государственной функции по осуществлению федерального Государственного надзора за соблюдением участниками дорожного движения требований законодательства Российской Федерации в области безопасности дорожного движения: приказ МВД России от 23 августа 2017 г. № 664.
4. Кан Л.В. Сопряженное применение идеомоторного и имитационного методов при совершенствовании умений выполнения задержания в боевых ситуациях: дис. канд. пед. наук. М., 2016.
5. Крыжановский Ю.С. Методика обучения сотрудников органов внутренних дел выполнению служебных задач с огнестрельным оружием: учебно-методическое пособие. Домодедово, 2018.
6. Мешев И.Х., Л.В. Кан. Использование условно-ситуационных задач на практических занятиях по физической подготовке при обучении полицейских приемам задержания: учебно-методическое пособие. Нальчик, 2018.
7. Организация и проведение занятий, связанных с моделированием ситуаций повседневной деятельности подразделений органов внутренних дел, с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия: учебное пособие / под ред. Т.С. Купавцева, В.А. Морозова, Б.А. Федулова. М.: ДГСК МВД России, 2018.

Пономарев Никита Николаевич, старший преподаватель кафедры
огневой подготовки,
Скобликов Роман Вячеславович, старший преподаватель кафедры
огневой подготовки,
Краснодарский университет МВД России,
Россия, г. Краснодар, ул. Ярославская, 128;
Толстихин Александр Николаевич, доцент кафедры специальной подготовки,
Восточно-Сибирский институт МВД России,
Россия, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 110
e-mail: nik290183@mail.ru

О ФОРМИРОВАНИИ И ПОДДЕРЖАНИИ НАВЫКОВ СТРЕЛЬБЫ ИЗ ПИСТОЛЕТА НА КОРОТКИХ И СРЕДНИХ ДИСТАНЦИЯХ

Аннотация. Часто уровень огневой подготовленности сотрудников ОВД является недостаточным для эффективных действий в различных ситуациях повседневной служебной деятельности. При обучении по дисциплине «Огневая подготовка» все большую популярность набирает так называемая «практическая стрельба», обучение навыкам которой требует использования соответствующих образовательных методик.

Ключевые слова: практическая стрельба, скоростная стрельба, тренировки «вхолостую».

Проблема агрессии в современном мире, особенно в российских условиях реформации устоявшихся ценностей и традиций и создания новых, является достаточно актуальной [1, с. 159]. Сотрудникам ОВД, зачастую, приходится применять табельное огнестрельное оружие и, особенно, тем, кто участвует в охране общественного порядка в Северо-Кавказском и других регионах России. В связи с этим каждому сотруднику ОВД необходимо на достаточном уровне владеть оружием. Ведь никто не застрахован от того, что ему не придется применять табельное огнестрельное оружие.

Как справедливо отмечает Ю.А. Напалков, на сегодняшний день в процессе обучения сотрудников полиции, слушателей и курсантов стрельбе из огнестрельного оружия для выполнения ими задач по охране общественного порядка есть некоторые пробелы [2, с. 80]. Практика применения табельного оружия показывает, что часто уровень огневой подготовки сотрудников ОВД является недостаточным для эффективных действий в различных ситуациях [3, с. 135]. Значимость данной проблемы характеризует значительное число случаев гибели сотрудников органов внутренних дел при исполнении служебных обязанностей. По данным ЮНЕСКО сотрудники полиции в России погибают в 2,5 раза чаще, чем в США и во Франции [4, с. 251].

Несомненным источником для оптимизации процесса обучения могут стать традиции профессиональной педагогики и образовательной практики, иллюстрирующие изюминку вуза и складывающиеся в ходе развития того или иного учебного заведения, и, бесспорно, они могут оказывать существенное влияние на цели и содержание обучения курсантов вуза МВД РФ [5, с. 21]. Так при обучении по дисциплине «Огневая подготовка» в Краснодарском университете МВД России используется методика, согласно которой в начале обучения курсантам прививаются умения и навыки стрельбы без ограничения по времени на дистанции 25 м, после чего происходит обучение скоростной стрельбе на дистанции 20 м. В дальнейшем полученные навыки

скоростной стрельбы используются при выполнении контрольного упражнения № 4 стрельб из пистолета с дистанции 10 м в заданную зону поражения.

В общем виде под навыком понимаются, в большей степени, автоматизированные двигательные действия, при этом это может быть не только целостное действие, а его отдельные составляющие. С физиологической точки зрения навык – это не что иное, как сложная система сформированных условно-рефлекторных связей в коре головного мозга, объединенных между собой [6, с. 156].

Необходимо отметить, что формирование навыка стрельбы из пистолета Макарова на дистанциях 20-25 м построено по классической схеме и требует от обучаемых плавного нажатия на спусковой крючок пистолета с концентрацией внимания на прицельных приспособлениях. Это довольно непросто и требует упорных тренировок обучающихся с учебным и боевым оружием. В итоге правильный навык скоростной стрельбы на дистанциях 20-25 м в большей или меньшей степени закрепляется у всех обучающихся.

Однако, при обучении огневой подготовке все большую популярность набирает так называемая «практическая стрельба». По мнению одного из идеологов данного направления В.А. Крючина, уникальность практической стрельбы заключается в том, что условия соревнований по этому виду спорта максимально возможно воссоздают условия реального применения огнестрельного оружия: будь то охота, выполнение служебного долга или защита Родины [7, с. 9]. В основу «практической стрельбы» положены скоростные упражнения стрельбы из пистолета Макарова и автомата Калашникова, характеризующиеся короткой дистанцией до цели (до 10 м для пистолета Макарова и до 15 м для автомата Калашникова) и существенным ограничением по времени.

Так при проведении соревнований по стрельбе из боевого ручного стрелкового оружия среди образовательных организаций МВД России «тактические упражнения» (по правилам Международной Федерации практической стрельбы) уже вытеснили некоторые «классические упражнения» (например, упражнение ПБ-3) из командного зачета.

Если данная тенденция сохранится, то упражнения стрельб из пистолета на средних дистанциях (20-25 м) могут быть полностью или большей частью заменены упражнениями «практической стрельбы», что может привести к утрате навыка стрельбы на средних дистанциях.

При обучении стрельбе на коротких дистанциях (по условиям упражнений «практической стрельбы») от обучаемых не требуется плавного нажатия на спусковой крючок, сосредоточения внимания на прицельных приспособлениях оружия также не требуется. Это происходит в силу того, что при стрельбе на дистанции 5 м стреляющий, быстро нажав на спусковой крючок, все равно поразит мишень, так как она расположена близко. По этой же причине прицеливанию также не уделяется должного внимания. Время на выполнение подобных упражнений минимально, что требует от стреляющего совершения быстрых действий, связанных с извлечением оружия из кобуры и приведением его в готовность к применению. Обучиться выполнению данных упражнений несложно. Для того чтобы быстро нажать на спусковой крючок оружия, особой подготовки не требуется. Необходимая скорость в выполнении подобных упражнений достигается многократным повторением совершаемых действий с применением учебного оружия.

Как видно из вышеизложенного, навыки скоростной стрельбы из пистолета на коротких (5-7 м) и средних (20-25 м) дистанциях сильно отличаются. В некоторых ас-

пектах они прямо противоположны: то, что необходимо делать в одном случае, будет признано ошибкой в другом. Например, при стрельбе из ПМ на 25 м быстрое нажатие на спусковой крючок – ошибка, которая может привести к промаху, а при стрельбе на короткой дистанции – это необходимость и правильное действие.

В результате обучения по условиям упражнений «практической стрельбы» правильный навык скоростной стрельбы на средних дистанциях (20-25 м) полностью или частично утрачивается. Обучаемые привыкают дергать за спусковой крючок и на дистанции 20-25 м при стрельбе из пистолета Макарова поразить грудную мишень не в состоянии.

Необходимо отметить, что каждый сотрудник (тем более офицер-выпускник образовательной организации МВД России) должен обладать обоими навыками и одинаково уверенно поражать мишени на дистанции 25 м, плавно нажимая на спусковой крючок, и практически бесприцельно и очень быстро на дистанциях 5-7 м с быстрой обработкой спуска.

Для поддержания навыков стрельбы на средних дистанциях во время занятий по огневой подготовке полезно отрабатывать элементы производства меткого выстрела «вхолостую» с использованием учебного оружия, выполняя при этом самые простые упражнения. Например, производство спуска курка, согласованного с прицеливанием, стоя с одной руки, а также с использованием двуручной изготки. Данное упражнение поддерживает на достаточном уровне навык плавной обработки спуска, а также укрепляет мышцы руки, удерживающей оружие (у стрелков, не имеющих запаса статической выносливости, утомление наступает раньше, чем фаза относительной устойчивости оружия, и результативность стрельбы значительно снижается [8, с. 141-142]).

Вышеописанное упражнение тренировки «вхолостую» многим может показаться банальным и лишним, однако без его регулярного выполнения навык плавной обработки спуска будет постепенно утрачиваться.

Постепенная утрата «неиспользуемого» навыка – это объективное обстоятельство, характерное не только для стрельбы, но и для любого другого вида спорта или деятельности. В качестве примера можно привести отрывок из автобиографии Заслуженного тренера РСФСР Олега Ивановича Романцева, самого титулованного тренера в истории чемпионатов России по футболу (восемь чемпионских званий): «В «Спартаке» у нас почти все упражнения были с мячом. Много было элементарных. Кому-то они даже могут показаться смешными. Представляете, игроки уровня сборной стоят друг напротив друга и в течение 20 минут перекачивают мяч друг другу. И так едва ли не каждый день. Я и в сборной такое практиковал, потому что понимал – навыки теряются. Константин Иванович (Бесков – прим. авт.) не раз приводил нам цитату великого пианиста Антона Рубинштейна: «Если я день не поиграл – сам чувствую. Два не поиграл – чувствует жена. Три – почувствуют обычные слушатели». В футболе все то же самое. Навыки надо поддерживать. Не отрабатывал ты передачи неделю – потом в игре отдаешь пас, а он ни с того ни с сего у тебя корявый» [9, с. 291]. Все, сказанное О.И. Романцевым в своей автобиографии про постепенную потерю неиспользуемых навыков, справедливо для любого другого вида спорта или деятельности, в том числе и для стрельбы, так как любой «неиспользуемый» навык достаточно быстро утрачивается.

Для поддержания навыков стрельбы из пистолета на средних дистанциях помимо отработки элементов техники производства меткого выстрела «вхолостую» необходимо ввести в обучение курсантов вузов МВД России на 4-5 курсах обучения ком-

бинированные упражнения, в ходе выполнения которых обучаемому необходимо будет поражать мишени из пистолета Макарова на дистанциях от 5 до 25 м. Это позволит отрабатывать навыки быстрого приведения оружия в готовность к применению и стрельбы с быстрой обработкой спуска, помимо этого позволит поддерживать навык скоростной стрельбы на средних дистанциях на достаточном уровне.

Наличие разноудаленных мишеней будет способствовать развитию у обучаемого тактического мышления: ему необходимо будет с учетом дистанции до цели выбирать способ и скорость нажатия на спусковой крючок оружия, то есть, другими словами, выбирать какой из навыков скоростной стрельбы задействовать при производстве конкретного выстрела в упражнении [10, с. 105].

Список использованных источников

1. Карабаш Д.В. Профессиональная компетенция как готовность преподавателя к профилактике и коррекции агрессивного поведения курсантов образовательных организаций МВД России // Вестник Краснодарского университета МВД России. 2017. № 1 (35). С. 159-162.

2. Напалков Ю.А. Неблагоприятные факторы в обучении стрельбе из огнестрельного оружия, влияющие на выполнение задач по охране общественного порядка сотрудниками полиции // Актуальные вопросы тактики охраны общественного порядка и общественной безопасности: сборник научных статей: материалы межвузовской научно-практической конференции. Иркутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2018. С. 76-81.

3. Савчук Н.А. Актуальные проблемы огневой подготовки сотрудников органов внутренних дел // Особенности подготовки сотрудников полиции к применению специальных средств, физической силы и огнестрельного оружия : сб. науч. ст. / редкол. : А.А. Тихонов, Р.А. Мерзликин, А.А. Редько, В.А. Репин. Электрон. дан. (3,19 Мб). Волгоград : ВА МВД России, 2015. С. 135-138.

4. Таран А.Н. Морально-психологическая устойчивость курсантов учебных заведений МВД России в процессе обучения огневой подготовке // Общество и право. 2013. № 3 (45). С. 251-255.

5. Зимин Л.А. О создании педагогических условий непрерывного профессионального тактико-специального образования // Экономика. Право. Печать. Вестник КСЭИ. 2017. № 4 (76). С. 21-24.

6. Пугачев А.В. Специфические особенности формирования навыков стрельбы из боевого оружия // Актуальные вопросы совершенствования тактико-специальной, огневой и профессионально прикладной физической подготовки в современном контексте практического обучения сотрудников органов внутренних дел [Электронный ресурс]: материалы межведомственного Круглого стола с международным участием. Электрон. дан. (1,67 Мб). СПб.: Санкт-Петербургский университет МВД России, 2018. С. 156-159.

7. Крючин В.А. Практическая стрельба : практическое руководство. – Пермь : «Звезда», 2006.

8. Якоб А.А. Тренировка для развития специальной выносливости стрелка // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: материалы XVIII Междунар. научн.-практич. конф. В 2 т. Том II. – кутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2016. – 141-143.

9. Романцев О.И. Правда обо мне и «Спартак» / Олег Романцев, Денис Целых. Москва: Эксмо, 2018. 480 с.

10. Никитин К.И. Некоторые аспекты обучения курсантов по специализации «Деятельность специальных подразделений органов внутренних дел» // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : материалы XVIII Международ. научн.-практич. конф. В 2 т. Том II. Иркутск : ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2016. С. 103-108.

11. Струганов С.М., Украинский С.В., С.Н. Баркалов Некоторые особенности методики подготовки сотрудников органов внутренних дел к ведению огня в условиях, ограничивающих прицеливание // Вестник краснодарского университета МВД России. 2019. № 1 (43). С. 96-100.

УДК 342

Родионов Евгений Александрович, преподаватель кафедры тактико-специальной подготовки,
Фирюлин Максим Евгеньевич, кандидат технических наук, преподаватель кафедры автоматизированных информационных систем ОВД,
Воронежский институт МВД России,
e-mail: eugeny.svistunov2017@yandex.ru, orugejnik68@mail.ru

ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ ПРИ НЕСЕНИИ СЛУЖБЫ В ОСОБЫХ УСЛОВИЯХ

Аннотация. В предлагаемой статье рассматривается система подготовки сотрудников органов внутренних дел к несению службы в особых условиях и сложных ситуациях в виде комплексного процесса.

Ключевые слова: личная безопасность, сотрудник полиции, физическая сила, огнестрельное оружие, специальные средства, защита жизни и здоровья.

Особенности личной безопасности сотрудников полиции представляют собой комплексную проблему.

Во время несения службы в особых условиях по охране общественного порядка и общественной безопасности, вопросы обеспечения личной безопасности полицейских должны занимать одно из ведущих мест. Особое внимание данной проблеме должно уделяться как со стороны полицейских непосредственно несущих службу, так и их руководителям.

Ежедневно во время исполнения своих служебных обязанностей полицейские сталкиваются с выполнением простых и хорошо знакомых каждому действий, таких как: проверка документов, личный досмотр и досмотр транспортного средства, задержание, доставление и целый ряд других мероприятий, однако проявление излишней самоуверенности и пренебрежение правилам обеспечения личной безопасности, могут повлечь за собой негативные последствия для жизни и здоровья сотрудника [1, с. 160].

Риск физическому здоровью является объективной составляющей в профессиональной деятельности сотрудников правоохранительных органов и специальная работа по обеспечению их личной безопасности чрезвычайно важна.

В условиях выполнения служебных обязанностей велика вероятность спонтанных, немотивированных, и потому наиболее опасных, посягательств на здоровье и жизнь сотрудников полиции со стороны отдельных категорий правонарушителей.

Неумелые и непрофессиональные действия сотрудников полиции порой в данных ситуациях приводят к фатальным последствиям, которых возможно было бы избежать.

В настоящее время оперативно-служебная деятельность сотрудника полиции часто затрагивает особые условия службы, в которых от правильности действий, в том числе и правильности с точки зрения применения закона, а также эффективности этих действий, зависит не только их личная безопасность, но и безопасность граждан; успешное решения конкретной служебной задачи.

Действия сотрудников полиции, которые протекают в особых условиях службы:

- обеспечение защиты граждан и себя от противоправных посягательств;
- задержание лиц, совершивших правонарушение или преступление;
- решение сложных оперативно-служебных задач;
- чрезвычайных обстоятельствах;
- подготовка к решению основных задач.

Особые условия службы, как правило, характеризуются следующими факторами:

- угрозой для жизни и здоровья сотрудника и граждан;
- ограниченностью во времени (сложно оценить ситуацию и принять правильное целесообразное решение;
- эмоциональной напряженностью;
- высокой степенью ответственности за последствия действий, совершенных сотрудником полиции;
- применением физической силы (а в некоторых ситуациях и специальных средств, и огнестрельного оружия) [3].

Причинения тяжкого вреда здоровью человека часто происходит из-за ошибок и неточности в деятельности полицейских, их ненадлежащей подготовки к решению поставленных задач.

Специальная подготовка сотрудника полиции к действиям, связанным со сложными ситуациями и имеющими нестандартный исход, должна носить системный, комплексный и целенаправленный характер.

В настоящее время сложностью является противоречие между подготовкой выпускников вузов МВД России и профессиональными требованиями, которые относятся к действующим сотрудникам полиции сталкивающимися с экстремальными ситуациями в процессе служебной деятельности [4].

Из этого можно сделать вывод, что на сегодняшний момент необходимая методика подготовка сотрудников полиции к действиям, связанным с особыми условиями службы, а также со сложными ситуациями требует переработки.

Для обеспечения защиты, а также устранения угрозы здоровью и жизни граждан и себя от противоправных посягательств, сотрудник правоохранительных органов должен в ограниченный период времени, руководствуясь нормативно-правовыми актами применить физическую силу, специальные средства и огнестрельное оружие, имеющиеся у него на вооружении, для решения сложившейся ситуации.

Таким образом, наиболее значимыми этапами подготовки к действиям в сложных ситуациях являются предварительная подготовка и основная.

Принцип предварительной подготовки основывается на объединении этапов подготовки сотрудника при осуществлении служебной деятельности. Сотрудник, перед тем как заступить на службу, обязан проверить экипировку, специальные средства и оружие, знать и уметь применять их на практике.

Принцип основной подготовки заключается в эффективном и правомерном решении поставленных основных-служебных и служебно-боевых задач, которые могут быть связаны с повышенными умственными, психическими и физическими нагрузками, а также основывается на правильной оценке опасностей в виде грамотного и правильного реагирования на них. При оценке опасности необходимо определить, что именно представляет или может представлять опасность, какие могут быть последствия, и выбрать методы и тактику адекватного реагирования на нее, то есть правила правильного поведения.

Правильное поведение – один из главных факторов, так как правильная оценка складывающейся ситуации является залогом успешного выполнения задания [2].

Рассмотренные нами компоненты в процессе подготовке сотрудников органов внутренних дел к несению службы в особых условиях и сложных ситуациях реализуются в виде предварительной и основной подготовки, которая представляет собой комплексный процесс.

Список использованных источников

1. Гричанов А.С. Условия профессиональной защищенности как основа служебно-профессиональной безопасности сотрудников органов внутренних дел / А.С. Гричанов // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2016. № 2 (31). С. 160-162.
2. Самороковский А.Ф. Совершенствования подготовки сотрудников полиции по обеспечению личной безопасности в ходе несения службы: учебное методическое пособие / А.Ф. Самороковский, С.Д. Селиванов, А.В. Корчагин, Е.П. Мальцев, Н.А. Фокина. – Воронеж: Воронежский институт МВД России, 2017. – 45 с.
3. Самороковский А.Ф. Подготовка и несение службы сотрудниками полиции по охране общественного порядка и безопасности: учебное методическое пособие / А.Ф. Самороковский, А.Ш. Бибиев, А.В. Корчагин. – Воронеж: Воронежский институт МВД России, 2013. – 97 с.
4. Самороковский А.Ф. Тактико-специальная подготовка курсантов в рамках начальной профессиональной подготовки: учебное методическое пособие / А.Ф. Самороковский, С.Д. Селиванов, В.В. Кулемин, Е.П. Мальцев. – Воронеж: Воронежский институт МВД России, 2016. – 86 с.

Самойленко Виталий Васильевич, кандидат военных наук, доцент,
начальник кафедры общевоенных дисциплин;
Пинчук Алексей Алексеевич, старший преподаватель кафедры общевоенных
дисциплин,
Военно-воздушная академия имени профессора Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина,
Россия, 394064, г. Воронеж, ул. Старых Большевиков, 54А,
e-mail: vitalisam@mail.ru

ВНЕДРЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ АРМЕЙСКОЙ ТАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБЫ В ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ КУРСАНТОВ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ В ВОЕННОМ АВИАЦИОННОМ ВУЗЕ

Аннотация. В статье рассмотрены вопросы внедрения элементов армейской тактической стрельбы в процесс обучения курсантов огневой подготовке с целью повышения их уровня применения штатного стрелкового оружия при выполнении специальных обязанностей.

Ключевые слова: армейская тактическая стрельба, огневая подготовка, курсанты, обучающиеся, преподаватели, военный авиационный вуз, штатное стрелковое оружие.

29 августа 2019 года под руководством заместителя Министра обороны Российской Федерации генерал-лейтенанта Юнус-Бека Евкурова в Многофункциональном огневом центре парка «Патриот» состоялось заседание организационного комитета по созданию Федерации «Армейской тактической стрельбы». Выполняя указания Министра обороны Российской Федерации генерала армии С.К. Шойгу по внедрению упражнений с элементами армейской тактической стрельбы в огневую подготовку войск данный вид стрельбы становится неотъемлемой частью боевой подготовки военнослужащих Вооружённых Сил Российской Федерации. В связи с этим, актуальным является внедрение элементов армейской тактической стрельбы и в процесс обучения курсантов военного авиационного вуза, что будет способствовать совершенствованию огневой выучки будущих офицеров.

Объектом исследования является процесс внедрения элементов армейской тактической стрельбы в процесс обучения курсантов огневой подготовке в военном авиационном вузе.

Предмет исследования: армейская тактическая стрельба, как форма повышения уровня подготовки курсантов к применению штатного стрелкового оружия.

Цель исследования: выявить проблемные вопросы, которые являются актуальными на этапе внедрения элементов армейской тактической стрельбы в процесс подготовки будущих военных авиационных специалистов.

Задача исследования: определить пути решения проблемных вопросов, которые являются актуальными на этапе внедрения элементов армейской тактической стрельбы в процесс обучения курсантов по огневой подготовке в военном авиационном вузе.

По мнению ряда авиационных командиров, совершенствование навыка владения штатным стрелковым оружием занимает отнюдь не главное место в системе профессионально-должностной подготовки военнослужащих Военно-воздушных сил. Тем не менее, каждый военнослужащий, допущенный к несению службы с оружием, обязан

уверенно владеть вверенным ему штатным стрелковым оружием. Основное штатное стрелковое оружие в частях и подразделениях Военно-воздушных сил это 9-мм пистолет Макарова и 5,45-мм автомат Калашникова различных модификаций.

Существует статистика огневых контактов с использованием короткоствольного оружия:

- в России – 60,8% случаев применения оружия на дистанции менее 10-ти метров [1];

- в Великобритании – 86,2% случаев применения оружия на дистанции менее 5-ти метров;

- в США – 56,6% случаев применения оружия на дистанциях 3-5 метров, до 90% всех огневых контактов происходит на дистанции до 7-ми метров [2].

При несении караульной службы расположение охраняемых объектов и границ поста, как правило, допускает применение оружия (автомата АК74) на дистанциях от 10 до 50 м.

Таким образом, бой на предельно малых дистанциях с использованием огнестрельного оружия составляет более половины всех огневых контактов. В Курсе стрельб КС СО БМ и Т – 2003, который является руководящим документом при организации и проведении стрельб в авиационных частях, упражнений стрельб на таких дистанциях не предусмотрено.

При всей эффективности внедрения армейской тактической стрельбы в систему боевой подготовки, существуют проблемные вопросы, учитывающие специфику Военно-воздушных сил:

- отсутствие штатных войсковых стрельбищ и тиров;

- отсутствие квалифицированных инструкторов;

- ограниченный лимит специальных боеприпасов для армейской тактической стрельбы;

- отсутствие единой методики проведения занятий по армейской тактической стрельбе, учитывающей специфику выполнения различных задач специалистами авиационных частей;

- отсутствие достаточного количества часов, выделяемых на огневую подготовку, как в авиационных частях, так и для подготовки курсантов ВУЗов Военно-воздушных сил.

Рассмотрим более подробно каждую из вышеперечисленных проблем и пути их решения.

Проблема отсутствия штатных войсковых стрельбищ и тиров. В типовом табеле штатов авиационных частей войсковое стрельбище и стрелковый тир отсутствуют. И это вполне обосновано экономически, исходя из специфики выполняемых авиационными частями мероприятий по подготовке летного состава к выполнению задач по предназначению. Именно на этом построена вся система боевой подготовки авиационных частей. Тем не менее, военнослужащие любой авиационной части ежедневно выполняют задачи по охране, а в военное время – обороне объектов аэродрома и стоянок авиатехники, несут службу в нарядах, выполняют задачи по сопровождению грузов, задачи антитеррористической направленности.

Где и каким образом поддерживать и совершенствовать навык обращения со штатным стрелковым оружием? Необходимо отметить следующие направления решения данной проблемы:

- создание открытых тиров для автомата (100 м) и пистолета (25 м), спроектировав их с соблюдением требований безопасности на территории аэродрома (там же

необходимо оборудовать площадку для армейской тактической стрельбы);

использование электронных стрелковых тренажеров типа «SCATT» и интерактивных стрелковых комплексов типа «Рубин», под которые можно оборудовать любой учебный класс.

Проблема отсутствия квалифицированных инструкторов. Отбор и подготовку инструкторов по армейской тактической стрельбе необходимо организовать в военных вузах из курсантов, показавших отличные результаты при выполнении упражнений стрельб. В программу подготовки инструкторов включить обучение навыкам владения всеми видами штатного оружия, работу с электронными стрелковыми тренажерами и отработку элементов армейской тактической стрельбы. Занятия проводить в системе дополнительного профессионального образования с привлечением преподавателей огневой подготовки.

Проблема ограниченного лимита специальных боеприпасов для армейской тактической стрельбы. Данную проблему предлагается решать путем использования при стрельбе штатных боеприпасов со стальным сердечником и установки стандартного мишенного оборудования для армейской тактической стрельбы, в том числе поперов, на безопасные расстояния, выбирая расстановку мишеней к направлению стрельбы, исключающей рикошет пуль.

Проблема отсутствия единой методики проведения занятий по армейской тактической стрельбе, учитывающей специфику выполнения различных задач специалистами Военно-воздушных сил. Внедрение элементов армейской тактической стрельбы в процесс обучения на занятиях по огневой подготовке позволяет моделировать любые ситуации в зависимости от специфики выполняемых задач (караульная служба, патрульная служба, задачи антитеррора, охрана и сопровождение), что позволит приблизить выполнение упражнения стрельб к реальным ситуационным и временным условиям. Особое внимание следует уделить поэтапному формированию навыков армейской тактической стрельбы с учетом требований безопасности. Мнение преподавательского состава кафедры общевоздушных дисциплин ВУНЦ ВВС «ВВА» по внедрению в процесс обучения элементов практической стрельбы предполагает реализацию следующих этапов подготовки курсантов:

отработка навыков практической стрельбы с использованием интерактивного стрелкового тренажера «Рубин»;

выполнение упражнений практических стрельб на открытом стрелковом комплексе с использованием пневматического оружия;

выполнение упражнений практических стрельб на открытом стрелковом комплексе с использованием боевого оружия.

Проблема отсутствия достаточного количества часов, выделяемых на дисциплину «Огневая подготовка» как в авиационных частях, так и для подготовки курсантов военных авиационных ВУЗов. В настоящее время изменить количество часов на огневую подготовку не представляется возможным, в связи со сформированными учебными планами военных авиационных ВУЗов, соответствующими Федеральным образовательным стандартам по специальностям подготовки. В данной ситуации проблему предлагается решать следующим путем:

создать дополнительные учебные места для проведения учебных занятий на стрельбище, более эффективно использовать учебное время занятий по расписанию;

планировать и проводить дополнительные занятия по огневой подготовке в часы самостоятельной работы обучающихся с применением трёхэтапной подготовки, указанной выше.

Таким образом, внедрение элементов армейской тактической стрельбы в процесс обучения курсантов в военном авиационном вузе требует решения ряда вышеперечисленных проблемных вопросов, которые являются актуальными на данном этапе подготовки будущих военных специалистов – офицеров авиационных частей и их необходимо решать авиационным вузам незамедлительно.

Список использованных источников

1. Ванштейн Л.М. Основы стрелкового мастерства. М.: Издательство ДОСА-АФ, 1960. 230 с.
2. Торопов В.А. Огневая подготовка в частных охранных предприятиях: учеб. пособие / В.А. Торопов, В.М. Скрипов; под общ. ред. В.П. Сальникова. СПб.: СПбУ МВД России, 2000. 334 с.

УДК: 378.6

Самороковский Андрей Федорович, кандидат технических наук, доцент,
начальник кафедры тактико-специальной подготовки;
Орленко Сергей Викторович, заместитель начальника кафедры тактико-специальной
подготовки,
Воронежский институт МВД России,
Россия, 394053, г. Воронеж, проспект Патриотов, 53,
e-mail: samorokovskii@vimvd.ru

ПРИМЕНЕНИЕ ИНТЕРАКТИВНОГО МЕТОДА ОБУЧЕНИЯ «РОЛЕВАЯ ИГРА» ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО ТАКТИКО-СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ

Аннотация. В статье изложены способы повышения эффективности профессиональной подготовки будущих сотрудников полиции с применением интерактивных методов.

Ключевые слова: профессиональная подготовка сотрудников полиции, профессиональные умения, интерактивные методы.

В последнее время большое значение руководством МВД России уделяется профессиональной подготовке сотрудников. Особая роль в профессиональной подготовке отводится образовательным организациям МВД России. В настоящее время в этих организациях осуществляется подготовка по программам высшего образования, профессиональной подготовки, дополнительного профессионального образования. Данные формы обучения направлены на развитие у обучающихся различных компетенций, которые необходимы для практической деятельности. Применения знаний, умений и навыков на практике, способность реализовать их в сложной нестандартной ситуации, являются на настоящий момент главными направлениями в подготовке полицейского.

Служебная деятельность сотрудников органов внутренних дел непосредственно связана с выполнением различных оперативно-служебных задач, включая обеспечение общественной безопасности, охрану общественного порядка, противодействие преступности и т.д. Особое место в подготовке сотрудников полиции отводится их

тактической подготовке, которая включает в себя большей спектр учебных вопросов, включая отработку действий по обследованию мест возможного укрытия лиц, подозреваемых в совершении преступления, задержание вооружённых правонарушителей в различных местах и т.д. Таким образом возникает необходимость проведения практических занятий, обстановка на которых, была бы максимально приближена к реальной [1].

В данном случае при проведении таких занятий целесообразно использовать интерактивный метод «ролевой игры». Целью данного метода является формирование профессиональных компетенций у обучающихся в условиях максимально приближенным к реальным, осуществление эффективного взаимодействия в этих ситуациях. Для проведения практических занятий преподаватель осуществляет разработку сценария, проводит распределение ролей среди обучающихся, готовит задания (вводные) и материальное обеспечение, проводит инструктаж по мерам безопасности [2].

Из состава учебной группы назначаются один или два курсанта (слушателя), которые выполняют роли «преступников», определяется состав функциональных групп (досмотра, блокирования, задержания конвоирования и т.д.). После проведения инструктажа и постановки задач, назначенные группы приступают к выполнению задачи, при обнаружении «условных преступников» осуществляют их задержание, проводят с ними дальнейшие действия по досмотру и доставлению в указанное место. Курсанты (слушатели) должны чётко осознавать, что задержание правонарушителей в помещениях сложно и опасно, в особенности, когда они ожидают задержания и могут оказать неповиновение законным требованиям и распоряжениям сотрудника полиции.

В целях предотвращения побега задерживаемых лиц через окна, подвалы или по крышам необходимо вести наблюдение за этими местами и блокировать их. При проведении задержания «условных преступников» возможно применение вводной «короткое замыкание», в результате чего, многие «условные жильцы» подъезда будут вынуждены выйти на лестничные клетки, что поставит под угрозу их жизнь и здоровье. В связи с этим обучающиеся должны учитывать возможное осложнение обстановки, когда могут пострадать посторонние лица, либо «преступники» могут слиться с толпой, принять все возможные меры по недопущению причинения различного ущерба «условным жильцам».

В целях обеспечения личной безопасности сотрудников передвижение по лестничным маршам осуществляется бесшумно, небольшими равномерными перебежками, прижимаясь к стене. Для укрытия могут использоваться выступы в стенах, учебное оружие держится в изготовленном для стрельбы состоянии. При задержании «условных правонарушителей» все участники «ролевой игры» действуют с учётом складывающейся тактической обстановки.

Данная игра позволяет отрабатывать весь спектр учебных вопросов тактических действий сотрудников полиции при обнаружении и задержании правонарушителей, вопросы скрытного подхода к зданию, подъезду дома и т.п.

По окончании «ролевой игры» проводится её обсуждение с детальным анализом возникших ситуаций. Обсуждение, как правило, начинается с вопросов к исполнителям:

как они сами оценивают свои действия;

стали бы они действовать подобным образом в реальной обстановке или нет и т.п.

Участники «ролевой игры» получают возможность критически оценить свои действия. После этого курсанты (слушатели) учебной группы, выступающие в роли «арбитров» и «наблюдателей» (это большая часть группы), высказывают свои замечания и дают оценки увиденному и услышанному. Преподаватель при проведении занятия обеспечивает соблюдение законности и мер личной безопасности, страховки при выполнении заданий. Очень важно, чтобы во время проведения «ролевой игры», «наблюдатели» не мешали исполнителям советами, выражая своё одобрение или неодобрение их действиям. Мнения исполнителей и «наблюдателей» анализируются и систематизируются преподавателем, который по окончании «ролевой игры» подводит итоги дискуссии, дает оценку работе малых групп, выполненным заданиям с учетом распределения ролей, и эффективности принимаемых решений обучающимися.

Анализ проведенных практических занятий показывает, что грамотное и рациональное использование интерактивных методов формирования профессиональных умений у обучающихся, позволяет:

расширять возможности преподавателя, интенсифицировать процесс обучения, творческого осмысления теоретических знаний, полученных на аудиторных занятиях и в процессе самостоятельной работы, направленных на практическое применение формируемых умений курсантов (слушателей) при проведении практических занятий;

активизировать вовлечение обучающихся как в познавательную деятельность, связанную с приобретением профессиональных умений сотрудника полиции, так и в процесс практического использования приобретаемых умений для решения тех задач, которые ставятся преподавателем;

развивать способности обучающихся анализировать различные ситуации применения профессиональных умений, видеть проблемные моменты, искать и обосновывать целесообразные варианты выхода из сложных ситуаций служебной деятельности [3].

Список использованных источников

1. Черников Д.Н. Особенности выработки устойчивых психологических качеств у сотрудников специальных подразделений МВД России в условиях, связанных с риском для жизни при выполнении служебно-боевых задач / Д.Н. Черников, К.А. Мельник, С.В. Орленко // Инновационная наука. 2016. № 2. С. 151.

2. Теория и методика обучения и воспитания в условиях многоуровневого образования: сб. науч. трудов аспирантов, магистрантов и молодых ученых / сост. Я.А. Глазова; А.А. Задорова; науч. ред. А.И. Тимонин. Кострома: КГУ им. Некрасова, 2015. Вып.1. 304 с.

Тюкин Василий Георгиевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической подготовки;
Лякутина Маргарита Алексеевна, слушатель 5 курса факультета подготовки сотрудников полиции и следователей,
Барнаульский юридический институт МВД России,
Россия, 656038, г. Барнаул, ул. Чкалова, 49,
e-mail: G-TON@mail.ru

ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ ТЕРРОРИСТИЧЕСКИМ УГРОЗАМ КАК ОДНО ИЗ ОСНОВНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Аннотация. Современное российское общество переживает трансформацию системы ценностей, обусловленную модернизацией общественной жизни. Процессы глобализации, втягивающие население стран в миграционные потоки, приводят к усложнению структурных связей конкретных обществ и всего сообщества в целом. Эти факторы в определенной степени стимулируют напряженность в межнациональных отношениях, сопровождающуюся межэтническими конфликтами. В связи с этим проблема совершенствования противодействия угрозам терроризма органами внутренних дел приобретает в настоящее время особую остроту и актуальность.

Ключевые слова: терроризм, экстремизм, идеология терроризма, противодействие терроризму, террористический акт.

Терроризм является одной из основных угроз национальной безопасности Российской Федерации. Профилактика терроризма – это одно из ключевых направлений в деятельности органов государственной власти и местного самоуправления [3, с. 38].

В настоящее время участились случаи поступления сообщений в ОВД о готовящемся террористическом акте. В связи с этим необходимо усилить работу по профилактике и противодействию террористической деятельности [1, с. 161].

К сожалению, в Алтайском крае, как и в целом в стране, продолжают распространяться идеологии терроризма. Вербовке террористических организаций подвергается в большинстве случаев молодежь в возрасте от 16 до 25 лет посредством сети Интернет. Поэтому профилактическую деятельность необходимо проводить среди данной категории лиц постоянно.

В декабре 2017 года и январе 2018 года в соответствии Федеральным законом «О противодействии терроризму» от 06.03.2006 № 35-ФЗ и краевой программой «Противодействие экстремизму и идеологии терроризма в Алтайском крае» на 2015-2019 годы сотрудники пограничного управления с привлечением сотрудников ГУ МВД России по Алтайскому краю в образовательных учреждениях г. Барнаула и приграничных районах региона провели среди обучающихся комплекс мероприятий, нацеленных на профилактику терроризма [4].

Следственным управлением Следственного комитета Российской Федерации по Алтайскому краю при взаимодействии с другими правоохранительными органами и органами государственной власти принимается различный комплекс мер по противодействию терроризму. В данный комплекс входит разработка межведомственных и ведомственных документов, проведение коллегий и совещаний, осуществление постоянного мониторинга СМИ, уделяя особое внимание материалам в сети Интернет.

Среди населения, прежде всего молодежи, ведется профилактическая работа в виде посещения сотрудниками правоохранительных органов образовательных учреждений с информированием учащихся, их родителей и педагогов о противодействии терроризму [2, с. 120].

Несмотря на тот объем проводимых мероприятий среди различных слоев населения в Алтайском крае, целесообразно усилить меры по противодействию терроризму исходя из обстановки во всем мире в целом.

При проведении профилактических мероприятий в целях противодействия терроризму необходимо:

1) Постоянно информировать все слои населения, уделяя особое внимание лицам от 16 до 25 лет. При этом демонстрировать различные видеофильмы по противодействию терроризму, разъяснять ответственность за совершение преступлений террористической направленности, раздавать памятки антитеррористической безопасности.

2) Уделять особое внимание лицам, страдающим психическими расстройствами. Обращать внимание педагогов и родителей данной категории лиц на контроль за действиями, психическим и психологическим состоянием, за кругом общения своего ребенка.

3) Постоянно проводить учения антитеррористической направленности в местах массового скопления людей, в образовательных организациях, на различных предприятиях.

4) Оборудовать места массового скопления людей кнопками тревожной сигнализации, памятками и алгоритмами действия при обнаружении подозрительных предметов, а также номерами телефонов служб, в которые можно обратиться при возникновении террористической угрозы.

5) Проводить постоянный мониторинг СМИ и сети Интернет на наличие материалов террористической направленности, своевременно изолировать население от подобных материалов.

Таким образом, можно сказать о том, что элементарная бдительность и сознательность граждан может стать ключевым моментом по предупреждению террористической деятельности на стадиях приготовления и реализации террористического акта. Только общими усилиями государство может справиться с таким противоправным явлением, как терроризм.

Список использованных источников

1. Гричанов А.С. Условия профессиональной защищенности как основа служебно-профессиональной безопасности сотрудников органов внутренних дел // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2016. № 2 (31). С. 160-162.

2. Заречнев Д.О., Гричанов А.С. К вопросу об инновационной модели образования // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2012. № 1 (22). С. 119-121.

3. Медов М.У. Основные причины распространения терроризма. Российский следователь. 2015. № 8. С. 38-41.

4. Противодействие терроризму [Электронный ресурс]. URL: <http://altai-krai.sledcom.ru/> (дата обращения: 28.08.2019).

Устиловская Оксана Владимировна, старший преподаватель кафедры
огневой подготовки;
Логвинов Евгений Владимирович, преподаватель кафедры огневой подготовки,
Дальневосточный юридический институт МВД России,
Россия, 680020, г. Хабаровск, пер. Казарменный, 15,
e-mail: shooterdvmvd@mail.ru

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ МЕТОДИК СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СТРЕЛКОВ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Аннотация. Работа посвящена анализу содержания современных методик подготовки стрелков-спортсменов в контексте возможности их использования в процессе огневой подготовки сотрудников органов внутренних дел.

Ключевые слова: сотрудники органов внутренних дел, огневая подготовка, спортивная стрельба, методики подготовки.

Методика огневой подготовки сотрудников органов внутренних дел на определенном этапе своего развития основывалась на методиках спортивной стрельбы [3]. Однако с течением времени стало очевидным, что между спортивной стрельбой и практикой применения огнестрельного оружия сотрудниками правоохранительных органов существуют принципиальные различия, которые необходимо учитывать при организации профессионального обучения личного состава подразделений органов внутренних дел.

Так при подготовке стрелков к проведению соревнований ими отрабатываются навыки обращения с оружием и тактические действия в рамках строго регламентированных упражнений стрельб. В пулевой стрельбе за основу оценки результатов берется точность попадания и достоинство пробойны на мишени. Имеются упражнения со стрельбой в ограниченное время и с переносом огня по нескольким мишеням.

При несении службы сотрудниками органов внутренних дел возникают ситуации, при которых важно поражать противника с нестандартных положений и с различных расстояний, а также в различных направлениях. Данные ситуации учесть упражнениями, прописанными в правилах спортивных соревнований по стрельбе, не представляется возможным, к тому же в спортивной стрельбе используется спортивное оружие, которое не применяется сотрудниками органов внутренних дел.

Однако стрелковый спорт находится в постоянном развитии и в настоящее время появились новые спортивные направления стрельбы:

- стрельба из боевого ручного стрелкового оружия;
- практическая стрельба;
- тактико-циклическая стрельба.

Указанные направления спортивной стрельбы, в отличие от классической пулевой стрельбы, уже предусматривают в своем содержании элементы тактических действий по поражению целей в постоянно меняющихся, динамически развивающихся условиях. В этой связи, некоторые подразделения правоохранительных органов переименовывают новые методики подготовки спортсменов для внедрения в процесс профессионального обучения своего личного состава. Однако стоит ли перенимать эти методи-

ки в полном объеме? Отвечают ли они потребностям современной правоохранительной деятельности?

Стрельба из боевого ручного стрелкового оружия основывается на правилах пулевой стрельбы и подразумевает выполнение упражнений на точность, где победитель определяется по наибольшему количеству очков, набранных в упражнении. Есть упражнения в ограниченное время и с переносом огня по нескольким мишеням. Так же есть стрельба из различных видов оружия: пистолет, автомат, снайперская винтовка [1].

В *практической стрельбе* основными критериями являются точность, мощность и скорость. Спортсмен должен поразить цели в максимально короткое время и из наиболее мощного оружия. Установка мишеней для выполнения упражнений ограничивается только мерами безопасности. Мастерство оценивается по трем составляющим:

- точность – учитывается количество очков, начисляемых за поражение мишеней и штрафов;
- скорость – учитывается время от стартового сигнала до последнего выстрела;
- мощность – применение оружия большей мощности поощряется большим количеством очков.

Победитель определяется по хит фактору – сумме очков за поражение всех мишеней, включая штрафы, деленной на время выполнения упражнения. Также в практической стрельбе предполагается поражение всех бумажных мишеней двумя попаданиями, в случае поражения мишени одним попаданием то зачитывается промах, участник штрафуются. В данном виде спорта оружие подразделяется на несколько классов: пистолет, карабин, гладкоствольное ружье [2].

Описанные выше направления спортивной стрельбы вырабатывают у сотрудников ОВД навыки обращения с оружием, необходимые для выполнения поставленных служебных задач, а именно умение быстро ориентироваться в сложившейся обстановке быстро извлекать оружие, приводить его в готовность и производить меткую стрельбу. Но нельзя основывать подготовку сотрудников на выполнении спортивных упражнений, так как некоторые правила и критерии оценки могут быть вредны для сотрудников органов внутренних дел и даже небезопасны при проведении служебных задач.

Так, в практической стрельбе большее количество мишеней необходимо поражать спаренными выстрелами, но следственными подразделениями и прокуратурой не всегда однозначно оценивается второе попадание в преступника (в следственной практике имеют место случаи оценки повторного выстрела, как попытки намеренно добить раненого нападавшего). Кроме того, желание спортсмена в максимально короткое время поразить большее количество мишеней приводит к тому, что он зачастую полностью выходит из-за укрытия при выполнении упражнения и это не является ошибкой. В реальной обстановке такое поведение не допустимо.

Тактико-циклическая стрельба – новый вид спорта, появившийся в 2018 году как служебно-прикладной вид спорта Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации. В данном виде спортивной стрельбы впервые разрешена стрельба очередями. Оценка при выполнении упражнений определяется по взаимодействию команды, а не спортсменом лично. Упражнения представляют прохождение полосы препятствий в обмундировании и с вооружением состоящем на вооружении войск национальной гвардии и с одновременным поражением мишеней, что

позволяет готовить, слаженные подразделения для выполнения служебных задач. Оценка проводится по точности попаданий и скорости прохождения полосы препятствий.

Однако в тактико-циклической стрельбе желание максимально быстро пройти полосу препятствий приводит к тому, что сотрудники для максимального обзора полностью выходят из-за укрытия, что также не способствует безопасности сотрудников ОВД. Предельно ограниченное время выполнения повторяющихся упражнений приводит к тому, что при смене магазина сотрудники не используют укрытия, а остаются в исходной позиции для перезарядки оружия, тем самым находятся большее время в поле зрения вероятного противника.

На основании выше изложенного, можно сформулировать следующие выводы:

1. Использование современных методик подготовки стрелков-спортсменов при подготовке сотрудников органов внутренних дел возможно и целесообразно, но при этом следует оценивать каждый элемент техники с точки зрения обеспечения личной безопасности сотрудника.

2. Недостатком методики подготовки стрелков в стрельбе из боевого ручного стрелкового оружия являются стандартные условия выполнения упражнения, что не способствует формированию у сотрудников тактических умений и навыков действий с оружием в условиях изменяющейся обстановки.

3. Практическая стрельба и тактико-циклическая стрельба не формируют умения и навыки использования естественных и искусственных укрытий на местности, что также необходимо учитывать при использовании методик указанных направлений спортивной стрельбы в процессе профессионального обучения сотрудников органов внутренних дел.

4. Техника производства сдвоенных выстрелов (сплит), реализованная в методике подготовки стрелков практической стрельбы не может быть использована в подготовке сотрудников органов внутренних дел к применению огнестрельного оружия в ситуациях служебной деятельности.

Список использованных источников

1. Об утверждении правил служебно-прикладного вида спорта «стрельба из боевого ручного стрелкового оружия» [Электронный ресурс] : приказ Минспорта России от 30 июня 2017 г. № 609 // СПС «Консультант плюс» – (Дата обращения: 09.09.2019 г.).

2. Об утверждении правил вида спорта «практическая стрельба» [Электронный ресурс] : приказ Минспорта России от 8 августа 2019 г. № 624 // СПС «Консультант плюс» – (Дата обращения: 09.09.2019 г.).

3. Афанасьев А.В. Предпосылки возникновения, становление, развития и перспективы совершенствования профессионального образования в органах внутренних дел РФ (на примере учебной дисциплины «Огневая подготовка») / А.В. Афанасьев, Я.А. Павлова, А.Г. Литвиненко // Вестник Сибирского юридического института МВД России: научно-практический журнал. – Красноярск: СибЮИ МВД России, 2018. – № 2 (31). – С. 90-98.

4. Струганов С.М., Украинский С.В., Баркалов С.Н. Некоторые особенности методики подготовки сотрудников органов внутренних дел к ведению огня в условиях, ограничивающих прицеливание // Вестник краснодарского университета МВД России. 2019. № 1 (43). С. 96-100.

Фисенко Александр Николаевич, доцент, доцент кафедры общевойенных дисциплин,
Никитин Николай Маркелович, преподаватель кафедры общевойенных дисциплин,
Военно-воздушная академия имени профессора Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина,
Россия, 394064, г. Воронеж, ул. Старых Большевиков, 54 А,
e-mail: fisenko.64@list.ru

ТРЕБОВАНИЯ К УПРАЖНЕНИЯМ АРМЕЙСКОЙ ТАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБЫ ДЛЯ КУРСАНТОВ ВОЕННОГО АВИАЦИОННОГО ВУЗА

Аннотация. В статье рассмотрены вопросы разработки преподавательским составом кафедры общевойенных дисциплин требований к упражнениям армейской тактической стрельбы для курсантов военного авиационного вуза с целью повышения их уровня применения штатного стрелкового оружия при выполнении специальных обязанностей.

Ключевые слова: упражнения, армейская тактическая стрельба, огневая подготовка, курсанты, военный авиационный вуз, штатное стрелковое оружие.

Огневая подготовка является одной из ведущих дисциплин обучения будущих офицеров Военно-воздушных сил. Цель её – обучить курсантов умелому и полному использованию высоких огневых возможностей штатного стрелкового оружия в различных условиях обстановки. На занятиях по огневой подготовке курсанты овладевают знаниями, умениями, навыками, у них формируются морально-психологические качества, позволяющие правильно и бдительно нести внутреннюю, гарнизонную и караульную службу, выполнять специальные обязанности в различных условиях обстановки [1, с. 419]. Задачи, стоящие перед Военно-воздушными силами, как составной части ВКС, определяют возросший уровень требований и к профессионально-должностной подготовке офицерских кадров, и к качеству обучения курсантов в военном авиационном вузе [2, с. 239].

Объектом исследования является процесс разработки преподавательским составом кафедры общевойенных дисциплин требований к упражнениям армейской тактической стрельбы для курсантов военного авиационного вуза.

Предмет исследования: упражнения армейской тактической стрельбы, как форма повышения уровня подготовки курсантов к применению штатного стрелкового оружия.

Цель исследования: обосновать требования к упражнениям армейской тактической стрельбы для курсантов военного авиационного вуза.

Задача исследования: определить специфические факторы, присущие огневому контакту с использованием стрелкового оружия при выполнении курсантами специальных обязанностей, связанных с несением внутренней, гарнизонной и караульной служб; какие действия и умения обучающихся должны включать в себя упражнения армейской тактической стрельбы для курсантов военного авиационного вуза.

Армейская тактическая стрельба (АТС) является комплексом действий военнослужащего, позволяющим ему уничтожить противника, и тем самым выжить самому. Что же входит в этот комплекс действий? Прежде всего, это: использование ландшафта местности, разнообразных укрытий, расположенных вблизи места, где происходит боевое столкновение с противником; осуществление процесса маневра между

вышеупомянутыми укрытиями и уклонения от огня противника путём грамотного передвижения, перебежек и переползаний, используя средства личной и групповой защиты; учёт действий противника и своевременное реагирование на них.

Отсюда следует, что военнослужащий при выполнении упражнений АТС должен уметь быстро анализировать происходящее, грамотно определять цели по их приоритетности и опасности, эффективно применять стрелковое оружие и взаимодействовать с сослуживцами в процессе выполнения упражнений.

Обучение курсантов элементам АТС должно включать в себя: выработку у обучающихся устойчивых навыков быстрой изготовки к стрельбе; формирование умений выбора наиболее важных целей для их уничтожения; привитие навыка выполнения прицельной упреждающей пары выстрелов с одновременным уходом с линии возможного огня за укрытие либо на открытом участке местности; выработку навыков быстрого ухода с линии прогнозируемого последующего огня противника и недопущение ведения им ответного прицельного огня своим огнем, использованием укрытий, складок местности и маневра; формирование умений постоянного контроля складывающейся обстановки, а так же организацию огневого и тактического взаимодействия между военнослужащими; выработку у курсантов навыка использования максимально быстрой скорости при выполнении упражнений, что в реальной боевой обстановке обеспечит их выживаемость.

Исходя из вышеперечисленного, разработка упражнений АТС для курсантов военного авиационного вуза должна предусматривать моделирование боевых ситуаций, максимально приближенных к особенностям выполнения ими специальных обязанностей, связанных с несением внутренней, гарнизонной и караульной служб. При этом необходимо учитывать следующие специфические факторы, присущие огневому контакту с использованием стрелкового оружия в указанных условиях: быстро меняющаяся боевая обстановка; элементы неожиданности; отсутствие времени на раздумья и подготовку к ведению огня; скоротечность огневого контакта; действия в условиях, сопряженных с повышенным риском для жизни, возможность пострадать от упреждающего или ответного огня противника, оставаясь в открытом статическом положении на линии огня во время ведения огневого контакта при устранении задержек при стрельбе, смене магазинов, пополнения боезапаса; необходимость быстро и правильно определять тактический приоритет поражения целей; психофизиологические особенности реакции организма на стрессовую ситуацию; возможное присутствие в зоне огневого контакта мирных граждан; выполнение специальных обязанностей в специальной экипировке «Ратник».

Следовательно, упражнения АТС должны включать в себя: перемещения и быструю смену позиции стреляющим для обнаружения, выбора угла прицеливания и поражения цели; стрельбу из ограниченного габарита с выбором угла для стрельбы; выбор стреляющим оптимального места и угла для стрельбы; имитацию подъема по тревоге, стрельбу из автомата через открытую дверь и окна; применение оружия по различным целям при выходе из грузового автомобиля, эвакуации раненого, с караульной вышки, стоя на качающейся платформе.

Эти упражнения требуют от курсантов, выполняющих упражнения АТС, следующих действий и умений: скоростного заряжания оружия; быстрых перемещений; ведения огня из автомата и пистолета из различных неудобных положений в ограниченном пространстве; наблюдательности; быстрой смены оружия.

Для соблюдения последовательности при обучении курсантов выполнению упражнений армейской тактической стрельбы, необходимо сгруппировать эти упражнения в три блока:

блок подготовительных упражнений;

блок начальных упражнений;

блок комплексных огневых задач.

Рассмотрим каждый из этих блоков более подробно.

Блок подготовительных упражнений должен способствовать формированию у курсантов навыков извлечения пистолета из кобуры, приведения обучающегося в базовую стойку для стрельбы, перезаряжания оружия, снаряжения магазинов, устранения задержек при стрельбе, перемещения с оружием (пистолетом, автоматом). В данный блок должны входить следующие упражнения: приведение в изготовку для стрельбы с бедра; приведение в изготовку для стрельбы с двух рук; замена магазинов; снаряжение магазинов в ходе огневого контакта.

Блок начальных упражнений предназначен для формирования у курсантов базовых навыков АТС, включающих: стрельбу по «нулевому уровню», перенос точки попадания по высоте и направлению в статике и в движении, управление огнем при ограничении возможности визуального контроля его результатов. На данном этапе преподавательскому составу необходимо уделить особое внимание формированию одной из важнейших составляющих психологической подготовки курсантов «привыканию к выстрелу», так как каждый выстрел вызывает у обучающегося определенное волнение и психическое напряжение. Итогом данного этапа должно являться отсутствие у курсанта этого волнения и психического напряжения.

Блок комплексных огневых задач предполагает непосредственную подготовку обучающихся к выполнению упражнений армейской тактической стрельбы, моделирующих типовые ситуации, возникающие в реальных условиях, и разработанных с учётом специфики выполнения той или иной боевой задачи [3, с. 353-354].

При разработке упражнений АТС необходимо учитывать, что в процессе выполнения упражнения курсант может быть отстранен от дальнейшего его выполнения в следующих случаях: при нарушении требований безопасности или совершении других запрещенных действий; производстве случайного выстрела; при нахождении на территории стрельбища с заряженным оружием, кроме случая выполнения обучающимся упражнения; при развёрнутом стволе оружия в опасном направлении во время выполнения упражнения; если курсант при смене магазина или при перемещении от одной стрелковой позиции или стойки к другой, держал палец в пределах ограничительной скобы оружия; при нарушении воинской дисциплины, выразившемся: в обмане, нецензурной брани, попытке получить преимущество обманным путем, невыполнении разумных требований командира (начальника) или преподавателя. Кроме того, упражнения АТС должны включать в себя элементы привития курсантам навыков безопасного обращения с оружием – постоянный контроль пальца, контроль ствола, понимание того, к чему может привести нарушение этих требований.

Таким образом, в процессе разработки упражнений АТС необходимо учитывать, что этот вид стрельбы должен рассматриваться как эффективное и реальное средство совершенствования специальных стрелковых навыков и качеств курсантов военного авиационного вуза. Кроме того, упражнения АТС должны способствовать: выработке у обучающихся устойчивых навыков моментальной изготовки к стрельбе; выбору наиболее важных целей; производству прицельной упреждающей пары выстрелов с одновременным уходом с линии возможного огня за укрытие либо на открытом

участке местности; быстрому уходу с линии прогнозируемого последующего огня противника и недопущению ведения им ответного прицельного огня своим огнем, использованию укрытий, складок местности и маневра; постоянному контролю складывающейся обстановки, а так же организации огневого и тактического взаимодействия между военнослужащими.

Список использованных источников

1. Военный энциклопедический словарь. М.: Воениздат, 2007. 832 с.
2. Фисенко А.Н., Самойленко В.В., Медведкин М.А. Условия и факторы, влияющие на организацию и проведение огневой подготовки из стрелкового оружия в частях Военно-воздушных сил // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: материалы XVII междунар. научн.-практич. конф. Иркутск: ФГКОУ ВПО ВСИ МВД России, 2015. 239-242 с.
3. Фисенко А.Н., Фисенко Н.А., Юров А.А. Перспективы применения тактико-циклической стрельбы для повышения уровня подготовки курсантов военного авиационного вуза к применению штатного стрелкового оружия во время выполнения специальных обязанностей // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: сб. материалов XIX междунар. научн.-практич. конф.: В 2 т. Иркутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2017. Т. 1. 351-356 с.

УДК 355.543.2:355.232.6

Фисенко Николай Александрович, адъюнкт кафедры общевоенных дисциплин, Военно-воздушная академия имени профессора Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина, Россия, 394064, г. Воронеж, ул. Старых Большевиков, 54А, e-mail: fisenko.64@list.ru

РОЛЬ АРМЕЙСКОЙ ТАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБЫ В СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ОГНЕВОЙ ВЫУЧКИ КУРСАНТОВ ВОЕННОГО АВИАЦИОННОГО ВУЗА

Аннотация. В статье рассмотрена роль армейской тактической стрельбы в процессе совершенствования огневой выучки курсантов на занятиях по огневой подготовке.

Ключевые слова: армейская тактическая стрельба, огневая выучка, огневая подготовка, курсанты, военный авиационный вуз, штатное стрелковое оружие.

Опыт применения боевого ручного стрелкового оружия в локальных войнах и вооружённых конфликтах предъявляет новые современные требования к индивидуальной подготовке военнослужащих, так как активное применение тактики малых групп, скоротечного огневого контакта в условиях внезапной встречи с противником на коротких дистанциях, применение стрелкового оружия в горно-лесистой местности, в городских условиях требует современного подхода и внедрения современных технологий и методик обучения с целью повышения огневой выучки военнослужащих [1, с. 187].

Объектом исследования является роль армейской тактической стрельбы в совершенствовании огневой выучки курсантов военного авиационного вуза.

Предмет исследования: армейская тактическая стрельба, как форма совершенствования огневой выучки курсантов на занятиях по огневой подготовке.

Цель исследования: обосновать влияние армейской тактической стрельбы на процесс совершенствования огневой выучки курсантов военного авиационного вуза.

Задача исследования: определить элементы армейской тактической стрельбы, способствующие повышению огневой выучки курсантов на практических занятиях по огневой подготовке, а также сдерживающие факторы, мешающие их продуктивному проведению.

Управление боевой подготовки Вооруженных Сил Российской Федерации (ВС РФ) в соответствии с указаниями Министра обороны Российской Федерации (МО РФ) генерала армии Шойгу С.К. проводит большое количество мероприятий, направленных на совершенствование огневой выучки военнослужащих, в том числе и внедрение в учебный процесс вузов МО РФ элементов армейской тактической стрельбы.

Огневая выучка – это способность стрелка поддерживать штатное вооружение в боевой готовности и полностью реализовывать его огневые возможности при ведении огня в различных условиях боя [2, с. 4].

Армейская тактическая стрельба имеет большие отличия от привычных классических упражнений, отрабатываемых на занятиях с курсантами военного авиационного вуза, а также выполняемых на спортивных соревнованиях, проводимых в ВС РФ по стрельбе из штатного или табельного оружия.

В процессе обучения курсантов по программам специалитета с ними по учебной дисциплине «Огневая подготовка» отрабатывается небольшое количество упражнений начальных и учебных стрельб из 9-мм пистолета Макарова (ПМ), 5,45-мм автомата Калашникова (АК74), 5,45-мм ручного пулемёта Калашникова (РПК74), 7,62-мм пулемета Калашникова (ПК) и 7,62-мм снайперской винтовки Драгунова (СВД) согласно Курсу стрельб из стрелкового оружия, боевых машин и танков ВС РФ (КС СО, БМ и Т ВС РФ-2003).

При этом, в силу объективных причин стрельба из перечисленных видов стрелкового оружия осуществляется только по неподвижным мишеням, что сказывается на огневой выучке курсантов, так как в повседневной практической деятельности при выполнении специальных обязанностей в суточном наряде им, возможно, придется стрелять из штатного стрелкового оружия не только по неподвижной, но и по движущейся цели в течение минимального количества времени, например, находясь на посту, в транспортном средстве или в окружении мирных граждан.

Армейская тактическая стрельба, не смотря на строгие требования безопасности, нарушение или невыполнение которых может привести к дисквалификации участника на соревнованиях или отстранению от выполнения упражнений на практических занятиях по огневой подготовке, делает этот процесс динамичным и зрелищным, а разнообразие мишеней и отрабатываемых упражнений привносит в него повышение уровня военно-профессиональной подготовки и огневой выучки обучающихся.

Стоящая перед курсантами задача по выполнению того или иного упражнения за минимальное количество времени, с наибольшим количеством очков заставит обучающегося максимально задействовать все функции головного мозга, который отвечает, как за сосредоточенность и точность отрабатываемых действий, так и за их скорость.

В результате, для обучающихся, успешно выполняющих упражнения армейской тактической стрельбы, не будет сложности использовать приобретенные навыки и умения в ситуациях, когда потребуется применить штатное стрелковое оружие максимально быстро, при этом соблюдая требования безопасности при обращении с оружием, и поразить только необходимые цели, не причинив вреда другим военнослужащим, мирным жителям или заложникам.

С целью повышения огневой выучки курсантов военного образовательного учреждения необходимо включить в учебный процесс такие элементы армейской тактической стрельбы, как стрельба из-за укрытия, стрельба со сменой магазинов, стрельба с быстрой сменой обстановки, стрельба в условиях ограниченной видимости, стрельба в движении, стрельба навскидку, стрельба на опережение. В ходе отработки вышеперечисленных упражнений, обучающиеся должны познакомиться с наиболее эффективными стойками при стрельбе и хватами оружия, приобрести навыки прицеливания, в зависимости от ситуации, не только одним, но и двумя глазами.

Тренировка элементов армейской тактической стрельбы позволит повысить огневую выучку будущих офицеров, сформировать навыки и умения в применении штатного стрелкового оружия наиболее эффективно, динамично и интересно. Обучающиеся будут получать больше пользы и удовольствия от занятий по огневой подготовке, процесс их развития не будет стоять на одном месте, а отрабатываемые упражнения из Курса стрельб начнут выполняться с легкостью и наиболее осознанно, так как курсанты научатся более требовательно и вдумчиво относиться к выполнению своих действий во время стрельбы.

Опыт обучения курсантов в военном авиационном вузе показывает, что продуктивному проведению практических занятий по огневой подготовке мешают следующие сдерживающие факторы:

- недостаточное количество учебного времени, отводимое на изучение дисциплины «Огневая подготовка»;

- недостаточный уровень индивидуальной и методической подготовки руководителей занятий, как правило, курсовых офицеров-преподавателей;

- недопонимание руководителями занятий необходимости внедрения современных технологий обучения, узкий «стрелковый кругозор»;

- формальный подход отдельных руководителей занятий к проведению практических занятий, выражающийся в подаче большого объема теоретического материала в противовес незначительному объему времени, отводимому процессу формирования у военнослужащих практических навыков и умений в применении штатного стрелкового оружия;

- отсутствие у ряда обучающихся мотивации и психологического настроя на занятия по огневой подготовке;

- недооценка руководителями занятий роли индивидуального подхода к обучающимся во время проведения практических занятий;

- недооценка роли армейской тактической стрельбы в процессе подготовки будущих офицеров в военном авиационном вузе;

- отсутствие курса стрельб из стрелкового оружия для военнослужащих Воздушно-космических сил;

- недостаточная учебно-материальная база, необходимая для осуществления образовательного процесса по огневой подготовке, особенно по направлению использования элементов армейской тактической стрельбы в учебном процессе.

Устранение вышеперечисленных сдерживающих факторов должно способствовать развитию армейской тактической стрельбы в военном авиационном вузе, применению её методик и технических элементов, которые уже широко используются для подготовки сотрудников специальных подразделений силовых ведомств Российской Федерации.

Кроме того, умелое использование при выполнении упражнений армейской тактической стрельбы разнообразной мишенной обстановки, такой как: декорации, имитирующие укрытия, оконные проёмы, караульные вышки,двигающиеся мишени, должно способствовать более эффективному и качественному формированию у курсантов навыков и умений в применении штатного стрелкового оружия, которые необходимы им при выполнении специальных обязанностей.

Совершенствование огневой выучки происходит в процессе выполнения обучающимися соответствующих упражнений, где они отрабатывают оптимальное положение для принятия соответствующей стойки при стрельбе из-за укрытия, принятия положения лёжа, поражения двигающейся мишени, ведения огня из автомата и пистолета из различных неудобных положений в ограниченном пространстве, быстрой смены оружия, магазинов, быстрой смены позиции, выбора угла прицеливания и поражения цели.

Таким образом, армейская тактическая стрельба играет большое значение в совершенствовании огневой выучки курсантов военного авиационного вуза, так как способствует формированию у них умений безопасного и квалифицированного обращения с оружием, поражения мишеней любой сложности на всех разумных дистанциях, высокой скорости стрельбы с оптимальной для данной скорости точностью, соблюдая при этом требования безопасности при обращении с оружием, что очень важно при выполнении обязанностей по предназначению в различных условиях обстановки.

Список использованных источников

1. Батюшкин С.А. Подготовка и ведение боевых действий в локальных войнах и вооружённых конфликтах: учебное пособие. М.: КНОРУС, 2017. 438 с.
2. Огневая подготовка. Учебник. Под ред. В.Н. МIRONЧЕНКО. М.: Воениздат, 2009. 416 с.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ И ПРЕСЕЧЕНИЕ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ ОРГАНАМИ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ МВД РОССИИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА

Аннотация. С чрезвычайными ситуациями связано множество различных действий органов власти, граждан и организаций, таких как: выделение финансовых и материальных средств; привлечение сил и средств различных ведомств и организаций; выполнение множества работ и услуг, направленных на предупреждение, профилактику и устранение различных процессов с целью недопущения чрезвычайных ситуаций и чрезвычайных обстоятельств.

Ключевые слова: чрезвычайные ситуации, чрезвычайные обстоятельства, органы внутренних дел, масштабы последствий, профилактика.

Интерес к данной тематике обусловлен несомненной важностью пресечения ЧС и ЧО, минимизации их последствий, как фактора нарушающего нормальную жизнедеятельность нашего общества.

Прогресс науки и развитие техносферы создали ряд угроз человеку. Вместе с тем развитие техносферы – необходимое условие выживания и ее развитие не является основной причиной возникновения ЧО и ЧС и дело здесь в сложнейших процессах развития общества.

Именно нештатные события, происходящие в социальной, техногенной сферах и природной среде, процессы и явления, существенно влияющие на жизнедеятельность людей, общества и государства, требуют принятия специальных мер по защите среды обитания, жизни, здоровья, прав и свобод граждан, материальных и иных ценностей. Затем проводятся мероприятия по восстановлению нормальной работы различных объектов жизнеобеспечения.

Масштабы последствий чрезвычайных ситуаций, возникавших на территории Российской Федерации с 2011 года, свидетельствуют о необходимости поддержания высокого уровня готовности органов управления, сил и средств территориальных органов МВД России на районном уровне, так как именно они являются низовыми звеньями системы МВД России, осуществляющими первичное пресечение ЧО и ЧС и ликвидацию их последствий.

Наиболее актуален этот факт на фоне масштабного реформирования МВД России и сложной оперативной обстановки.

Так, согласно данным оперативного управления МВД России повышенный общественный резонанс получили следующие ЧС:

- последствия неблагоприятных метеоусловий, сложившиеся на территории Российской Федерации;
- обострение природной пожароопасной обстановки в субъектах Российской Федерации в весенний и летний периоды.

В настоящей статье проведено небольшое исследование понятия чрезвычайных

ситуаций и их классификаций, что может являться необходимым подспорьем в дальнейшем совершенствовании подготовки сил и средств органов внутренних дел для действий при чрезвычайных обстоятельствах.

В процессе жизнедеятельности люди постоянно сталкиваются с опасностями. Любая практическая деятельность человека связана с окружающей природной средой и социальной реальностью и потенциально опасна. Потенциальная опасность носит скрытый характер и проявляется при наличии определенных, нередко трудно предсказуемых условий. Они усугубляют ее и превращают в экстремальную опасность. Если эту опасность не локализовать или не стабилизировать, она превратится в чрезвычайную ситуацию.

С философской точки зрения опасность есть не что иное, как образное, эмоционально окрашенное выражение того, что принято обозначать приближением той или иной системы к кризисному состоянию. В этой связи опасность можно определить как понятие, фиксирующее нарастание в жизни человека или его сообществ таких противоречий, дальнейшее развитие которых чревато гибелью людей. Опасность может выступать в различных формах: в виде намерений, планов подготовки и самих действий, направленных на уничтожение, подчинение и т.д. объектов безопасности или стечение обстоятельств, влекущих нарушение жизнедеятельности биосферы.

Анализ происходящих в последнее время ЧС свидетельствует, что в 85% случаев их возникновение связано с деятельностью человека и обусловлено причинами социального характера.

Особую актуальность данная тематика приобрела в последние двадцать лет, во времена реформирования всех сфер общественной жизни в России. В свою очередь, проведение правовой реформы обеспечило развитие и совершенствование государственного регулирования общественных отношений и в сфере чрезвычайных ситуаций различного характера.

В течение последних лет определились основные объекты безопасности, переосмыслена роль государственных институтов в предупреждении возникновения кризисных ситуаций и ликвидации их вредоносных последствий, сформировался новый блок нормативных правовых актов.

Сформирован новый терминологический блок в сфере деятельности в условиях кризисных ситуаций, как в теоретических исследованиях, так и на уровне законов и подзаконных нормативных актов. При этом среди многочисленных терминов и определений, характеризующих различного рода события и явления как кризисные, некоторые заняли ключевое место.

Это, в первую очередь, такие термины как «чрезвычайные обстоятельства», «чрезвычайные ситуации», «чрезвычайные происшествия» и т. д. Многие другие термины («экстремальная ситуация», «чрезвычайная экологическая ситуация» и т. д.) несут в себе отдельные характерные черты того или иного кризисного явления.

Центральное же место в этом большом ряду занимает такая категория как «чрезвычайная ситуация» - это опасное природное явление, авария или опасное техногенное происшествие, широко распространенная инфекционная болезнь людей, сельскохозяйственных животных и растений, а также применение современных средств поражения, в результате чего произошла или может возникнуть чрезвычайная ситуация.

Вместе с тем, проведенный анализ ведомственного нормативного акта, регулирующего деятельность сил и средств системы МВД России при возникновении чрезвычайных ситуаций, показывает, что он на сегодняшний день закрепляет ряд устаревших значений категорий и терминов и не соответствует организационно-штатному

построению органов внутренних дел МВД России.

Это связано с произошедшим в 2011 году реформированием МВД России и вступлением в законную силу Федерального закона от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ.

Опасности и чрезвычайные ситуации имеют различный характер. Источниками их возникновения являются:

- природные явления, вызывающие стихийные бедствия;
- экологические, связанные с нарушением равновесия в деятельности человека и окружающей природной среды;
- техногенные, возникающие при авариях и катастрофах в производственной сфере, на транспорте, в системах коммуникаций;
- биологические, проявляющиеся в эпидемиях, эпизоотиях, эпифитотиях и пр.;
- социальные, связанные с противоречиями в общественных отношениях.

В свою очередь, например в основе возникновения и развития ЧС социального характера лежит нарушение в силу различных причин равновесия общественных отношений (экономических, политических, межэтнических, конфессиональных), вызывающее серьезные противоречия, конфликты и войны.

Их катализаторами могут быть разные обстоятельства, вызывающие социальную напряженность, – безработица, коррупция, криминал, массовые беспорядки, акты терроризма, правительственные кризисы, инфляция, продовольственные проблемы, социально-бытовая неустроенность, бытовой национализм, местничество и др. Длительное воздействие этих факторов ведет к хроническому физиологическому и психическому утомлению людей, к тяжелым экстремальным состояниям, таким как депрессии, суициды и т. д., к попыткам сублимировать накопившуюся отрицательную энергию активным участием в социально-политических и военных конфликтах.

Именно в силу правоохранительной функции, полиция России наиболее задействована в пресечении ЧС социального характера и участии в ликвидации их последствий. Так, органы внутренних дел МВД России пресекают ЧС связанные с:

- происшествиями криминального характера, представляющими собой реальную угрозу жизни, здоровью, чести и достоинству людей, любым формам собственности и требующих проведения специальных мероприятий;

Также принимают участие в пресечении:

- массовых беспорядков, диверсий и террористических актов, угрожающих жизни и безопасности граждан или нормальной деятельности государственных институтов;
- чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и биологического характера, которые могут быть вызваны стихийными бедствиями, эпидемиями, эпизоотиями, крупными катастрофами, авариями, пожарами предполагающих проведение масштабных аварийно-спасательных и восстановительных работ.

В условиях чрезвычайных ситуаций перед органами внутренних дел объективно появляются новые задачи, увеличивается объем ранее выполняемых функций в сфере охраны общественного порядка и общественной безопасности, это обусловлено:

- введением на определенной части страны особого правового режима, в том числе чрезвычайного положения;
- созданием особой системы управления - оперативных штабов;
- привлечением значительных сил и средств, созданием их нештатных группировок;
- осуществлением специальных мероприятий;
- возникновением чрезвычайных ситуаций;

- организацией эвакуации населения, оказанием медицинской помощи, учетом погибших и пострадавших;
- увеличением объема тылового обеспечения.

Все это требует заблаговременной подготовки органов управления, привлекаемых сил и средств к выполнению задач при чрезвычайных обстоятельствах.

Заблаговременная подготовка органов внутренних дел к выполнению данных задач объединяет:

- разработку и реализацию мероприятий по готовности ОВД области к действиям при чрезвычайных обстоятельствах;
- специальное обучение создаваемых групп и органов управления;
- всестороннее обеспечение всех сил, привлекаемых к действиям при чрезвычайных обстоятельствах.

УДК 342.924

Ширинкин Николай Анатольевич, преподаватель кафедры огневой подготовки,
Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России,
Россия, 625049, г. Тюмень, ул. Амурская, 75/2,
e-mail: 1355099@mail.ru

КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ, НАПРАВЛЕННЫЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ У СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ ХВАТА И ВЫВЕДЕНИЯ КОРОТКОСТВОЛЬНОГО ОРУЖИЯ В ЦЕЛЬ

Аннотация. В статье рассматриваются комплекс упражнений при первоначальном обучении сотрудника обращению с оружием. Рассмотрены пошагово упражнения на занятиях по огневой подготовке, способствующие эффективному овладению короткоствольным оружием. Описания упражнений выполнены кратко и лаконично для быстрого усвоения материала.

Ключевые слова: Огневая подготовка, огневой контакт, короткоствольное оружие, методика совершенствования навыков меткой стрельбы.

Комплекс упражнений для тренировки без патрона предназначен для проведения практических занятий по учебному предмету «Огневая подготовка» в тире, учебном классе, специализированном кабинете, оборудованном стрелковыми тренажерами. Комплекс состоит из 3-х блоков. Время при выполнении в статическом удержании – 20 секунд.

Процесс формирования первоначальных навыков чрезвычайно важен для начинающих стрелков, так как от этого зависит их академическая успеваемость при обучении и после обучения от этого зависит их жизнь. Ошибочные привычки обращения с оружием, сформированные при первоначальном обучении крайне трудно поддаются в дальнейшем переучиванию. Как следствие отрицательная ошибка и отчисление из числа слушателей. Именно поэтому связь преподаватель-ученик (обучающийся) становится крайне важным. Навык обращения с огнестрельным короткоствольным оружием формируется изначально без производства выстрела. Представляемая методика характеризуется чрезвычайно большой экономичностью бюджета учебного времени при первоначальном обучении слушателей по профессии «Полицейский». Техниче-

скими средствами методики выступают: учебное оружие пистолет Макарова по одному экземпляру на одного слушателя в полной комплектности, мишень в форме листа формата «А4», мел для обводки правильного положения ног. Ориентируемая численность обучающихся – 20 человек слушателей на двух преподавателей огневой подготовки. Учебная группа делится преподавателем на подгруппы по 10 человек. Слушатели получают оружие и производят его осмотр согласно мер безопасности. Далее группа выстраивается в линию с промежутком интервала 1 метр, чтобы не мешать друг другу. Изначально включается искусственное освещение для комфортной работы с оружием.

Формирование навыка производится путем выполнения упражнений. Упражнения выполняются под счет. Порядок выполнения следующий: преподаватель показывает упражнение по частям, затем соединяет движение в одно управляющее действие. Обучающие слушатели повторяют последовательность выполнения действий с оружием. По мере разучивания движений возрастает интенсивность выполнения движений с оружием.

Блок 1. Упражнения для обучения хвату оружия.

Упражнение "Вставка".

Данное упражнение обучает слушателей особенностям правильного «вкладывания» рукоятки пистолета в руку и придания физиологически комфортного положения.

Исходное положение: пистолет, направленный в сторону цели, мишенного поля, места, определенное преподавателем, взят левой рукой за ствол (затвор). Ноги на уровне плеч, вес распределен между ногами, плечи приподняты.

Команда «Делай - Раз» вставить рукоятку пистолета в кисть правой руки, так чтобы ось канала ствола была продолжением оси предплечья, большой палец выпрямлен вдоль оси канала ствола или приподнят вверх.

Команда «Делай - Два» обхватить рукоятку пистолета (обучаемый должен чувствовать, как ладонь плотно облегает рукоятку пистолета, средний палец упирается в выступ спусковой скобы, лучезапястный сустав зафиксирован).

Наложить указательный палец на спусковой крючок (ногтевая и вторая фаланги не должны касаться рукоятки пистолета).

Следует отметить, что данное упражнение базовое. Невозможно добиться хорошей изготовки и эффективного ведения огня на поражение, без изучения основ хватки пистолета.

Упражнение "Сжатие".

Упражнение необходимо для формирования и совершенствования в дальнейшем усилия хвата пистолетной рукоятки. Недостаточное усилие при хвате вызовет «болтание» пистолета в руке, сильное усилие на рукоятки пистолета ведет к появлению «тремора» дрожания ствола пистолета и неэффективное ведение огня с минимальным количеством пробоев в мишенном поле.

Исходное положение: Положение для стрельбы стоя, рука согнута в локте, ствол направлен в сторону цели, курок взведен. Ноги на уровне плеч, вес распределен между ногами, плечи приподняты.

Поднять руку с оружием вперед, и удерживая "ровную мушку" усиливать и ослаблять сжатие рукоятки пистолета. При обнаружении смещения мушки необходимо изменить захват рукоятки пистолета. Найти общее усилие хватки, величину и направленность усилий, развиваемых пальцами при которых положение мушки в прорези целика будет наиболее устойчивым.

При правильном положении рукоятки в кисти, это действие не должно отра-

жаться на положении мушки в прорези целика [1].

Упражнение "Корректировка".

Данное упражнение предназначено для слушателей, наклоняющих голову при производстве выстрела или при тренировке производства выстрела. Необходимо отработать навык корректировки положения мушки в прорези целика при наведении пистолета на мишенное поле. При наклоне головы мушка и целик сбиваются, процесс тренировки действия корректирования положения прицельных приспособлений помогает обучаемому самостоятельно при производстве выстрела корректировать положение прицельных приспособлений.

Исходное положение: Положение для стрельбы стоя, рука согнута в локте, ствол направлен в сторону цели, курок взведен.

Направить руку с пистолетом в сторону мишени и закрыть глаза на 2-3 сек. Открыть глаза и убедиться в правильности положения мушки в прорези целика. Расположения "ровной мушки" можно добиться посредством разворота рукоятки пистолета, а также опусканием и поднятием ствола пистолета за счет перемещения его рукоятки в кисти руки. Запомнить положение оружия, при котором удерживается "ровная мушка".

Блок 2. Упражнения для обучения изготровке к стрельбе и прицеливанию.

Упражнения блока номер два начинают выполняться только после доведения предыдущих упражнений до безошибочного и самостоятельного уровня выполнения упражнений блока номер один.

Упражнение "поправка"

Упражнение предназначено для формирования чувства уверенности у слушателей во время выполнения действий, связанных с прицеливанием.

Исходное положение: Положение для стрельбы стоя, рука согнута в локте, ствол направлен в сторону цели, курок взведен.

Изготовиться к стрельбе, установить "ровную мушку", исключить зрительный контроль (отвести взгляд влево (вправо) вниз), продолжая удерживать позу (15-20 сек), затем проверить положение прицельных приспособлений относительно точки прицеливания, если рука сместилась, то необходимо внести поправку в изготровку путем перестановки ног. Повторить действия 3-4 раза. Правая нога должна находиться на 3-5 сантиметров позади [2]. В данном упражнении рассматриваются также вопросы стойки, выполнения ногами уверенной стойки, физиологически удобной и оптимальной для каждого слушателя. Выполнение стойки зависит от физиологического состоянии ног, их степени тренированности, а также типа обуви у обучаемого.

Блок 3. Упражнения для обучения подъему оружия

Упражнение "Сопровождение".

Исходное положение: Положение для стрельбы стоя, рука согнута в локте, ствол направлен в сторону цели, курок взведен.

«Делай - Раз» - поднимая оружие, встретить взглядом прицельные приспособления, установить "ровную мушку" и удерживать ее до окончания подъема (подъем с сопровождением). Рука поднимается быстро с постепенным замедлением. Обучаемый должен чувствовать закрепление плечевого, локтевого и лучезапястного суставов.

«Делай - Два» - принять исходное положение.

Упражнение "вскидка"

Исходное положение: Положение для стрельбы стоя, рука согнута в локте, ствол направлен в сторону цели, курок взведен.

«Делай - Раз» - поднять оружие без сопровождения зрением - "навскидку" (смотреть в район прицеливания). Встретить оружие в районе прицеливания и перевести взгляд на прицельные приспособления. Добиться такого положения, чтобы "ровная мушка" была установлена сразу по завершению подъема оружия. Мышцы плеча, как бы подхватывая руку, поднимают ее до горизонтального положения. Необходимо следить за тем, чтобы подъем оружия осуществлялся по наименьшей траектории и рывок плеча не оказался очень сильным.

Обучаемый должен чувствовать закрепление плечевого, локтевого и лучезапястного суставов, запомнить их положение, а также прилагаемые при выполнении движения усилия.

По мере натренированности, одновременно с подъемом руки можно добавить выжим свободного хода спускового крючка.

«Делай - Два» - принять исходное положение [4. с. 78-79].

Вывод: Комплекс упражнений для сотрудников профессиональной подготовки при тренировке хвата и выведения короткоствольного оружия в цель позволяет проводить практические занятия с учебным оружием и существенно повышает интенсивность тренировки.

Список использованных источников

1. Галда М.В. Тренировка и отработка навыков обращения с оружием и производство выстрела вхолостую // Вестник Санкт-петербургского университета МВД России № 3 (75) 2017. с.155-157.
2. Олейник Д.В. Некоторые особенности методики огневой подготовки сотрудников ОВД / Д.В. Олейник, Ю.Б. Ленева // Проблемы правоохранительной деятельности. 2016. № 2. С. 104-106.
3. Кочеткова С.В. Теоретико-методологические основы совершенствования огневой подготовки сотрудников ОВД / С.В. Кочеткова, А.Н. Таран. // Теория и практика общественного развития. 2014. № 3. С. 137-139.
4. Вайцеховский С.М. Книга тренера: учеб. пособие. М. 1971. 312 с.

Шкуро Анатолий Пименович, кандидат педагогических наук, доцент,
профессор кафедры огневой подготовки,
Тен Николай Аркадьевич, старший преподаватель кафедры огневой подготовки,
Дальневосточный юридический институт МВД России,
Россия, 680020, г. Хабаровск, пер. Казарменный, 15,
e-mail: shooterdvmvd@mail.ru

РАЗВИТИЕ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ МЫШЦ ГЛАЗ В ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЕ

Аннотация. В статье даётся краткое описание физиологических возможности мышц глаз стрелка. В целях повышения восприятия, устойчивой работы глаз в различных ситуациях и ответной реакции на раздражители, предлагается авторская разработка учебно-тренировочного средства, именуемая «Бусы».

Ключевые слова: подготовка стрелков, техника выстрела, прицеливание, мышцы глаза, техническое средство обучения.

При определении положения тела или отдельных его частей в пространстве человек в первую очередь ориентируется на свое зрение.

Органы зрения является весьма чувствительными и одними из важных наших анализаторов. При помощи органов зрения человек воспринимает внешний мир. Глаз обеспечивает получение представления об освещённости предмета, его цвете, форме, величине, о расстоянии, на котором он находится от нас, о движении предметов.

В многообразной трудовой и спортивной деятельности людей, в выполнении многочисленных, весьма тонких работ, глазам принадлежит первостепенное значение. Раздражителем глаза является свет, который, воздействуя на рецепторы сетчатки глаза, вызывает зрительные ощущения [1].

Любая деятельность здорового человека так или иначе связана со зрительными ощущениями, а результаты в стрелковом спорте напрямую зависят от способности стрелка эффективно использовать свой зрительный анализатор и координировать поступающую визуальную информацию с работой мышц. Основная проблема зрительного восприятия у спортсменов-стрелков при использовании оружия с открытым прицелом заключается в невозможности одновременного четкого видения разноудаленных предметов: целика, мушки и точки прицеливания. Глаз стрелка вынужден напряженно работать, чтобы обеспечить необходимое качество поступающей в мозг зрительной информации. Мозг, в свою очередь, будет соотносить эту информацию с информацией о пространственном положении частей тела стрелка и осуществлять непрерывную корректировку мышечных усилий, прилагаемых стрелком.

В процессе прицеливания глаз периодически переключает фокус зрения в зависимости от используемого оружия, выполняемого упражнения и т.д. Такое приспособление глаза к видению предметов, расположенных на различном удалении от стрелка, называется аккомодацией. Соответственно, мышцы, сжимающие и растягивающие хрусталик глаза, называются аккомодационными мышцами.

Еще одной важной характеристикой зрения человека, имеющей большое значение для стрелкового спорта, является способность глаза адаптироваться к видению при различной степени освещенности – световая адаптация.

Глаз даёт возможность видеть предмет, отличить его форму, окраску, размер, расстояние, на котором он находится, а также определить направление, в котором он движется. Для того чтобы чётко различить форму, человек должен ясно видеть границы, детали предмета. Способность различать мелкие детали рассматриваемого предмета лежит в основе так называемой остроты зрения [1].

Обычное нормальное зрение осуществляется двумя глазами. Зрением двумя глазами, или бинокулярным, обеспечивается рельефное восприятие окружающих нас предметов, глубины их расположения, расстояния на котором они находятся. Видение двумя глазами имеет много преимуществ по сравнению со зрением одним глазом [2].

Поле зрения двумя глазами гораздо шире, чем при зрении одним глазом, острота зрения увеличивается.

Оценка расстояния до рассматриваемого предмета, а также оценка его величины называется глазомером. Правильный глазомер имеет очень большое значение в жизни человека. Без точного глазомера не может быть точности движений в повседневной деятельности. Оценка расстояния и величины происходит при движении глаз в вертикальной и горизонтальной плоскости, причём оценка длины горизонтальных линий более точная, чем по вертикальной. Глазомер можно улучшить и добиться почти точного определения расстояния и размера до предмета включая в тренировочный процесс специальные упражнения [2].

С целью предупреждения развития ошибок в прицеливании, возникающих в процессе производства точного выстрела, и связанных с метеоусловиями либо недостаточным уровнем специальной тренированности стрелка, на кафедре огневой подготовки ДВЮИ МВД России разработано специальное учебно-тренировочное средство, получившее название «Бусы». Данное тренировочное средство способствует выработке специальной выносливости мышц глаз, остроте восприятия цели.

Тренировочное средство «Бусы» представляет собой плоскую деревянную поверхность, на которой в виде геометрических фигур (треугольников, квадратов, трапеций и др.) закреплены пластиковые шарики диаметром 4 мм, соединенные между собой ниткой на расстоянии 2 мм друг от друга. Задачей стрелка является прицеливание из оружия в заданную точку геометрической фигуры и движение оружием в заданном направлении по периметру фигуры с осуществлением подсчета количества шариков. Оружие должно плавно и непрерывно двигаться по «бусам», остановки запрещены, подсчет шариков осуществляется исключительно через прицельные приспособления. По окончании выполнения упражнения подсчитанный стрелком результат сверяется с реальным количеством. В целях исключения запоминания количества шариков стрелком тренер (преподаватель) каждый раз изменяет конфигурацию и расположение фигур. Начальные тренировки рекомендуется проводить с небольшого расстояния с постепенным удалением от глаз. В последующем можно варьировать цвет шариков, их освещенность и т.д. Вынужденная концентрация внимания на мелких предметах (шариках) вызывает тренировочный эффект аккомодационных мышц глаза стрелка. Систематические тренировки (3-4 раза в неделю) по 5 подходов по 3-5 минут каждый с перерывом между подходами 10-15 минут значительно увеличивают время, в течение которого глаз стрелка способен удерживать четкое изображение т.н. «ровной мушки».

Тренажёры рекомендуется использовать концентрировано. Для этого необходимо организовать отдельное учебное место либо оборудовать специализированное помещение (класс). При оснащении учебных мест тренажерами следует учитывать объём

ем имеющегося пространства и стараться максимально эффективно его задействовать, при этом учебно-тренировочная деятельность на конкретном учебном месте не должна вызывать дискомфорт у обучающихся.

Закрепление и совершенствование навыков прицеливания продолжается на протяжении всей спортивной деятельности. Воспитание зрительной выносливости стрелка начинается с самого начала его обучения. Правильно организованный учебно-тренировочный процесс стрелковой подготовки в последующем позволит исключить необходимость последующего переучивания стрелка при повышении его спортивного мастерства.

Таким образом, использование в тренировочном процессе инновационных средств обучения стрельбе позволяет рационализировать процесс совершенствования стрелковых умений и навыков, успешно добиваться формирования высокоэффективных действий при значительно меньшей вероятности отрицательного влияния на их выполнение на ранних этапах подготовки, повысить уровень профессионального мастерства.

Список использованных источников

1. Корх А.Я. Устойчивость тела при стрельбе из пистолета и некоторые возможности ее совершенствования [Текст] : (Эксперим. исследование) : Автореферат дис. на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Гос. центр. ин-т физ. культуры. Москва, 1965. 19 с.
2. Шкуро А.П. Совершенствование двигательных действий спортсменов в скоростной стрельбе из пистолета с использованием комплекса технических средств [Текст] : (Эксперим. исследование) : автореф. дис. на соискание ученой степени кандидата педагогических наук : 13.00.04 / А.П. Шкуро. Хабаровск, 2002. 24 с.

РАЗДЕЛ III. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ, СОЦИОЛОГИЧЕСКИЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

УДК 159.9

Апальков Александр Владимирович, старший преподаватель кафедры
физической подготовки,
Леонова Елизавета Руслановна, курсант 4 курса факультета обеспечения
безопасности на транспорте,
Белгородский юридический институт МВД России им. И.Д. Путилина,
Россия, 308019, г. Белгород, ул. Горького, 71,
e-mail: lizoochek98@icloud.com

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Аннотация. В статье показана роль физического воспитания при психологической подготовке будущих сотрудников полиции для решения практических задач. Кроме того, особое внимание уделено понятиям физическое и душевное здоровье. В том числе, отмечается важность физической подготовки для поддержания здоровья курсантов.

Ключевые слова: курсант, психологическая подготовка, физическое воспитание, эмоциональная разрядка, душевное здоровье, физическое здоровье.

В соответствии с Федеральным законом «О полиции» полиция предназначена для защиты жизни, здоровья, прав и свобод граждан, для противодействия преступности, охраны общественного порядка, собственности и для обеспечения общественной безопасности. Как показывает анализ практической деятельности, главная роль в решении задач, возложенных на данный орган исполнительной власти, в большинстве случаев выполняет офицерский состав. Подготовка офицеров для полиции в большинстве случаев осуществляется в ведомственных вузах. В процессе воспитания будущих офицеров формируются профессиональные, деловые, морально-волевые и иные качества. В контексте данной проблематики, достаточно большое внимание должно уделяться психологическому состоянию курсантов образовательных организаций МВД России.

По нашему мнению, психическое состояние курсантов может изменяться под влиянием на них занятий по физической подготовке. Одним из нормативно-правовых актов, регламентирующих порядок проведения физической подготовки, является Приказ МВД России от 01.07.2017 № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации».

Анализ Приказа позволил выделить задачи физической подготовки курсантов в ведомственных вузах. Среди них отмечают[7]:

- развитие и поддержание профессионально важных физических качеств на уровне, необходимом для успешного выполнения оперативно-служебных задач;

- формирование двигательных навыков и умений эффективного и правомерного применения физической силы, в том числе боевых приемов борьбы;
- поддержание и укрепление здоровья, сохранение продуктивного уровня общей работоспособности, повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов служебной деятельности.

Вышеперечисленные задачи направлены, прежде всего, на развитие физического здоровья курсантов, включающего в себя психологическое состояние личности, от которого напрямую зависят условия социальной стабильности и прогнозируемости процессов, происходящих в обществе.

В контексте данной проблематики очень важно различать такие понятия, как физическое здоровье и психическое здоровье.

Традиционно под физическим (телесным) здоровьем понимают такое состояние организма, при котором наблюдается совершенство саморегуляции функций организма, гармония физиологических процессов и максимальная адаптация к различным факторам среды.

В свою же очередь, душевное (психическое) здоровье - это способность человека адекватно реагировать на внешние и внутренние раздражители, умение уравновесить себя с окружающей средой. Отражением психического здоровья является психологическое благополучие человека.

Анализ научной литературы позволяет сделать вывод о том, что в настоящее время физическая культура и спорт приобрели достаточно большую социальную силу и значимость. Именно они являются не только эффективным средством физического развития, но и положительно влияют на психологическое здоровье человека.

Говоря о практической роли спорта в жизни курсанта, стоит отметить, что систематические занятия по физической подготовке, уменьшают у курсантов чувства тревожности, напряжения и агрессии. Данный аргумент является достаточно весомым, так как жизнедеятельность курсантов протекает в стрессовых ситуациях, что способствует возникновению необходимости так называемой «эмоциональной разрядки».

Помимо этого, дозированные нагрузки выравнивают уровень сахара в крови и устраняют хроническое мышечное перенапряжение. По нашему мнению, данное обстоятельство также является достаточно важным для курсантов, так как помогает в будущем избежать развития различных сердечнососудистых заболеваний.

Важным является и то, что во время занятий спортом организм вырабатывает эндорфины, которые выступают в роли «природных антидепрессантов». Эндорфины приводят человека в состояние эйфории. Именно поэтому часто в быту их называют «гормонами счастья» или «гормонами радости». Курсанты ведомственных вузов достаточно сталкиваются с такими проблемами, как тоска по дому, нехватка времени для выполнения каких-либо задач, что часто вызывает уныние, депрессию, стресс, бессонницу. Именно физические нагрузки вызывают активный приток кислорода ко всем органам тела, что способствует уменьшению симптомов выше названных психических беспокойств.

Влияние физической активности на психологическое состояние человека заметили еще в 1970 году. Тогда был проведен эксперимент, который показал, что мужчины, которые в течение 6 недель были подвержены физическим нагрузкам, гораздо быстрее выходили из подавленного состояния.

Помимо выше сказанного, стоит отметить, что цель ведомственных образовательных организаций – подготовка сотрудников ОВД, способных выполнять служеб-

ные задачи. Совершенно очевиден тот факт, что ряд заданий возможно реализовать лишь находясь в коллективе. Именно поэтому для курсантов очень важно систематическое занятие игровыми видами спорта. Здесь стоит говорить об их благоприятном влиянии на развитие таких коммуникативных способностей человека, как общительность, коммуникабельность, самостоятельность в принятии решений. Так же игровые виды спорта помогут формировать чувство долга и ответственности перед коллективом и обществом. Человек играющий в команде учится проявлять эмпатию и заботу.

Ко всему выше сказанному необходимо добавить и то, что спорт придаёт человеку уверенность в себе и своих силах. Повышение уровня самооценки за счет спортивных достижений влияет на волевые стремления и построение цели, плодотворность и полезность человеческой деятельности. Данные категории, безусловно, оказывают лишь благоприятное влияние на психо-эмоциональное состояние курсанта.

Важным фактором, показывающим важность занятий по физической подготовке в жизни курсанта, выступает и развитие интеллектуальных способностей человека благодаря упражнениям. Это происходит за счет процесса овладения новой спортивной техникой, умения управлять своими эмоциями, находить моментальные решения и принимать их. Всё это оказывает содействие развитию глубины, широты, критичности, гибкости мышления, а также познавательной активности.

Подводя итоги, необходимо подчеркнуть, что спорт оказывает непосредственное благоприятное влияние на психологическое состояние курсанта. В результате систематических занятий по физической подготовке снижается уровень нервного напряжения путем «эмоциональной разрядки», которая происходит при помощи беговых либо силовых упражнений, что помогает избежать конфликтов с окружающими. Самым главным достоинством физической нагрузки является выработка эндорфинов, которые позволяют улучшать сон и повышать работоспособность.

Список использованных источников

1. Бычков В.М., Дементьев В.Л., Платонов Д.А. Взаимосвязь физической и психической подготовленности в профессиональной деятельности сотрудника полиции // Совершенствование тактической подготовки в единоборствах Москва: Изд-во Физическая культура и спорт, 2015. С. 36-39.
2. Власюк И.В., Черниговский В.Н. Профессионально-нравственное воспитание в ВУЗЕ МВД России в системе подготовки курсанта к преодолению экстремальных ситуаций // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 6. С. 13-15.
3. Воротник А.Н., Дементьев В.Л. Методика профессиональной физической подготовки женщин, обучающихся в образовательных организациях МВД России: Монография. Белгород: Изд-во Белгородский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации им. И.Д. Путилина, 2017. 171 с.
4. Гуралев В.М. Компетентностный подход на занятиях по физической подготовке // Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов, слушателей и студентов 2016. С. 38-42.
5. Гуралев В.М., Гуралев А.В., Осипов А.Ю., Филиппович В.А. Обеспечение практической направленности обучения на занятиях по физической подготовке в вузах МВД РФ // Проблемы современного педагогического образования. 2016. № 52-3. С. 34-41.
6. Гуралев В.М., Фомин С.А. Некоторые аспекты психологической подготовки сотрудников специальных подразделений ОВД // Аллея науки. 2018. Т. 2. № 8 (24). С. 380-384.

7. Приказ МВД России от 01.07.2017 № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» (дата обращения: 25.02.2019).

8. Лопатин И.И., Воротник А.Н., Войнов П.Н. Влияние физической подготовки на воспитание психологических качеств курсантов учебных заведений МВД России // Вестник БелЮИ МВД России. 2012. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-fizicheskoy-podgotovki-na-vostranenie-psihologicheskikh-kachestv-kursantov-uchebnyh-zavedeniy-mvd-rossii> (дата обращения: 25.02.2019).

9. Алдошин А.В., Алдошина Е.А., Демина А.В., Иванина Л.И. Регулирование процессов самопознания и самоуправления психофизическим состоянием обучающихся вузов в образовательном пространстве физической культуры // Ученые записки Орловского государственного университета. 2018. № 2 (79). С. 209-213.

10. Панова О.С., Чапала А.С. Социализация личности курсантов образовательных организаций МВД России средствами физической культуры и спорта // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2017. Т. 39. С. 3381-3385. URL: <http://e-koncept.ru/2017/971003.htm>.

УДК 378:613.71

Березнев Алексей Владимирович, старший преподаватель кафедры
физической подготовки,
Воронежский институт МВД России,
Россия, 394065, г. Воронеж, пр-т Патриотов, 53,
e-mail: ber132007@yandex.ru

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ НРАВСТВЕННО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Аннотация. В статье рассматривается проблема формирования нравственно-волевых качеств личности курсантов образовательных организаций МВД России. Описаны принципы, которых необходимо придерживаться при формировании нравственно-волевых качеств личности курсантов образовательных организаций МВД России.

Ключевые слова: физическая подготовка, нравственно-волевые качества, курсанты, мотивация, самооценка.

Сложившаяся в современном мире динамика общественных процессов в социально-экономической сфере характеризуется ускоренной сменой поколений техники и различных технологий. Безусловно, такой ход событий помимо способности реализовывать стандартные профессиональные задачи требуют от каждого человека активной позиции в жизни, ответственности за поступки, которые совершает человек, внутренней дисциплины и самоорганизации, а так же развития нравственных качеств.

Огромную роль в подготовке кадров и формирования у сотрудников органов внутренних дел профессионально-значимых качеств играют образовательные ведомственные организации.

Сотруднику полиции необходимо знание нормативно-правовой базы, навыки в огневой подготовке, хорошая физическая подготовка, крепкое здоровье и устойчивые морально-психологические качества. Успех служебной деятельности сотрудника полиции зависит от множества факторов. Сотруднику органов внутренних дел необходимо уметь контролировать и сдерживать свои эмоции, объективно оценивать ситуации возникающие в процессе служебной деятельности. Важную роль при выполнении служебных задач играет коллектив и служебный климат в нем, умение каждого его члена выходить из конфликтных ситуаций с помощью взаимных уступок и компромиссов. Следует отметить, что значимость волевых качеств для качественного осуществления профессиональной деятельности полицейских является очень высокой. Формирование этих качеств происходит с самого детства, а затем, в процессе обучения в ВУЗах, совершенствуется, поэтому практическая деятельность, осуществляемая по этому направлению должна быть основополагающей задачей обучения в ведомственных образовательных организациях.

Одним из средств выполнения данных задач в образовательной организации МВД России является физическая подготовка. Данная дисциплина имеет достаточно большие ресурсы воздействия на курсантов и слушателей не только в плане улучшения физического развития, но и формирования некоторых психофизических, эстетических, социально-психологических качеств.

Профессиональная деятельность сотрудника полиции, возможность его профессионального роста во многом связаны с уровнем сформированности его профессионально-важных, в том числе и нравственно-волевых качеств, созданием соответствующих условий для их формирования, развития и самовоспитания. На этой основе формируется и нравственное сознание личности. Это сознание можно разделить на два уровня – эмоционально-психический и теоретический.

Эмоционально-психологический уровень представляет собой: профессиональную честность, совесть, верность Присяге и профессиональный долг сотрудника полиции. К теоретическому уровню относят эталоны, усвоенные человеком в ходе повседневной жизни, основы и общепринятые мерки, в процессе обучения, в системе образования и в процессе профессиональной деятельности. Профессиональная деятельность сотрудников органов внутренних дел носит общественный, публичный и социальный характер. В связи с этим содержание нравственного сознания определяется с учетом господствующих в обществе идеологических представлений и моральных норм.

Непременно, воспитание нравственно-волевых качеств личности нужно начинать с раннего возраста и продолжать на всех этапах образования (дошкольное, школьное, вузовское). Этот факт требует от преподавателей образовательных организаций МВД России, во-первых, определить и учитывать уже имеющийся уровень развития данных качеств у обучающихся, а, во-вторых, выстроить образовательный процесс таким образом, чтобы будущие сотрудники органов внутренних дел, проявляя волевой потенциал, могли справляться с жизненными трудностями и достигать поставленные цели.

Воля и нравственность в тандеме обеспечивают соответствующий образ действий, связанный с преодолением различных трудностей и внутренним противостоянием. Данная закономерность также обусловлена и тем, что воля это часть сознания, связанная с эмоциями и разумом, его активной частью, в определенной степени характеризующей проявление активной деятельности человека.

Из этого следует, что нравственно-волевые качества можно рассматривать как сложное личностное образование, связанное с осознанием и личностным принятием нравственного и волевого отношения к окружающей действительности, его проявлением, как в повседневном, так и профессиональном поведении. Здесь следует отметить следующие качества: целеустремленность, проявление инициативы, высокое чувство ответственности за порученное дело и за свои поступки, рефлексия своих поступков на основе нравственных критериев.

Наличие развитых нравственно-волевых качеств у человека позволяет реализовать следующие функции:

- Мотивационно-поведенческую – данная функция обеспечивает преодоление возникающих в ней трудностей и решения задач на основе нравственных критериев, а так же проявление активной профессиональной деятельности личности.

- целеполагания – данная функция связана, с постановкой перед собой личностно значимых целей и достижения их;

- эмоционально-ценностную – данная функция проявляется в оценке личностно значимой деятельности;

- оценивающую – данная функция связана с оценкой и осознанием принимаемого решения;

- поведенческую – данная функция связана с выбором линии поведения на основе имеющихся нравственных критериев;

- прогностическую – данная функция связана с предвидением и оценкой последствий принятого решения на основе нравственных критериев;

Важным аспектом в процессе формирования нравственно-волевых качеств курсантов и слушателей учреждений МВД России должны играть занятия по физической подготовке.

При формировании нравственно-волевых качеств следует придерживаться следующих принципов:

- единства использования дальних, средних и ближних целей физической подготовки, для последовательной и постепенной мобилизации нравственно-волевых качеств, физических и психологических возможностей обучающихся;

- преемственности и непрерывности, отражающую временную, пространственную и содержательную взаимосвязь всех процессов, этапов и уровней нравственно-волевого развития личности;

- динамичности использования средств и вариативности, методов и приемов воспитания, форм, в зависимости от нравственно-волевого развития обучающихся, их индивидуальных качеств;

- активности личности, этот принцип подразумевает личностное развитие в творческой деятельности, который происходит под воздействием воспитания и окружающей среды;

- аксиологический, суть принципа состоит в соотнесении культурных ценностей общества и личностных ценностей обучающихся, использующихся как в профессиональной, так и повседневной жизни.

Формирование у курсантов образовательных организаций МВД России нравственно-волевых качеств личности в процессе занятий по физической подготовке представляет собой педагогически организованный процесс, состоящий из нескольких этапов, которым свойственны особые взаимосвязи компонентов, и достигается путем преодоления основных противоречий между разными по ценностям мотивами деятельности и проявления волевых усилий для достижения

поставленной цели. В ходе данных этапов возникает и растет мотивационно-поведенческая стабильность курсантов, формируется их целеустремленность и личностная позиция. Одним из главных компонентов формирования нравственно-волевых качеств – это взаимодействие в системе «обучающийся – преподаватель – коллектив». Данное взаимодействие является основой ценностного содержания деятельности курсантов в ходе занятий по физической подготовке. Здесь проходит развитие субъект-объектные отношения между самими курсантами, а также между курсантами и педагогом (сочувствие, поддержка, помощь, ответственность за коллективные действия, содействие, взаимопонимание и т.д.).

Движущей силой формирования нравственно-волевых качеств является преодоление противоречия между развитием системы нравственных ценностей в сознании курсантов и его привычными стереотипами в поведении. Важным аспектом в этом процессе является коррекция мотивов поведения. Безусловно, что данный процесс является, достаточно длительным и для некоторых курсантов болезненным и здесь важную роль должен играть коллектив. Важными факторами в данном процессе являются – общая поддержка, ситуация успеха в преодолении негативного поведения, опыт нравственно-волевого преодоления препятствий, сложность условий при которых необходимо совершить поступок, стабильность личностного смысла целей и др.

Для диагностики динамики формирования нравственно-волевой качеств личности курсантов необходимо разработать систему педагогических ситуаций различной степени сложности, выполнение которых потребует от курсантов значительных нравственно-волевых усилий, связанных с подчинением личного общественному пониманию, высокого уровня нравственной саморегуляции при разрешении конфликта.

Список использованных источников

1. Баркалов С.Н., Флусов Е.В. Методические подходы к обучению сотрудников патрульно-постовой службы полиции взаимодействию при силовом задержании правонарушителя // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2018. № 3. С. 8-12.
2. Васильева З.И. Нравственное воспитание учащихся в учебной деятельности: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / З.И. Васильева; ЛГПИ им. А. Герцена. Л., 1973. 42 с.
3. Дудкина Е.И. Профессиональная педагогика: учебное пособие / Е.И. Дудкина. Воронеж: Воронежский институт МВД России, 2006. С. 67.
4. Куприна Н.Г. Масленкова С.Ф. Современные подходы к содержательной разработке понятий «нравственность» и «мораль» // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 4. С. 77-85.
5. Кузнецов М.Б. Особенности применения педагогических технологий в конфликтных ситуациях на занятиях по физической подготовке с курсантами образовательных организаций МВД России // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 4 (77). С. 146-149.
6. Кузнецов М.Б. К вопросу о комплексных занятиях как основному средству повышения профессиональной компетентности курсантов образовательных организаций МВД России // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 52-57.
7. Махов С.Ю., Губанов Э.В. Формирование волевых качеств спортсменов-рукопашников // Наука-2020. 2018. № 5 (21). С. 45-55.

8. Подрезов И.Н. Психологические особенности воспитательных задач на занятиях по физической подготовке // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 2 (75). С. 165-167.

УДК796

Бобровик Артём Павлович, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической подготовки и прикладных единоборств,
Кривобоков Антон Дмитриевич, преподаватель кафедры физической подготовки и прикладных единоборств,
Санкт-Петербургский университет МВД России,
Россия, 198206, г. Санкт-Петербург, ул. Лётчика Пилютова, 1,
e-mail: bobrovik1966@yandex.ru

ПРОФИЛАКТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО «ВЫГОРАНИЯ» У ПРОФЕССОРСКО-ПРЕПОДАВАТЕЛЬСКОГО СОСТАВА ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Аннотация. В данной работе рассматриваются некоторые приёмы профилактики профессионального «выгорания» у профессорско-преподавательского состава образовательных организаций Министерства внутренних дел России средствами физической подготовки, раскрываются причины их возникновения.

Ключевые слова: профессорско-преподавательский состав, профессиональное выгорание, педагогическая деятельность, саморегуляция, самовнушение, психические свойства личности, физические нагрузки.

На современном этапе развития и совершенствования Министерства внутренних дел России, в условиях постоянно возрастающих требований служебно профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел неопределимую роль в деле подготовки квалифицированных кадров выполняет профессорско-преподавательский состав образовательных организаций Министерства внутренних дел России. Однако, проведенный нами анализ, показал, что среди профессорско-преподавательского состава в настоящее время усиливаются инволюционные процессы. Повышенные умственные нагрузки, стрессовые ситуации, пониженная двигательная активность являются основными исходными предпосылками к профессиональному выгоранию профессорско-преподавательского состава образовательных организаций Министерства внутренних дел России. Основными факторами риска для профессионального выгорания, на наш взгляд, являются:

- отсутствие спланированного рабочего дня (могут поступать не запланированные внезапные команды от руководства);
- несбалансированное и нерегулярное питание;
- отсутствие двигательной активности;
- наличие стрессовых ситуаций;
- предельный возраст нахождения на службе;
- наличие вредных привычек (курение, хронические заболевания, организм профессорско-преподавательского состава может подвергаться воздействию выра-

женных физических и психоэмоциональных нагрузок, составляющих специфику ведомственной образовательной организации МВД России);

- длительное состояние депрессии.

В процессе служебно-профессиональной деятельности профессорско-преподавательский состав несёт нагрузки, которые могут принимать экстремальный характер. Адаптация организма к этим условиям требует значительной мобилизации резервных возможностей. В этой связи одной из актуальных проблем профессионального выгорания является проблема функциональных резервов организма, тесно связанная с проблемами работоспособности, утомления и восстановления [1, с. 183].

Проведённое нами исследование (путём анкетирования) убедительно указывает на то, что руководству образовательных организаций Министерства внутренних дел России необходимо обратить внимание на факторы, которые (по мнению профессорско-преподавательского состава) существенно должны снизить уровень профессионального выгорания сотрудников.

К ним относятся:

- представление внеочередных дней для отдыха;
- возможность профессионального развития (повышение квалификации, библиотечные дни, методические сборы и т.д.);
- открытое, непредвзятое обсуждение возникающих проблем с руководством;
- комфортные условия труда (современные спортзалы, оборудованные по современным требованиям преподавательские, материальное обеспечение физической подготовки и т.д.);
- достойное денежное довольствие и премирование.

Многолетний педагогический опыт авторов данной работы свидетельствуют, что профессиональное выгорание профессорско-преподавательского состава образовательных организаций Министерства внутренних дел России возможно предотвратить, ослабить, либо совсем исключить.

Важным фактором профилактики профессионального выгорания, является благоприятный психологический климат в коллективе, который, как показывает практика, зависит как от руководителя, так и от самих сотрудников. К одному из самых действенных способов предотвращения профессионального выгорания мы относим саморегуляцию, самовнушение, а так же аутогенную тренировку.

Самовнушение – сильное, впечатляющее воздействие на психику человека, исходящее из его собственных мыслей и переживаний. Сущность техники самовнушения состоит в том, что, готовясь к выполнению служебно-профессиональной деятельности, преподаватель мысленно представляет возможные варианты развития событий, свою роль в них, вызывает психическое состояние, которое он желает испытать во время выполнения своих обязанностей. Мы настоятельно рекомендуем выполнять это заблаговременно, многократно, с полной сосредоточенностью. Наиболее подходящее время для осуществления самовнушения – это период вначале рабочего дня.

Самовнушение помогает профессорско-преподавательскому составу, выполняющему служебно-профессиональные обязанности, создать настроение, психологический фон, окраска которого способствуют самообладанию, решительности, внимательности. Им можно предупреждать возникновение посторонних мыслей, робости, нерешительности, нарушения внимания, устранять психологические барьеры. Преподаватель образовательных организаций МВД России должен знать свои слабые стороны и усилием воли предупреждать их проявление во время выполнения профессио-

нальных обязанностей. Для этого необходимо, чтобы преподаватель мысленно подавлял свои недостатки еще в процессе подготовки, до выполнения своих служебно-профессиональных обязанностей. Очевидно, что установка на повышение физического, профессионального мастерства у преподавателей на учебно-тренировочных занятиях и проявления интереса к данным занятиям создают благоприятные условия для повышения психической адаптированности к физическим нагрузкам [2, с. 112].

Некоторые эмоциональные переживания поддаются изменению с помощью подавления характерных для них внешних проявлений. Эмоции преподавателя всегда находят свои внешние выражения в характерных движениях, выражении лица, изменении тембра голоса и др. Сознательное выполнение противоположных действий может оказать значительное тормозящее влияние на развитие таких эмоций. Так, обычно, повышенное нервное напряжение в экстремальной ситуации выражается или состоянием апатии, подавленности, общей вялости, или появлением суетливых, неорганизованных движений – в этом случае речь преподавателя может быть ускорена, мысли «скажут». В первом случае, мы рекомендуем провести какие – либо активные действия (небольшая пробежка, активная разминка), во втором – желательно уединиться, постараться придать своим мыслям плавный ход, стараться не делать резких движений.

Одним из видов самовнушения, является аутогенная тренировка, с помощью которой создается состояние, называемое аутогенным погружением, при котором в определенной степени снижается уровень бодрствования, тем самым открывается возможность влияния на вегетативную нервную систему.

Тем преподавателям, кто хочет овладеть техникой аутотренинга, авторы данной публикации рекомендуют развивать в себе механизмы саморегуляции, т.е. научиться:

- управлять тонусом скелетных мышц (по-своему расслаблять, а когда нужно и концентрировать их силу);
- создавать нужное эмоциональное состояние;
- управлять таким свойством психики, как внимание (концентрировать его на желаемом, отвлекать и суживать его круг).

Как показывает многолетний практический опыт педагогической деятельности авторов данной публикации существует целый комплекс упражнений, при котором должный эффект достигается только при регулярных целенаправленных тренировках. Для каждого конкретного случая в деятельности преподавателя должна быть выработана определенная форма самовнушения, наиболее точно отражающая содержание задачи, решаемой с ее помощью [3, с. 48].

Чрезмерно напряженная работа, выполняемая на фоне нервно-психологического перенапряжения, приводит к образованию неврозов. Преподаватель с повышенной эмоциональностью и впечатлительностью надолго фиксирует в своем сознании пережитое, отрицательно окрашенное, что может закрепиться в коре головного мозга в нежелательной форме. Здесь целенаправленное самовнушение поможет преподавателю, побывавшему в экстремальной ситуации поставить себя на прежний уровень деятельности, вернуть себе хорошее самочувствие и работоспособность [4, с. 87]. В этом случае мы рекомендуем временную смену деятельности, отвлечение внимания от того, что вызывает душевное угнетение, нужна физическая активность, мобилизация воли в управлении настроением. В случае, когда преподаватель по каким-либо причинам не в состоянии самостоятельно справиться с возникшей проблемой, ему может потребоваться помощь психолога.

Подводя итог выше сказанному, мы пришли к выводу, что профилактика профессионального выгорания является одной из проблем у профессорско-преподавательского состава образовательных организаций Министерства внутренних дел России, которая наступает, как правило, после длительного стресса, имеет сложную симптоматику и отрицательно воздействует на организм. С целью его профилактики необходимо осознанно заботиться о своем здоровье, развивать уверенность в своих возможностях, конструктивно меняться в современных напряженных условиях педагогической деятельности, проявлять самостоятельность, формировать и поддерживать определенные психические свойства личности и физические качества с целью предотвращения, ослабления или исключения возникновения профессионального выгорания.

Список использованных источников

1. Бобровик А.П., Любаков А.А. Основные причины ухудшения физического состояния и здоровья офицеров-преподавателей ВУЗов МВД России // Физическая культура в профессиональном образовании учащихся высшей школы : Сборник материалов II Всероссийской научно-практической конференции под общ. ред. С.Н. Кашина, А.В. Шульженко. Ставрополь: СФ Кр УМВД России, 2015. С.181-183
2. Бобровик А.П., Любаков А.А., Дьяков Ю.Е. Влияние учебно-тренировочных занятий по преодолению полосы препятствий на психическое состояние сотрудников полиции // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : Сборник материалов XIX международной научно-практической конференции. В 2-х томах. Иркутск, 2017. С. 109-113.
3. Бобровик А.П., Курашов В.М. Психолого-педагогические аспекты обучения сотрудника полиции защитным действиям при нападениях на него вооруженного холодным оружием правонарушителя // Физическая культура в системе профессионального образования: идеи, технологии и перспективы : Сборник материалов IV Всероссийской научно-практической конференции. Омск, 2019. С. 45-48
4. Бобровик А.П., Никулин Л.В. Методические рекомендации, существенно влияющие на повышение уровня стрелковой подготовленности сотрудников полиции // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2019. № 1 (55). С. 83-87.
5. Подрезов И.Н. Объективные и субъективные трудности в деятельности преподавателя по физической подготовке // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2018. № 4 (77). С. 168-170.

Бояркина Анжелика Александровна, кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры физической культуры,
Калининградский государственный технический университет,
Россия, 236022, г. Калининград, Советский проспект, 1,
e-mail: angelika6131@yandex.ru

АНАЛИЗ СПЕЦИФИЧЕСКОЙ РЕАКЦИИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ НА ДЛИТЕЛЬНУЮ РАБОТУ НА КОМПЬЮТЕРЕ У СТУДЕНТОВ 4 ГРУППЫ ЗДОРОВЬЯ

Аннотация. Длительная работа на персональном компьютере негативно сказывается на функциональном потенциале сердечно-сосудистой системы. Наиболее выражены данные изменения у лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья, что подтверждено результатами представленного исследования.

Ключевые слова: компьютер, длительная работа на компьютере, сердечно-сосудистая система, артериальное давление, частота сердечных сокращений.

Длительная работа на персональном компьютере – неотъемлемая часть современного процесса обучения в высшей школе. Доля занятий, с использованием информационных технологий неуклонно увеличивается, что в совокупности с расширением он-лайн общения, способствует повышению негативного влияния длительной компьютерной нагрузки на функциональные возможности основных систем жизнеобеспечения. Одним из регуляторов функционального потенциала кардиореспираторной системы, влияющим на повышение резистентности организма человека к стрессогенным факторам, к которым в том числе относится и длительная монотонная умственная нагрузка, является регулярная физическая нагрузка. Однако, у ряда студентов, относящихся по состоянию здоровья к 4 медицинской группе, доля физической нагрузки значительно снижена по сравнению с основным медицинским отделением. По рекомендации специалистов в области реабилитологии и адаптивной физической нагрузки данная группа студентов должна регулярно заниматься лечебной физической культурой в условиях лечебно-профилактических учреждений. В реальности, студенты, освобожденные от практических занятий по физической культуре, вообще не получают регулярную физическую нагрузку. При этом, у них значительно увеличивается доля компьютерной нагрузки за счет интерактивного общения, что в конечном итоге увеличивает вероятность развития негативных последствий гипокинезии.

Длительная монотонная сидячая нагрузка неизменно отражается на функциональном потенциале сердечно-сосудистой системы. Превалирование гипотонических реакций со стороны сердечно-сосудистой системы, развитие состояния монотонии и пресыщения – это лишь одни из последствий длительной компьютерной нагрузки, негативно отражающиеся не только на функциональных возможностях кардиореспираторной системы, но и влияющие на кислородообеспечение организма.

По характеру изменений основных гемодинамических показателей можно судить о количественных и качественных сдвигах в работе сердечно-сосудистой системы на различных видах предъявляемой нагрузки. Так одним из показателей качества реакции является расчет индекса реакции по Кушелевскому. В качестве нагрузки в настоящем исследовании применялась длительная работа на компьютере.

Для проведения моделирующего эксперимента нами были выбраны студенты 4 группы здоровья 1-3 курсов всех направлений обучения в количестве 35 человек. В качестве задания, имитирующего один из видов учебной нагрузки, респондентам было предложено выполнять набор незнакомого текста в течение 60 минут. Перед началом исследования, по окончании исследования и через 15-минутные интервалы в ходе проведения эксперимента всем участникам производились измерения уровня артериального давления и частоты сердечных сокращений.

На основании полученных результатов нами были проведены расчеты показателя качества реакции сердечно-сосудистой системы по Кушелевскому (ПКР) на длительную компьютерную нагрузку. Вычисления производились по формуле:

$$\text{ПКР} = (\text{ПД2} - \text{ПД1}) / (\text{ЧСС2} - \text{ЧСС1})$$

где, ПД1 – пульсовое давление до нагрузки, ПД2 – пульсовое давление после нагрузки, ЧСС1 – частота сердечных сокращений до нагрузки, ЧСС2 – частота сердечных сокращений после нагрузки. [1]

Пульсовое давление (ПД) было рассчитано нами по формуле:

$$\text{ПД} = \text{САД} - \text{ДАД}$$

где, САД – систолическое артериальное давление, ДАД – диастолическое артериальное давление.

Длительная компьютерная нагрузка является специфическим видом деятельности, сочетающим в себе длительную монотонную нагрузку с повышенными требованиями к высокому уровню когнитивных процессов в центральной нервной системе, к достаточному объему функциональных возможностей кислородтранспортной системы, а также к длительному сохранению высокого уровня работоспособности на фоне общей гипокинезии. Изменения, зафиксированные с большой экспозицией не всегда полноценно информативны. С целью уточнения негативного влияния длительной компьютерной нагрузки, мы детализировали значения показателя качества реакции и сравнили динамику изменения показателя в течение часа работы на компьютере. В качестве нагрузки была применена длительная машинописная работа – студентам предлагалось в течение часа набирать на компьютере незнакомый текст, что увеличивало степень негативной монотонности задания и отражалось в более информативном результате.

По мнению ряда авторов, нормальные показатели качества реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку колеблются в диапазоне от 0,5 до 1,0 усл. ед. Отклонения от средних величин свидетельствуют о снижении функциональных возможностей ССС. При интерпретации полученных результатов мы опирались на следующую градацию:

- 0,1-0,2 – нерациональная реакция;
- 0,3-0,4 – удовлетворительная реакция;
- 0,5-1,0 – хорошая реакция;
- более 1,0 – нерациональная реакция. [1]

Однако в ряде случаев нами были выявлены отрицательные значения показателя реакции, что было обусловлено снижением уровня систолического артериального давления или урежением частоты сердечных сокращений. Данную категорию реакций мы также отнесли к разряду неблагоприятных реакций (табл. 1).

Таблица 1

Динамика показателей качества реакции по Кушелевскому при длительной работе на компьютере

Уровень показателя	Через 15 мин	Через 30 мин	Через 45 мин	Через 60 мин
Ниже 0,2	57,1%	48,6%	48,6%	54,3%
0,3 – 0,4	5,8%	2,9%	8,6%	5,8%
0,5 – 1,0	25,7%	14,3%	5,8%	17,1%
Больше 1,0	11,4%	34,3%	37,1%	22,9%

Как видно из данных, представленных в таблице, в течение всего периода исследования наблюдается снижение количества студентов, у которых показатель качества реакции на нагрузку соответствовал нормальному уровню функционирования сердечно-сосудистой системы. В то же время количество респондентов, у которых изменение гемодинамических показателей соответствует неблагоприятной реакции сердечно-сосудистой системы достигает к концу исследования более чем 70%.

Первым и наиболее информативным маркером адаптационных сдвигов при изменении внешних условий, являются изменения основных показателей работы кардиореспираторной системы: систолического и диастолического артериального давления, а также частоты сердечных сокращений. При нормальном уровне функциональных возможностей организма наблюдается созвучное изменение всех параметров. Однако, при напряжении адаптационных возможностей организма, возможна рассогласованная реакция вышеуказанных показателей. В этом случае, при расчете показателя реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку мы получим отрицательные значения.

Проанализировав данные экспериментального исследования, мы выявили наличие рассогласованных реакций со стороны сердечно-сосудистой системы у студентов, освобожденных от практических занятий по физической культуре, на протяжении всего периода исследования. При этом наблюдается тенденция к увеличению количественного показателя – так, в начале эксперимента у 31,4% респондентов зафиксированы отрицательные значения ПКР, с 45 минуты исследования и до окончания у 37,1% испытуемых (рис. 1).

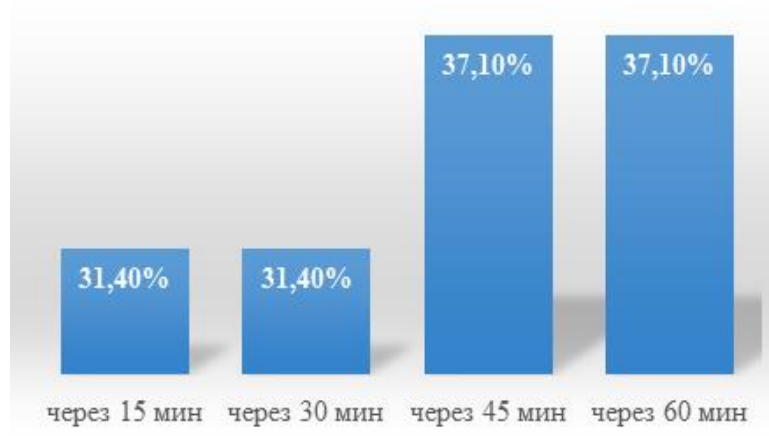


Рис. 1. Количественная компонента рассогласованных реакций сердечно-сосудистой системы

При сравнении начальных и конечных показателей качества реакции наблюдается увеличение количества студентов, показавших неблагоприятную реакцию со стороны сердечно-сосудистой системы на нагрузку (рис. 2).

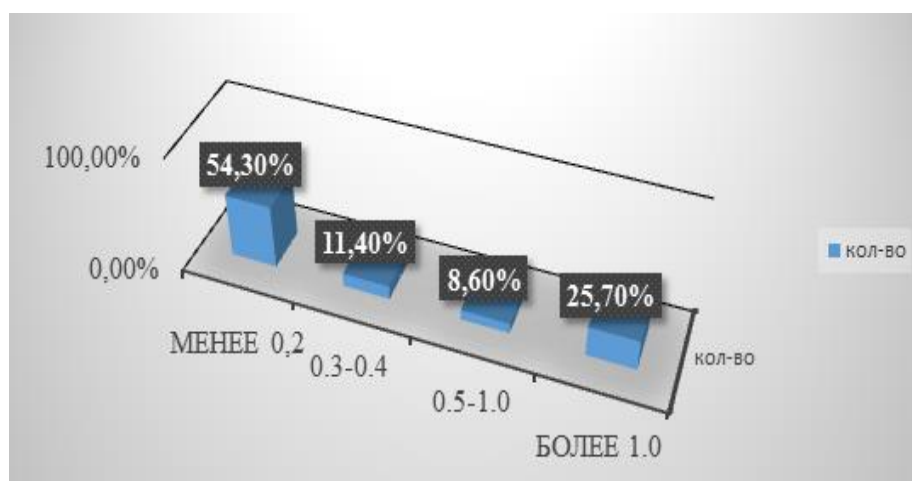


Рис. 2. Сравнительная характеристика начальных и конечных показателей ПКР при длительной компьютерной нагрузке

Таким образом, длительная компьютерная нагрузка может служить провокационным фактором несогласованной работы кардиореспираторной системы, снижающим функциональный потенциал основных систем жизнеобеспечения у студентов, имеющих ограниченный допуск к занятиям физической культурой.

Список использованных источников

1. Физиологические изменения при выполнении физических нагрузок [Электронный ресурс] URL: <https://medbe.ru/materials/sportivnaya-reabilitatsiya> (дата обращения: 25.06.2019).
2. Моськин С.А., Еремин Р.В. Организация самостоятельных занятий физической культурой в целях повышения двигательной активности человека // Наука-2020. 2018. № 2-2 (18). С. 47-53.
3. Подрезов И.Н., Еремин Р.В. Проблемы формирования, укрепления и сохранения здоровья детей, подростков, молодых людей средствами физической подготовки, туризма и спорта, привлечение молодого поколения к здоровому образу жизни // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 163-168.

ОСОБЕННОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ СТУДЕНТАМИ КОРРИГИРУЮЩИХ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Аннотация. В настоящее время происходит резкое снижение уровня здоровья студенческой молодёжи, растёт количество студентов, имеющих всевозможные отклонения в состоянии здоровья, в особенности, в состоянии опорно-двигательного аппарата (ОДА). В статье рассмотрены особенности выполнения студентами специальной медицинской группы корригирующих физических упражнений при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

Ключевые слова: корригирующие физические упражнения, искривления позвоночника, поясничный лордоз, грудной кифоз, торсия.

Корригирующие упражнения используют не только для исправления деформаций, но и для профилактики их появления. То есть для студентов, которые имеют слабое развитие элементов опорно-двигательного аппарата, упражнения будут профилактическими и укрепляющими. В случае если деформации и искривления уже появились, то упражнения будут носить корригирующий характер.

Студентам, имеющим слабую мускулатуру и нефизиологические искривления позвоночника, необходимо задействовать всю мускулатуру, с учётом особенностей состояния здоровья и степени искривления. Во время выполнения упражнений необходимо, чтобы перерастянутая мускулатура сократилась и повысила свой тонус, а укороченная мускулатура восстановила свою нормальную физиологическую длину и эластичность. Большое внимание необходимо уделить расширению грудной клетки, что, например, в случае сколиоза, приводит к уменьшению торсии позвонков. Другой пример – в положении стоя тазобедренный сустав должен быть разогнут. Если присутствует сгибание таза в данном положении, тогда плечи наклоняются вперёд и также происходит сжатие грудной клетки.

Упражнения необходимо подбирать таким образом, чтобы их выполнение не способствовало усилению степени деформаций и искривлений. Например, студентам с ослабленной мускулатурой и увеличенным поясничным лордозом, нельзя давать такие упражнения, при выполнении которых этот лордоз ещё больше увеличивается, перерастягиваются и без того растянутые и слабые мышцы живота. В данном конкретном случае такими упражнениями будут являться:

- упражнение «мостик»;
- разгибание назад вниз из положения, сидя на скамейке, ноги зафиксированы;
- упражнение «рыбка» – из положения, лёжа на животе; разгибаясь назад и согнув ноги в коленных суставах, руками захватываем ноги за голень в области стоп;
- разгибание назад до касания головой пола из положения сидя на пятках.

Поясничный лордоз также может увеличиваться, если неправильно выполнять, например, такие упражнения, как маховые движения назад разведёнными в стороны

руками из положения стоя. При неправильном выполнении данного упражнения происходит одновременное сгибание вперёд в грудном отделе и резкий прогиб в поясничном отделе, соответственно происходит усиление поясничного лордоза. То же самое (увеличение грудного кифоза и поясничного лордоза) происходит, если поднять руки вверх, выпятив вперёд живот.

Стойка на плечах («свечка») способствует сильному сжатию грудной клетки, поэтому его нельзя выполнять студентам, у которых круглая и кругло-вогнутая спина, так как у них грудной отдел и так сильно сжат.

В положении лёжа на спине, ноги подняты за голову, пальцы касаются опорной поверхности, так же происходит сжатие грудного отдела.

Большое внимание следует уделить использованию таких упражнений, которые позволяют развить физиологически необходимую подвижность суставов. Например, при кифозе грудного отдела позвоночника ограничена подвижность в плечевых суставах, поэтому необходимо выполнение таких упражнений, которые способствовали бы увеличению подвижности данных суставов.

Корректирующие упражнения включают в себя:

- Упражнения, способствующие развитию подвижности суставов. Они включают различные движения позвоночника, наклоны вперёд-назад, в стороны, повороты и вращения с большой амплитудой и большим количеством повторений.
- Упражнения, способствующие растяжению напряжённых и укороченных мышц.
- Силовые упражнения, способствующие правильному развитию мускулатуры, координации движений, удержанию равновесия.
- Собственно корректирующие упражнения, позволяющие скорректировать нарушения осанки и проявлений других видов деформаций.

Важно научиться принимать правильное исходное положение. Поэтому на начальной стадии занятий особое внимание уделяется контролю над положением тела и точным выполнением движений для того, чтобы избежать появления вторичных деформаций.

При обучении студента правильно принимать исходное положение стоя, необходимо соблюдать следующие рекомендации.

Стопы должны располагаться параллельно на расстоянии примерно 2–3 ширины стопы друг от друга. Необходимо научиться правильно распределять вес тела на стопы: попеременно переносим вес тела сначала на пятки, затем на среднюю часть стопы, затем на пальцы. Ноги в коленных суставах должны быть выпрямлены, стопы на протяжении всего упражнения не отрываются от земли. Многократное выполнение этого упражнения позволяет студенту приобрести навык и прочувствовать правильное распределение веса тела. Затем необходимо научить правильно держать таз, когда вес тела приходится на середину стопы.

При выполнении упражнений в и.п. сидя происходит фиксация таза. При положении сидя происходит кифозирование поясничного лордоза. Если в этом положении выполнять упражнения на растяжение или движения руками, то тогда поясничный лордоз не увеличивается (в отличие от выполнения этих движений в положении стоя).

При выполнении упражнений лёжа происходит снятие воздействия веса тела на позвоночный столб. То же самое происходит и при выполнении упражнений на четвереньках. В этих случаях вес тела равномерно распределяется по всей длине позвоночника. Корректирующие упражнения в положении лёжа имеют большое значение в общем цикле построения корректирующей гимнастики. Это связано с тем, что поло-

жение лёжа является самым удобным исходным положением для выполнения упражнений на растяжение, усиление и коррекцию мускулатуры. Упражнения, лёжа необходимо включать в каждое занятие. Упражнения, лёжа на спине, способствуют укреплению мышц живота, а подъём ног из положения, лёжа на животе, способствует укреплению ягодичных мышц. Подъём верхней части тела из этого положения способствует укреплению мышц спины, но приводит к растягиванию мышц живота, в связи с чем, происходит усиление поясничного лордоза. Из положения, лёжа на боку, выполняют подъём ног и верхней части тела.

Исходное положение на четвереньках занимает значимое место в цикле корригирующей гимнастики. Из данного исходного положения можно выполнять упражнения, как в статике, так и в динамике. Исходное положение на четвереньках характеризуется тем, что позвоночник и мускулатура спины в определённой мере освобождены от влияния веса тела человека.

Положение на четвереньках необходимо чередовать с другими исходными положениями в процессе занятия.

При выполнении упражнений корригирующей гимнастики необходимо следить за тем, чтобы развитие мускулатуры не было односторонним, поэтому нужно регулярно менять характер занятий для того, чтобы прорабатывать максимально возможное количество мышечных групп. Необходимо чередовать общеразвивающие и специально-подготовительные упражнения, между которыми необходимо делать короткие паузы отдыха.

В начале занятия темп выполнения упражнений должен быть медленным. Медленный темп позволяет освоить правильную технику движения, сформировать необходимое положение тела в пространстве, верную осанку и точные двигательные стереотипы.

Важное место занимают упражнения на равновесие, так как у студентов, которые имеют искривления позвоночника (особенно в случае заболевания сколиозом), плохо развито чувство равновесия.

Внимание необходимо обращать на то, чтобы в процессе занятий все упражнения выполнялись правильно и точно. В процессе занятий необходимо предусмотреть время и положение для отдыха. Нужно всегда учить студентов контролировать свою осанку не только в процессе занятий, но и всё остальное время. Правильная осанка формируется только тогда, когда контроль над её поддержанием становится привычкой, своеобразным двигательным рефлексом.

Список использованных источников

1. Грачев О.К. Физическая культура: Учебное пособие / Под ред. доцента Е.В. Харламова. – М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д: Издательский центр «МарТ», 2005. – 464 с.
2. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура : учебник для вузов / В.А. Епифанов. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2009. – 416 с.
3. Физическая культура и здоровье : учебник / под ред. В.В. Пономарева. – М. : ФГОУ ВУНМИЦ Росздрава, 2006. – 320 с.

Веселов Евгений Александрович, преподаватель кафедры физической подготовки,
Хаченкова Ксения Юрьевна, преподаватель кафедры физической подготовки,
Нижегородская академия МВД России,
Россия, 603144, г. Н. Новгород, Анкундиновское шоссе, 3,
e-mail: ksunchik.fencing@mail.ru

ЗНАЧИМОСТЬ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ КАК ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВМАТИЗМА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Аннотация. Статья посвящена значению общеразвивающих упражнений как профилактики травматизма на занятиях по физической подготовке. Травматизм на занятиях по физической подготовке – явление, не совместимое с оздоровительными целями физической культуры и спорта. Поэтому основная задача, решаемая преподавателями, инструкторами и тренерами, – это профилактика травматизма, заболеваний и несчастных случаев на учебно-тренировочных занятиях.

Ключевые слова: физическая подготовка, травматизм, причины травматизма, преподаватель, слушатель, курсант, профилактика травматизма.

На сегодняшний день уделяется серьезное внимание предупреждению травматизма у курсантов и слушателей на занятиях по физической подготовке, которые проходят профессиональное обучение в образовательных учреждениях МВД России. Изучая дисциплину «Физическая подготовка» курсанты и слушатели должны освоить тактику силового задержания и обезвреживания вооруженного и невооруженного противника, самозащиты без оружия, а также должны уметь самостоятельно поддерживать должный уровень общей физической подготовленности, необходимый для профессиональной деятельности; применять навыки профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности; применять правомерные действия по силовому пресечению правонарушений, обезоруживанию, обезвреживанию, задержанию, проведению наружного осмотра, связыванию (сковыванию наручниками) и сопровождению правонарушителей.

Но все же безопасность при проведениях практических занятий до сих пор, к сожалению, оставляет желать лучшего. Занятие по физической подготовке качественно отличается от занятий остальным предметам. Травматизм на данных занятиях является в полне естественным и не совместим с оздоровительными целями физической культуры и спорта. Это исходит от характера и задач служебной деятельности, поэтому от правильного построенного занятия зависит и исход обучения в целом. Части занятия отражают закономерности изменения работоспособности организма под влиянием физической нагрузки. Длительность каждой части может варьироваться в зависимости от возраста, уровня подготовленности занимающихся и задач занятия [3, с. 150; 1, с. 20].

Задачей подготовительной части занятия является подготовка организма к выполнению основной работы, поэтому ее длительность и интенсивность не должны переходить границ функциональных возможностей организма занимающихся. Длительность этой части зависит от контингента, их физической подготовленности и задач, стоящих перед занятием. Контингент, который проходит профессиональное

обучение самый разнообразный. Если взять возрастные показатели, то в основном от 20 до 35 лет, но встречаются слушатели и после 40 лет. Если говорить о физической подготовленности, то в основном те курсанты и слушатели, которые спортом вообще не занимались и лишь небольшой процент, тех, кто занимался различными видами спорта для физического развития или имеет спортивные достижения.

Не часто, но все же бывает, что на занятиях по физической подготовке курсанты и слушатели получают травму. Как правило, это происходит по вине самих же слушателей, которые не правильно выполняют требования и указания преподавателя, проявляя невнимательность. Но бывают и ошибки со стороны преподавателя, когда он нарушает инструкции и положение о проведении занятия. Основными причинами травматизма являются организационные недостатки при проведении занятий. Это нарушения инструкций о проведении занятий по физической подготовке, соревнований, неправильное составление программы соревнований, нарушений их правил, неправильное размещение участников. Ошибки в методике проведения занятий, которые связаны с нарушением дидактических принципов обучения, отсутствие индивидуально-го подхода, недостаточный учет состояния здоровья, половых и возрастных особенностей, физической и технической подготовленности слушателей. Причиной повреждения является пренебрежительное отношение к вводной части занятия, неправильное обучение технике физических упражнений, отсутствие страховки, неправильное ее применение, частое применение максимальных нагрузок.

К общеразвивающим упражнениям (ОРУ) относятся любые технически несложные упражнения, составленные из одиночных или совмещенных движений головой, туловищем, руками и ногами, выполняемые индивидуально или с использованием действий партнера, гимнастических снарядов и различных предметов [4, с. 186].

Количество общеразвивающих упражнений огромно. Двигательная структура их разнообразна. Любое из упражнений многофункционально и располагает возможностями избирательного и регламентированного воздействия на функции разных органов и систем организма, двигательные и психические способности и др. Они могут выполняться по различным направлениям, с различной амплитудой, быстротой, степенью мышечного напряжения и расслабления, резко и плавно, с различным согласованием движений звеньями тела, кратковременно и продолжительно и т. д.

Аналитический характер многих из этих упражнений удобно использовать для целенаправленного воздействия на отдельные группы мышц, сердечно-сосудистую, дыхательную, сенсорные системы, психические и личностные свойства курсантов и слушателей. Упражнения подбираются с учетом возраста, пола, состояния здоровья, уровня физической подготовленности курсантов и слушателей по педагогическому принципу: для развития силы, быстроты, координации движений, гибкости, памяти на движения, свойств внимания и др.

Ценность ОРУ объясняется и тем, что они легко дозируются, позволяют направленно и избирательно воздействовать на определенные группы мышц.

В ходе выполнения общеразвивающих упражнений в организме происходят такие изменения, которые наилучшим образом подготавливают его к предстоящей физической работе. Если пренебречь общеразвивающими упражнениями, эти изменения будут происходить непосредственно во время выполнения основного комплекса упражнений, снижая ее эффективность. При работе без выполнения обще

развивающих упражнений чрезвычайно велик риск возникновения травм [5, с. 51].

При выполнении обще развивающих упражнений создается оптимальная возбудимость центральной нервной системы, что улучшает качество ее работы.

Во время выполнения физических упражнений нервная система посылает исполнительные команды к мышцам, обрабатывает информацию, поступающую от мышц и внутренних органов, обеспечивает координацию органов между собой (их согласованное взаимодействие). В результате выполнения обще развивающих упражнений улучшается нервно-мышечное взаимодействие, увеличивается скорость реакций, точность и координация движений, облегчается протекание процессов обучения новым двигательным навыкам. Повышается скорость и интенсивность обмена веществ, увеличивается скорость распада химических веществ, расщепление которых дает энергию для мышечного сокращения. Увеличение скорости распада веществ вызывает повышение температуры тела (отсюда идет понятие «разогреть мышцы»). Повышение температуры тела ускоряет время начала потоотделения при выполнении основной работы, облегчая, таким образом, процессы вывода из организма продуктов распада и процессы поддержания температуры тела в пределах физиологической нормы. Идеальным вариантом является начало потоотделения уже при выполнении общеразвивающих упражнений [2, с. 69].

Происходит перераспределение крови между работающими и неработающими органами. Кровеносные сосуды работающих органов (сердца, легких, работающих мышц) расширяются, и в них поступает больше крови. Кровеносные сосуды неработающих органов (органов пищеварения, неработающих мышц) сужаются, и в них поступает существенно меньше крови.

Кровоснабжение головного мозга в целом остается строго постоянным при любом виде деятельности. Однако во время достаточно интенсивной мышечной работы наблюдается перераспределение мозгового кровотока между различными зонами мозга. Те области мозга, которые управляют процессом сокращения работающих мышц и регулируют деятельность внутренних органов, участвующих в обеспечении мышечной работы, получают большее количество крови по сравнению с другими зонами, не принимающими непосредственного участия в обеспечении мышечной деятельности. Поэтому можно наблюдать, например, снижение высших психических функций (память, внимание, способность к усвоению нового) сразу и спустя некоторое время после выполнения интенсивной мышечной работы [5, с. 58].

В результате выполнения общеразвивающих упражнений повышается текущая работоспособность организма (то есть способность выполнить работу определенной величины в настоящий момент).

Таким образом, обще развивающие упражнения являются обязательным элементом занятий по «Физической подготовке», который предотвращает нежелательные травмы, а также способствует развитию гибкости и координации. В общей сложности разминка занимает от 15 до 25 мин и должна включать в себя упражнения для каждой части тела.

Несмотря на соблюдение мер безопасности и профилактических мер по предупреждению травматизма, несчастные случаи – далеко не редкость в процессе физической подготовки. Надежным профилактическим средством против травм выступают обще развивающие упражнения, что будет способствовать мобилизации жизненно важных свойств организма, двигательных способностей, в том числе силы, быстроты, ловкости, координации и выносливости, а также таких качеств, как сила воли, собранность, энергичность, уверенность в себе и своих силах.

Список использованных источников

1. Алдошин А.В. Медицинский самоконтроль в процессе физической подготовки курсантов образовательных организаций системы МВД России // Наука-2020. 2018. № 7 (23). С. 18-22.
2. Астемир М.К. Актуальные вопросы предупреждения травматизма на занятиях по физической подготовке в ВУЗах МВД России / М.К. Астемир // Образование. Наука. Научные кадры. – 2019. – № 1. – С. 68-73.
3. Карданов А.К. Вопросы оптимизации организации физической подготовки слушателей по программам профессиональной подготовки МВД России / А.К. Карданов // Современный ученый. – 2017. – № 3. – С. 149-152.
4. Кузнецов С.В. Теоретические и методические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской : Учебник / под общей ред.: С.В. Кузнецова. – М. : ДГСК МВД России, 2016. – 356 с.
5. Леушина М.Л. Травматизм во время занятий физической подготовкой и спортом в вузах системы МВД / М.Л. Леушина // Концепт. – 2017. – № 3. – С. 51-53.
6. Пищулин С.Н. Основные причины и профилактика травматизма на занятиях по физической подготовке со слушателями, проходящими профессиональное обучение / С.Н. Пищулин // APRIORI. – 2017. – № 6. – С. 54-58.

УДК 796.422: 796.015:612

Врублевский Евгений Павлович, доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры спортивных дисциплин,
Лашкевич Сергей Валентинович, преподаватель кафедры спортивных дисциплин,
Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины
Беларусь, 246019, г. Гомель, ул. Советская, 105,
e-mail: vru-evg@yandex.ru

ОСОБЕННОСТИ СТАРТОВОЙ РЕАКЦИИ У БЕГУНОВ НА 100 И 400 МЕТРОВ

Аннотация. Рассматривается время стартовой реакции бегунов-спринтеров различной квалификации, специализирующихся в беге на 100 и 400 метров. Показано, что не наблюдается корреляционной взаимосвязи между временем, показанным на дистанции и временем реакции на старте. Учет времени стартовой реакции дает возможность планировать тренирующие воздействия над различными компонентами спринтерского бега спортсмена и оценивать его соревновательную деятельность.

Ключевые слова: реакция, спринт, старт, звук, спортсмены, скорость, импульс.

Введение. Время реакции – это время, необходимое бегуну, чтобы среагировав на стартовый сигнал и начать выбегать из стартовых колодок. Правила ИААФ, на основании того, что существует предел, насколько быстро человек может реагировать на стартовый сигнал, учитывают данный факт и если спортсмен покинул стартовые колодки раньше, чем за 100 мс после выстрела, то это фиксируется как фальстарт [9, с. 3].

Согласно исследованиям специалистов, за последние 120 лет средним временем реакции на звук для обычных людей признан показатель около 0,160 секунды, причём

для женщин этот показатель на 2-3 сотые секунды хуже, чем у мужчин [2, с. 83; 8, с. 24]. Для спортсменов высокого уровня, как мужчин, так и женщин, проводящих специальный цикл тренировок, разброс времени реакции лежит в диапазоне 0,130-0,150 с [3, с. 23; 4, с. 117].

В спринтерских соревнованиях для создания одинаковых условий для всех спортсменов применяются специальные динамики, которые закреплены за каждым стартовым блоком. Расстояние от динамика до уха составляет примерно один метр. В соревнованиях невысокого ранга, где это не используется, спортсмену приходится дожидаться звуковой волны непосредственно от пистолета стартера. Это ставит спортсменов, которые стоят на дальних дорожках от стартера (особенно в беге на 400 метров) в проигрышное положение [7, с. 168].

Несмотря на то, что наибольший вклад в результат спринтерского бега вносит максимальная скорость бега по дистанции и скоростная выносливость на последних метрах дистанции [5, с. 78; 6, с. 52], при прочих равных условиях часто реакция бегуна на старте решает исход победителя.

Результаты исследования и их обсуждение. Время реакции в спринте охватывает следующую последовательность событий: после стартового сигнала звуковые волны распространяются от стартового пистолета до ушей спортсменов, ухо регистрирует на звук и посылает импульсы в мозг. В свою очередь, последний обрабатывает звук, посылает сигнал о начале действия, мышцы получают сигнал и начинается движение [8, с. 24].

Видно (табл. 1), что реакция на выстрел у высококвалифицированных спортсменов различается. Лучшее время реакции атлетов обычно находится в диапазоне 120-140 мсек. Тим Монтгомери улучшил время реакции до почти идеального уровня 104 мсек и очень близко «подошел» к фальстарту. Одним из немногих спринтеров, который приблизился к совершенству, был Сурин Бруни, который показал время реакции 101 мсек [9, с. 3].

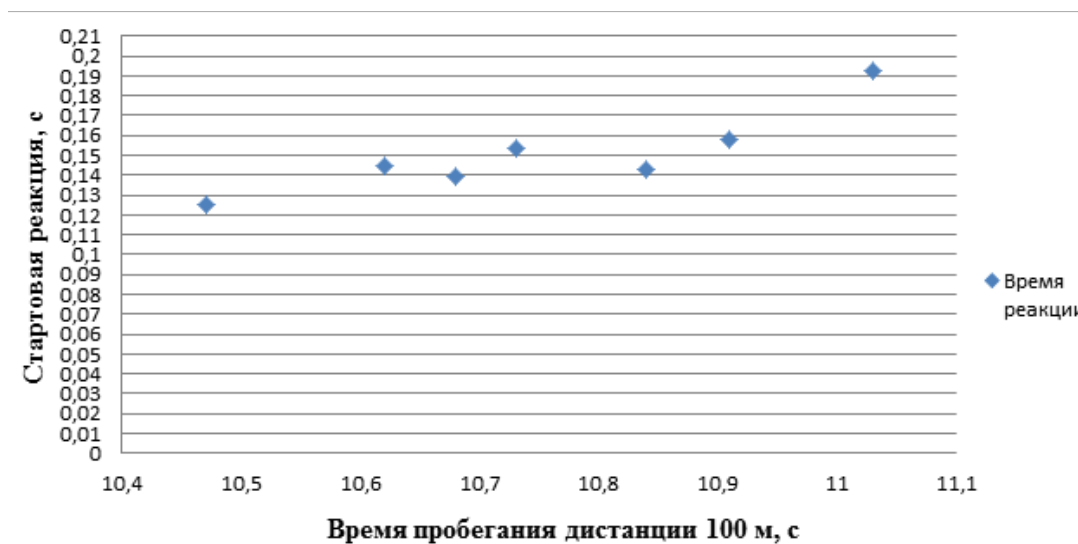


Рис. 1. Взаимосвязь времени пробега и стартовой реакции бегунов экстра-класса на 100 м.

Когда Усейн Болт в 2009 году, установил мировой рекорд в беге на 100 метров и пробежал дистанцию за 9,58 с. (Берлин, 2009г.), его стартовая реакция была не самой лучшей и составила 0,146 [9, с. 3]. Затем Болт потерпел два поражения в Стокгольме,

и оба раза ему помешала победить его стартовая реакция (0,157–0,165 сек). Он отталкивается от своих стартовых колодок гораздо позже Пауэлла и Гэя. Мы считаем это связано с тем, что Болту сложно «сложиться» и стартовать быстрее выше упомянутых спортсменов, так как ему нужно пространство, чтобы мощно «растолкать» себя. Проведенный нами корреляционный анализ между временем бега на 100 м и временем реакции сильнейших спринтеров мира на старте составляет $r=0,132$.

На дистанции 400 м в Рио-де-Жанейро (2016 г.) время реакции на старте в среднем составляло 163 мсек (стандартное отклонение 28 мсек) и также не обнаружена достоверная корреляционная взаимосвязь между временем, показанным на дистанции и временем реакции на старте бегунов-мужчин. В финальном забеге на 400 метров Уэйд ван Никерк (ЮАР) пробежал дистанцию за 43,03 секунды, показал стартовую реакцию в 0,181 с и побив мировой рекорд американца Майкла Джонсона (43,18 с), установленный еще в августе 1999 года.

На рисунке 2 представлены данные времени бега мужчин в финале бега на Чемпионате Беларуси и стартовой реакции [1, с. 3] бегунов на 400 метров.

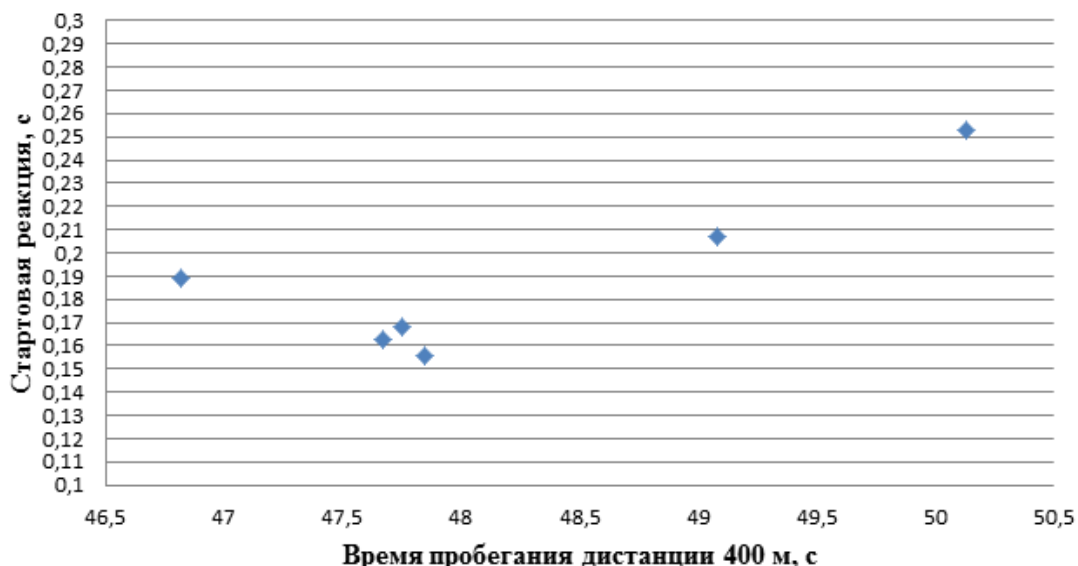


Рис. 2. Взаимосвязь времени пробегания и стартовой реакции квалифицированных бегунов на 400 м.

В финальном забеге на 400 метров на чемпионате РБ были показаны следующие результаты – первое место 46,82 с, при стартовой реакции 0,189 с, со второго по четвертое место результаты спортсменов были близки друг к другу. Так, у бегуна, занявшего второе место (47,67 с), стартовая реакция составила 0,163 с, третьим финишировал спортсмен (47,75 с), чья стартовая реакция составила 0,168 с. А вот только пятое место занял спортсмен, показавший лучшее, среди всех участников финала, время на старте - 0,156 с.

Таким образом, результаты исследований показывают, что реакция на выстрел у бегунов на 400 метров хуже, чем у спортсменов, специализирующихся в беге на 100 метров. Это обусловлено тем, что медленное реагирование на выстрел, является незначительной ошибкой в беге на данную дистанцию, и спортсмену есть время компенсировать потери на старте [5, с. 54; 6, с. 79].

Заключение. Существуют физические ограничения в отношении того, насколько быстро спортсмен может реагировать на стартовый выстрел. Хотя официальные

правила ИААФ устанавливают ограничение в 0,1 секунды (100мс), вполне вероятно, что любой, кто реагировал менее чем за 0,120 с, ожидал выстрел.

Время стартовой реакции между бегунами на 100 метров и 400 метров различается. Атлеты, специализирующиеся на более короткой дистанции обладают лучшей реакцией, это обусловлено тем, что проиграв старт в беге на 100 метров трудно отыграть потерянное на дистанции, а в беге на 400 метров это вполне возможно.

Показано, что не наблюдается корреляционной взаимосвязи между временем, показанным на дистанции и временем реакции на старте. В тоже время, учет времени стартовой реакции дает возможность планировать тренирующие воздействия над различными компонентами спринтерского бега спортсмена и более полно оценивать его соревновательную деятельность [4, с. 115; 5, с. 93; 6, с. 259].

Список использованных источников

1. Белорусская федерация легкой атлетики [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://bfla.eu/>. (дата обращения: 12.11.2018).
2. Врублевский Е.П., Грец И.А. Проблемы и перспективы современного женского спорта: монография. Смоленск, 2008. 145 с.
3. Врублевский Е.П., Костюченко В.Ф. Морфофункциональные аспекты отбора и тренировки спортсменок в скоростно-силовых видах легкой атлетики // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2009. № 4 (50). С. 33-38.
4. Костюченко В.Ф., Врублевский Е.П., Кожедуб М.С. Методика индивидуализированной подготовки спортсменок в годичном цикле, специализирующихся в спринтерском беге // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2017. № 10 (152). С. 115-121.
5. Мирзоев О.М., Врублевский Е.П. Теоретические и методические основы индивидуализации тренировочного процесса легкоатлетов: метод. пособие. М.: РГУФК, 2006. 100 с.
6. Мирзоев О.М., Маслаков В.В., Врублевский Е.П. Совершенствование индивидуальной структуры соревновательной и тренировочной деятельности высококвалифицированных легкоатлетов: метод. пособие. М.: РГУФК, 2005. 200 с.
7. Панова О.С. Применение метода сопряженного воздействия в тренировочном процессе юных спринтеров // Лучшая научно-исследовательская работа 2017 сборник статей победителей VII Международного научно-практического конкурса. Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение», 2017. С. 167-170.
8. Семенов В.Г., Врублевский Е.П. Закономерности адаптационной изменчивости силы мышц женщин-спринтеров в процессе становления спортивного мастерства // Теория и практика физической культуры. 2000. № 9. С. 22-24.
9. Track and field news [электронный ресурс]. Режим доступа: <http://condellpark.com/>. (дата обращения: 14.11.2018).

Гайгуров Анвар Леонидович, старший преподаватель кафедры
физического воспитания
Недавняя Ирина Юрьевна, ассистент кафедры физического воспитания,
Ташкентский институт инженеров железнодорожного транспорта,
Республика Узбекистан, 100167, г. Ташкент, ул. Адылходжаева, 1,
e-mail: shkondinairina1961@gmail.com

ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ НА ОСНОВАНИИ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕСТОВ КОМПЛЕКСА «АЛПОМЫШ И БАРЧИНОЙ»

Аннотация. Посредством проведения контрольных нормативов выполняемых испытуемыми без подготовки по нормам «Алпомыш и Барчиной» определялась физическая подготовленность, физическое развитие и приспособляемость организма к различным по продолжительности и интенсивности физическим нагрузкам студентов, первокурсников ТашИИТа.

Ключевые слова. нормативный комплекс; физическая подготовленность; физическое развитие.

Нормативы комплекса «Алпомыш и Барчиной» предусматривают обеспечение всесторонней физической подготовленности человека, поэтому они были взяты за основу при определении уровня подготовленности студентов поступающих в Ташкентский институт инженеров железнодорожного транспорта.

Исходный уровень физической подготовленности студентов поступающих на первый курс института по данным контрольных нормативов в беге на 100 метров позволили выявить, что 53,85 испытуемых смогли выполнить нормативные требования комплекса «Алпомыш и Барчиной» без дополнительной подготовки.

В беге на дистанцию 1000 метров у женщин 6,42% испытуемых уложились в норматив 6 минут.

В 2017 и 2018 годах были проведены исследования уровня физической подготовки в тройном прыжке с места. В 2017 году 19,6%. А в 2018 году 47,7% студентов, выполнили норматив комплекса «Алпомыш и Барчиной» без предварительной подготовки. Таким образом, во всех случаях наблюдается улучшение в данном показателе.

В 2016 году были проведены исследования в прыжках с места. При нормативе 260 см., участниками показаны результаты: 231,7 см, что безусловно указывает на сравнительно низкие результаты показанные испытуемыми.

При проведении контрольных нормативов в таком легкоатлетическом виде как метание гранаты нами были использованы стандартные снаряды. Метание проводили с разбега без предварительного обучения и разбора техники броска.

В 2017 году из 184 студентов 43% выполнили норматив. В 2018 году выполнили нормативные требования 17,9%. По средним показателям наблюдается ухудшение результатов в данном виде у всех испытуемых нами студентов, по сравнению с 2017 годом более чем на 24%. Это по-видимому можно объяснить тем, что в лицеях и колледжах недостаточно внимания уделяется обучению метания.

Подтягивание на перекладине, как мы уже отмечали, позволяет определить не силовые показатели человека, силовую выносливость, хотя до настоящего времени при проведении данного контрольного норматива, большинство преподавателей придерживается мнения, что посредством подтягивания на перекладине получаем пред-

ставление о силе занимающихся. Проведенные нами соревнования с охватом всех студентов, поступивших на первый курс в институт, позволили выявить, что в 2017 году данный норматив был выполнен в пределах 71,9% от общего количества испытуемых. В 2018 году он составил 63,8%. Таким образом, как в первом, так и во втором случае мы видим, что большинство студентов успешно справляются с нормативными требованиями в подтягивании на перекладине.

Отклоны для туловища «пресс» для девушек являются обязательным нормативным требованием входящим в программу комплекса «Алпомыш и Барчиной».

При норме в 35 отклонений в 2017 году ни одна студентка не смогла выполнить данный норматив или показать результат, приближенный к нему.

По итогам исследований проведенных в 2018 году из 186 испытуемых 25,2% выполнили нормативные требования. Хотя и наблюдается некоторое улучшение, однако результаты остаются быть низкими, так как свыше 42% занимающихся в данном виде упражнения смогли показать результат в пределах от 3 до 20 раз.

Таким образом, есть основание сделать вывод, что между физическим развитием и уровнем физической подготовленности имеется прямая взаимосвязь, которая даст возможность определить или те или другие показатели испытуемых нами студентов. Следовательно, при анализе физической подготовленности студентов следует изучить в первую очередь уровень физического развития занимающихся, который является решающим при определении уровня подготовленности студентов.

Исходя из целей учебного процесса по физическому воспитанию, который сводится к совершенствованию физического развития студентов и повышению их функциональных возможностей, повышению уровня энергетического потенциала, а также овладению теми или иными двигательными навыками, приобретаемыми на занятиях можно выделить ряд основных критериев эффективности учебного процесса:

1. Критерий физической подготовленности определяется теми нормами, которые студент должен выполнить в процессе занятий по физическому воспитанию.

2. Функциональный критерий, который представляет собой показатель какого-либо физиологического параметра, характеризующего функциональные возможности организма и динамику их развития.

3. Критерий обученности представляет собой оценку степени овладения техникой двигательных действий.

Критерий физической подготовленности определяется основными задачами физического воспитания и заключается в обеспечении всесторонней физической подготовки студентов на основе комплекса «Алпомыш и Барчиной». И этот вопрос в определенной степени раскрыт нами. Остается добавить, что в процессе академических занятий необходимо акцентировать внимание на повышении уровня недостаточно развитых (отстающих) физических качеств у студентов. Так например, для развития выносливости целесообразно использовать кроссовый бег, длительностью до 1 часа, а также бег на отрезках 200-500 метров с соревновательной скоростью.

Для развития скоростно-силовых качеств необходимо, на наш взгляд, использовать бег на отрезках 20-100 м., прыжки в длину с разбега и с места, метание ядра, камней, набивных мячей, эстафеты и игры.

Если исходить из того, что нормативы комплекса «Алпомыш и Барчиной» можно принять за модель всесторонней физической подготовленности, то студентов следует разделять на четыре основные группы: слабая, силовая, скоростная и сильная.

Студенты «слабой» группы уступают студентам «скоростной» группы в беге на 100 м., в прыжках в длину с разбега, в толкании ядра, в кроссе, в подтягивании.

Студенты «силовой» группы превосходят студентов «слабой» группы только в толкании ядра, в остальных показателях достоверного различия нет. Студенты «сило-

вой» группы сильнее студентов «скоростной» группы, но уступают им во всех остальных видах. Средние результаты студентов «сильной» группы, могут служить основой, на которую нужно ориентироваться в подготовке студентов других, условно определенных, учебных группах.

Таким образом, только одна – «сильная» группа соответствует модели характеризующей всестороннюю физическую подготовленность студентов. В остальных группах у студентов наблюдается недостаточный уровень развития отдельных физических качеств. Так, в «силовой» группе недостаточен уровень скоростных качеств и выносливости, «слабая» группа характеризуется низким уровнем развития всех качеств, в «скоростной» группе недостаточен уровень развития силовых качеств и выносливости.

Для обеспечения всесторонней подготовки студентов отнесённых к той или иной группе, на учебных занятиях по физическому воспитанию должны применяться дифференцированные методики, направленные на акцентированное повышение уровня недостаточно развитых физических качеств.

Список использованных источников

1. Жолдак В.И. методы совершенствования физического воспитания в ВУЗе. – М., 1983.
2. Динер В.Л. Теория и методика физической культуры. – Краснодар, 2001.

УДК 799.3

Гаськов Алексей Владимирович, доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры теории физической культуры,
Бурятский государственный университет,
Россия ,670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24 а,
e-mail: Gaskov@bsu.ru

ФАКТОРНАЯ СТРУКТУРА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТРЕЛКОВ ИЗ АРБАЛЕТА

Аннотация. В данной статье представлены результаты исследования факторной структуры общей и специальной физической подготовленности спортсменов – стрелков из арбалета. Обобщены и интерпретированы факторы, составляющие физическую подготовленность стрелков из арбалета.

Ключевые слова: стрельба из арбалета, физическая подготовленность, факторный анализ.

Стрельба из арбалета как дисциплина стрелкового спорта включает в себя два дивизиона – полевой и матчевый. В обоих дивизионах российские стрелки успешно выступают на международных соревнованиях, при этом анализ выступлений российских стрелков из арбалета показывает, что результаты большинства спортсменов ниже своих разрядов и не соответствуют потенциалу спортсмена [6]. В то же время отсутствует целостная систем подготовки стрелков из арбалета. Стрельба из арбалета по технике производства выстрела во многом сходна с пулевой стрельбой [5]. В свою очередь пулевая стрельба, будучи достаточно развитым олимпийским видом спорта,

имеет ряд фундаментальных исследований по методике подготовки спортсменов, совершенствованию их технического мастерства [1, 4, 7]. Методы и средства при подготовке стрелков из арбалета остаются недостаточно изученными и, как правило, при подготовке спортсменов-арбалетчиков используются средства и методы пулевой стрельбы, без учета различий в оружии, в выполняемых упражнениях.

Физическая подготовленность, по мнению М.Я. Жилиной, является объективно действительным фактором, оказывающим влияние на процесс становления и поддержания спортивной формы стрелка [2].

Достижение высоких спортивных результатов в стрельбе напрямую зависит от степени физической подготовленности спортсмена. Общая и специальная физическая подготовка стрелка направлена на развитие согласованности и четкости движений, чувства равновесия, быстроты реакции, выносливости и силы, на развитие способности расслаблять мышцы не участвующие в сохранении баланса при взводе, и в процессе нажатия на спусковой крючок. Выносливость, сила, ловкость, быстрота, гибкость и правильное дыхание – эти свойства необходимы для многократного производства выстрела без снижения качества стрельбы. Для совершенствования процесса подготовки спортсменов-стрелков из арбалета необходимо выделение компонентов структуры физической подготовленности. Анализ факторной структуры физической подготовленности позволяет определить приоритетные направления процесса физической подготовки стрелка.

Для определения факторной структуры физической подготовленности стрелков из арбалета были подвергнуты статистической обработке результаты контрольных стрельб и педагогического тестирования по 21 простому и информативному тесту. Так, физическое развитие определялось замером роста и веса спортсмена; силовые качества – подтягивание на перекладине (количество раз), прыжок в длину с места (см.), разгибание рук в упоре лежа (количество раз), поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой (за 30 сек./ раз), кистевая динамометрия; общая выносливость – бег на 1500 м, тест Купера (бег за 12 мин, м.), приседание (за 30 сек./ раз); специальная выносливость – удержание оружия в позе «изготовка» до выраженных колебаний (сек.), результат контрольной стрельбы 40 выстрелов (10 м); координационные качества – челночный бег 3x10 м (сек.), прыжки через скакалку, проба Озерецкого, проба Ромберга (усложненная); гибкость – наклон туловища вперед; функциональное состояние дыхательной системы – проба Штанге и проба Генчи. В исследовании приняли участие 12 спортсменов – стрелков из арбалета квалификации кандидат в мастера спорта, мастер спорта и мастер спорта международного класса. Обработка методом факторного анализа проводилась с помощью программы статистической обработки первичной социологической информации (SPSS 16,0). Для выделения факторов использовались метод отбора – анализ главных компонентов, метод вращения – варимакс с нормализацией Кайзера, вращение осуществлено за 8 итераций. В таблице 1 представлены результаты факторного анализа физической подготовленности стрелков из арбалета.

Таблица 1

Факторная структура физической подготовленности стрелков из арбалета

№	Тест	Факторы				
		1	2	3	4	5
1	Рост	-0,021	-0,279	0,914	-0,740	0,009
2	Вес	0,470	-0,465	0,780	0,064	-0,326
3	Подтягивание на перекладине	0,000	0,567	-0,213	0,383	0,660
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине	0,230	0,895	-0,114	-0,108	-0,036
5	Прыжок в длину с места	0,352	0,410	0,697	-0,202	0,183
6	Разгибание рук в упоре лежа	0,225	0,919	-0,104	0,160	0,210
7	Бег, 1500 м	-0,871	-0,279	-0,206	-0,221	0,146
8	Тест Купера	0,932	0,228	-0,083	0,205	0,052
9	Приседания	0,242	0,688	-0,133	0,498	0,215
10	Челночный бег	-0,610	0,264	-0,359	-0,264	-0,530
11	Бег, 100 м	0,614	-0,101	-0,509	-0,171	-0,468
12	Прыжки через скакалку	0,926	0,103	-0,024	0,162	0,250
19	Проба Ромберга	0,788	0,101	-0,051	0,383	0,331
14	Проба Озерецкого	0,410	0,417	-0,034	0,026	0,626
15	Проба Штанге	0,877	0,176	-0,041	0,134	0,150
16	Проба Генчи	0,876	0,079	0,230	-0,080	-0,184
17	Динамометрия (правая)	0,211	0,067	-0,216	0,850	0,300
18	Динамометрия (левая)	0,343	0,074	0,126	0,872	-0,071
19	Изготовка	0,879	0,132	0,204	0,028	0,199
20	Стрельба	0,831	0,193	0,036	0,204	0,401
21	Гибкость	0,930	0,125	0,048	0,206	0,102

Факторный анализ данных позволил выделить основные факторы, определяющие физическую подготовленность спортсменов – стрелков из арбалета и установить, что структура физической подготовленности стрелков складывается из пяти факторов, первые три из которых составили 77,9 процентов вклада в обобщенную дисперсию выборки. Четвертый и пятый факторы нами не рассматривались из-за низкой внутрифакторной корреляционной взаимосвязи.

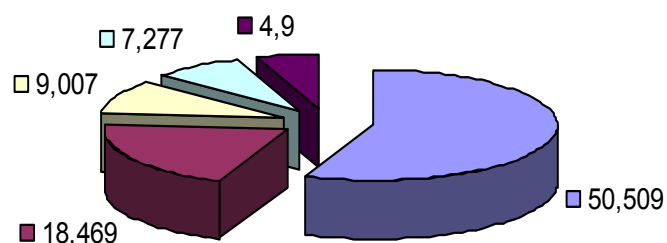


Рис. 1. Факторная структура физической подготовленности стрелков из арбалета

Выявлено, что первый фактор с высоким коэффициентом значимости и суммой дисперсии 50,5 процентов составили показатели общей и специальной выносливости, координации и функционального состояния дыхательной системы (аэробно-анаэробная выносливость). В него с наибольшими факторными весами вошли показате-

тели теста Купера, тест на гибкость, прыжки через скакалку, устойчивость с оружием в позе изготовки, проба Штанге и проба Генчи, результаты стрельбы. Выделение различных характеристик выносливости и результатов стрельбы в одном факторе указывает на определенную взаимосвязь данных качеств, подтверждает необходимость комплексного развития выносливости спортсменов и построения тренировочного процесса с направленностью на развитие специальной выносливости на базе высокого уровня общей.

Второй фактор с вкладом в обобщенную дисперсию выборки 18,4 процента составили показатели силовых качеств. Значимые веса здесь имеют разгибание рук в упоре, поднимание туловища из положения лежа на спине, приседание и подтягивание туловища из виса на руках.

Третий фактор с вкладом в обобщенную дисперсию 9,0 процентов составляют показатели физического развития – рост, вес. Данный вывод соответствует приведенным Э.Г. Мартиросовым наиболее значимым морфофункциональным показателям сильнейших спортсменов, в исследовании которого отмечены с высшим уровнем значимости, для сложнокоординационных видов спорта, показатели тотальных размеров тела, конституция, осанка и состояние сводов стопы [8].

Анализ величин нагрузок позволил интерпретировать факторы как фактор выносливости и координации, фактор силы, фактор физического развития.

Таким образом, факторную структуру физической подготовленности спортсменов – стрелков из арбалета составляют три фактора, из которых наибольший вес имеет фактор общей и специальной выносливости и координации. Результаты факторного анализа позволяют определить, что основное направление для подбора средств и методов в физической подготовке стрелков из арбалета – это развитие и совершенствование выносливости, дыхательной системы и координации.

Анализ данной факторной структуры общей и специальной физической подготовленности стрелков из арбалета позволяет при разработке тренировочных программ стрелков подобрать оптимальное сочетание средств и методов для формирования определенных качеств спортсмена, направленных на повышение эффективности процесса подготовки.

Список использованных источников

1. Гачичеладзе Я.В., Орлов В.А. Физическая подготовка стрелка. М. : ДОСААФ, 1984. 112 с.
2. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. М. : ДОСААФ, 1986. 104 с., ил.
3. Иберла К. Факторный анализ. М. : Статистика, 1980. 398 с.
4. Корх А.Я. Спортивная стрельба : Учебник для ин-тов физ. культ. М.: ФиС, 1987. 255 с.
5. Палехова Е.С. Подготовка высококвалифицированных стрелков из арбалета с биомеханическим волновым тренажером : автореф. дисс...канд. пед. наук. М., 2006. 23 с.
6. Сушко А.А. Проблемы становления и перспективы развития арбалетного спорта в России // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма : материалы Всероссийской науч.-практ. конф. (Нижневартовск, 25 марта 2011). Нижневартовск, 2011. С. 140-146.
7. Юрьев А.А. Спортивная стрельба; 2-е изд. М. : ФиС, 1962. 383 с.
8. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. М. : Гардарики, 2000. 448 с.

Двойникова Елена Сергеевна, старший преподаватель кафедры
физического воспитания,
Кулакова Виктория Олеговна, студентка 4 курса экологического факультета,
Майкопский государственный технологический университет,
Россия, 385000, Республика Адыгея, г. Майкоп, ул. Первомайская, 191,
e-mail: kulackovavika@yandex.ru

ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОГО И СОЦИАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ МОЛОДЕЖИ

Аннотация. Физическая активность неразрывно связана с социальным становлением молодежи. На всем протяжении обучения студенты развивают свои внутренние качества. Ведение здорового образа жизни укрепляет не только здоровье студента, но и оказывает положительное влияние на развитие в социальной среде. Обучение в высших учебных заведениях дает студентам большие возможности для счастливого будущего.

Ключевые слова: физическое воспитание, социальное становление, развитие личности, здоровье, молодежь, студенческие группы, физическая активность, здоровый образ жизни, культура человека.

На сегодняшний день физическое и социальное становление студентов является актуальным вопросом. На протяжении всего обучения в ВУЗе студенты формируют свои физические навыки, а также заводят полезные знакомства, принимают участие в общественных мероприятиях высшего учебного заведения. Благодаря выше перечисленным аспектам в сознании молодежи идет процесс личностного становления в общественной среде.

Физическое становление характеризуется развитием физических способностей у студентов, выработкой и соблюдением четких правил и норм ведения здорового образа жизни. В период обучения у студентов формируется физическое воспитание, которое крайне необходимо для здорового будущего молодежи. Так как после окончания ВУЗа студенты выходят во взрослую жизнь, характеризующуюся на сегодняшний день быстрыми темпами развития экономики. А работодатели, в свою очередь, настроены на поиск трудоспособных, здоровых, физически и психологически подготовленных сотрудников. Поэтому развитие физических навыков – это неотъемлемая часть физического воспитания студентов. Посещая занятия по физической культуре и спорту, студенты получают огромную пользу для своего организма и личностного становления, а именно:

- процесс формирования физических навыков;
- укрепление и становление психических и физических сил и задатков студентов;
- формирование лидерских качеств в игровом процессе физической культуры;
- рост физической и умственной активности;
- выявление точных целей и принципов на будущую взрослую жизнь;
- определение норм и правил ведения здорового образа жизни;
- новые знакомства, положительные эмоции, укрепление нервной системы человека;

- появление новых интересов, увлечений, посещение различных спортивных секций;
- проведенное с пользой для здоровья свободное время [1].

Физическое воспитание имеет невидимую связь с социальным становлением личности в обществе. Так человек, активно занимающийся спортом, познает мир совершенно иначе от человека, ведущего пассивный образ жизни. Все яркие краски жизни, положительные эмоции от физических нагрузок человек воспринимает осознанно, понимает, что работа над своим телом и мыслями необходима на всем протяжении жизни. Эстетическая сторона физически активного человека заключается в том, что вся красота и социальный статус личности, а также уверенность в себе и круг общения поднимаются и увеличиваются в геометрической прогрессии. В связи с этим люди заводят полезные знакомства, которые возможно помогут им в будущей работе или помогут скрепить их дружбу на многие годы, что немало важно на сегодняшний день [2].

«Социальное» становление молодежи – термин подразумевает всестороннее развитие молодых людей, как с физической, так и с психологической точки зрения. Нравственные устои, сложившиеся на протяжении всего обучения, помогают прожить долгую и здоровую жизнь для людей. Ведение здорового образа жизни закладывается на подсознательном уровне у человека, благодаря которому организм людей может работать по максимальным возможностям. С ведением здорового образа жизни связан еще один важный аспект – это патриотическое воспитание. Оно достигается путем многих побед как физических, так и психологических на пути молодого человека при становлении личности [3].

Физическое и социальное становление молодежи оказывает положительные аспекты, и для здоровья организма, и для психического состояния молодых людей. Как известно молодые люди находятся на пике своих физических возможностей, работоспособности и целеустремленности. Поэтому не стоит забывать, что развивать и совершенствовать эти возможности нужно как можно с раннего возраста детей и продолжать укреплять здоровье на всем протяжении жизни [4].

Общение, комфортная среда для развития интересов студентов, взрослых людей, общие цели и планы достигаются только в социальном обществе. Уважение, лидерские качества, уверенность в себе и собственных действиях формируются в процессе занятий физической культурой и спортом.

Список использованных источников

1. Двойникова Е.С., Манченко Т.В., Манченко Ю.В., Мешвез Р.К. Современная трактовка понятия «Точность движений» // Материалы всероссийской научно-практической конференции аспирантов, докторантов и молодых ученых. Майкоп, 2016. С. 42-45.
2. Двойникова Е.С., Ашхамахов К.И., Гучетль И.Н, Галюнко Т.Э. Содержание понятия «Здоровье» сквозь призму троичного кода буквенных сочетаний // Образование - наука-технологии : Материалы XXXII Недели науки МГТУ XXVIII Всероссийская научно-практическая конференция. Майкоп, 2016. С. 65-69.
3. Свечкарев В.Г., Двойникова Е.С. Здоровье человека – экономическо-медицинский аспект // В сборнике: XIX неделя науки МГТУ, Майкопский государственный технологический университет. Майкоп, 2009. С. 56-57.

4. Свечкарев В.Г. Виды Тренажер «ПРАВИЛО» / А.Н. Ларин, В.А. Чебыкин, Т.А. Иващенко // Вестник Майкопского государственного технологического Университета. 2016. № 3. С. 84-90.

5. Подрезов И.Н., Еремин Р.В. Проблемы формирования, укрепления и сохранения здоровья детей, подростков, молодых людей средствами физической подготовки, туризма и спорта, привлечение молодого поколения к здоровому образу жизни // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 163-168.

6. Струганов С.М. Физическая культура и спорт как фактор гармоничного развития человека и социально-экономического развития государства // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Ростов-на-Дону: Ростовский юридический институт МВД России, 2018. С. 263-267.

УДК 796.08

Ибрагимов Ильяс Нургалиевич, преподаватель кафедры физической подготовки,
Яковлев Дмитрий Сергеевич, кандидат педагогических наук, доцент,
начальник кафедры физической подготовки,
Тюменское высшее военно-инженерное командное училище им. маршала
инженерных войск А.И. Прошлякова,
Россия, 625001, г. Тюмень, ул. Льва Толстого, 1,
e-mail: i-i-n@inbox.ru

ХАРАКТЕРИСТИКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КУРСАНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ГИРЕВЫМ СПОРТОМ

Аннотация. В статье рассматриваются компоненты соревновательной деятельности гиревиков, как основа развития современного гиревого спорта. Для совершенствования соревновательной деятельности гиревиков необходимо рассматривать основные тенденции развития методики подготовки гиревиков международного уровня, которые включают в себя: появление новых эффективных методических подходов обучения технике гиревиков; повышение эффективности скоростной техники гиревика и другие компоненты.

Ключевые слова: соревновательная деятельность, гиревой спорт, курсанты, методика.

Актуальность. Повышение эффективности физической подготовки курсантов военных вузов является актуальной проблемой и может решаться широким применением средств различных видов спорта [1, 7]. Современный гиревой спорт для курсантов военных вузов выступает как вид спорта, направленный на развитие не только физических качеств, но и ковки характера будущего военного специалиста [2, 3, 4, 5]. Широкое использование средств гиревого спорта в профессионально-прикладной физической подготовке курсантов военных вузов является основой высокого уровня физической подготовленности. На сегодняшний день отмечено, что соревнования по гиревому спорту рассматриваются как ускорение темпа развития гиревого спорта в стране и в мире.

Гиревой спорт как средство повышения уровня физической подготовленности

курсантов, начиная с 1 курса, занимает плотные позиции среди других видов спорта.

Методы исследования. Обобщение и анализ научно-методической литературы и результатов исследовательских работ. Анкетный опрос специалистов по гиревому спорту с целью выявления основных параметров соревновательной деятельности гиревиков.

Результаты исследования. Большое внимание развитию гиревого спорта уделяется специалистами в военных учебных заведениях, как эффективное средство физической подготовки курсантов без максимальных затрат на организацию и проведение занятий [2, 3, 5, 6]. Популярность данного вида спорта среди военных свидетельствует о стабильности положения среди других видов спорта, перспективности и необходимости его дальнейшего развития. Анализ крупнейших соревнований по гиревому спорту, данных, характеризующих соревновательную деятельность гиревиков, выступающих на уровне международных соревнований, позволил вывести и выделить основные параметры соревновательной деятельности.

Проведённый анализ результатов Чемпионата мира по гиревому спорту, где курсант военного училища занял в категории до 68 кг 1 место, показал результат 79 подъемов, определяет основные тенденции современного развития гиревого спорта в стране.

Многие специалисты основной успех в гиревом спорте связывают с рациональной техникой двигательного действия. Но современный уровень развития данного вида спорта диктует обращение большего внимания выполнению упражнений, направленных на совершенствование технической, физической и функциональной подготовленности по отдельности и в сочетании.

В таблице 1 приведены показатели активности и эффективности выполнения двигательных действий гиревиков за соревновательное время в рамках оценки экспертами эффективности двигательных действий. В экспертной оценке принимали участие три эксперта. Независимо друг от друга они оценивали у гиревиков выполнение соревновательного действия. Оценку производили с учётом занимаемого места участниками на соревнованиях.

Таблица 1

Показатели эффективности выполнения соревновательного упражнения курсантами, занимающимися гиревым спортом (до эксперимента)

Место	Общее кол-во подъемов за 10 мин	Количество качественных движений, в %			Эффективность движений, в %			Эффективность угловых параметров выполнения двигательного действия, в %		
		1 эксперт	2 эксперт	3 эксперт	1 эксперт	2 эксперт	3 эксперт	1 эксперт	2 эксперт	3 эксперт
1	65	100	100	100	100	100	100	100	100	100
2	60	60	60	60	80	90	70	100	90	100
3	56	56	56	56	70	60	80	80	80	80
4	55	60	60	60	70	80	60	80	50	80
5	53	53	53	53	60	50	70	75	75	75
6	48	48	48	48	56	40	70	65	45	75
7	47	47	47	47	50	50	70	60	60	60

Из таблицы 1 видно, что показатели эффективности выполнения соревновательного упражнения курсантами, занимающимися гиревым спортом, зависят от результата их соревновательной деятельности. Отмечено, что количество качественных движений гиревиков зависит от эффективности выполнения двигательных действий и их угловых параметров.

В таблице 2 приводим результативность выступлений гиревиков по следующим упражнениям: рывок гири (вес 24 кг); толчок двух гирь (вес гири 24 кг); толчок двух гирь по длинному циклу (вес гири 24 кг).

Из таблицы 2 видно, что результативность выступления на соревнованиях по гиревому спорту в упражнениях «Рывок гири (вес 24 кг)», «Толчок двух гирь (вес гири 24 кг)», «Толчок двух гирь по длинному циклу (вес гири 24 кг)» зависит от весовых категорий гиревиков.

Таблица 2

Результативности выступлений гиревиков на соревнованиях

Упражнения	Весовые категории	
	до 70 кг	70 кг и выше
рывок гири (вес 24 кг)	70	72
толчок двух гирь (вес гири 24 кг)	48	55
толчок двух гирь по длинному циклу (вес гири 24 кг)	30	34

В таблице 3 представлены показатели соревновательной деятельности, характеризующие силовую подготовленность курсантов, занимающихся гиревым спортом.

Таблица 3

Показатели силовой подготовленности курсантов

Упражнения	Курсанты	
	До эксперимента	После эксперимента
Толчок двумя (вес 24 кг)	55	57
Рывок одной	45	50
Сумма очков	100	107

Показатели силовой подготовленности курсантов анализировали по результатам соревновательной деятельности и по сумме очков выполнения двух упражнений, таких как толчок двумя (вес 24 кг); рывок одной. Отмечено нами, что показатели силовой подготовленности курсантов в течение 4 микроциклов после реализации функциональных микроциклов имели тенденцию к увеличению.

Заключение. Все выше представленные моменты характеристики соревновательной деятельности гиревиков позволили определить, что соревновательную деятельность нужно рассматривать в зависимости от выполнения основных соревновательных упражнений. Анализ результативности в основных упражнениях позволяет своевременно корректировать тренировочный процесс, выявляя недочеты подготовки. В этой связи характеристика соревновательной деятельности гиревиков на различных этапах подготовки позволяет создать новые эффективные методические подходы обучения технике гиревиков. Характеристика соревновательной деятельности способствует выбору последовательности упражнений, направленных на развитие

выносливости, динамической силы и силовой выносливости, координации и функциональной подготовленности. А также повышению мощности выполнения упражнения в цикле движения.

Список использованных источников

1. Аксенов К.В. Пути повышения качества профессиональной подготовки выпускника военного вуза // Актуальные проблемы совершенствования подготовки специалистов в вузе: материалы обл. науч.-практич. конф. Ярославль, 2001. С. 112-114.
2. Гранкин Н.А., Кузнецова З.М. Показатели функционального состояния и резервных возможностей организма курсантов-гиревиков [Электронный ресурс] : Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2017. Т. 12. № 3. URL: <http://journal-science.org/ru/article/835.html> (дата обращения : 28.08.2019).
3. Гранкин Н.А. Экспериментальная проверка эффективности методики воспитания выносливости и формирования индивидуального ритм дыхания курсантов-гиревиков [Электронный ресурс] : Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2015. Т. 10. № 4. URL: <http://journal-science.org/ru/article/252.html> (дата обращения : 25.08.2019).
4. Гранкин Н.А. Исследование силовых показателей курсантов-гиревиков в подготовительном периоде спортивной тренировки [Электронный ресурс] : Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2016. Т. 11. № 1. URL: <http://www.journal-science.org/ru/article/300.html> (дата обращения : 25.08.2019).
5. Гранкин Н.А. Методика физической подготовки военнослужащих (выполнение упражнений с гирями), предлагаемая в новом наставлении // Сборник научно-методических статей, НВВИКУ. Кстово, 2012. С. 65-70.
6. Гранкин Н.А. Показатели общей и специальной физической подготовленности курсантов-гиревиков // Педагогика и психология: тенденции и перспективы развития: сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции. № 2. Волгоград, 2015. С. 112-114.
7. Кузнецова З.М., Рябчук А.В., Лабещенков О.В. Теоретические и практические аспекты индивидуализации воздушно-десантной подготовки курсантов инженерного профиля // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2018. Т. 13. № 2. С. 198-206.
8. Макеева В.С., Баркалов С.Н., Герасимов И.В. Дифференцированная физическая подготовка атлетической направленности для курсантов юридических вузов // Вестник спортивной науки. 2018. № 2. С. 51-54.

Калашникова Раиса Викторовна, отличник физической культуры и спорта Российской Федерации, старший преподаватель кафедры физического воспитания, Веселова Анастасия Евгеньевна, студентка 3курса лечебного факультета, Иркутский государственный медицинский университет, Россия, 664003, г. Иркутск, ул. Красного Восстания, 1, e-mail: raisa14@mail.ru

АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ

Аннотация. В статье рассмотрена роль психолого-педагогических аспектов профессиональной деятельности футболистов, а также значение психологической квалификации тренеров в подготовке выдающихся спортсменов. Изложены взгляды на необходимость индивидуальной беседы психолога с игроком для достижения максимального результата команды.

Ключевые слова: профессиональная подготовка, тренер-психолог, спортивное совершенствование, индивидуальные способности, психология футболистов, спортивная культура, командный дух.

На сегодняшний день, одним из самых масштабных, популярных и общепринятых видов спорта является футбол. Это тот вид спорта, о котором очень много говорят и спорят. Все знают, что футбол представляет собой соревнование, или даже соперничество двух команд, в котором есть определенные правила и «рамки». Мы привыкли видеть на поле уверенных в себе личностей, которые, казалось бы, готовы на всё ради успеха и всеобщего обожания. Вы хоть раз задумывались, что приходится преодолевать футболистам, чтобы соответствовать нашим желаниям, видеть их на поле уверенными, сильными и непобедимыми?

Спортивная деятельность, требует от человека полной отдачи сил, определённой собранности и высокого профессионализма и не может быть правильно организована без предварительной психологической подготовки.

Психологическая подготовка спортсменов – это психолого-педагогические мероприятия, которые учитывают условия спортивной культуры человека. Эти мероприятия направлены на успешное выполнение поставленных задач, как на тренировке, так и на соревнованиях. Общая психологическая подготовка спортсмена должна быть на одном уровне с тактической, физической и технической подготовкой. Она направлена на достижение спортивного совершенствования спортсмена [1, с. 47].

Психологическая работа в команде заслуживает специального изучения и внимания. Так, например, первыми, кто регулярно начал проводить психологические исследования были бразильцы. Исследования проводились по просьбе самих участников команды. После того как сборная Бразилии стала чемпионом мира в 1958 году все игроки прошли специальное тестирование. Психологи, работая с командой, не применяли тестов на проверку уровня интеллекта, так как данные и так уже были известны. Профессиональные психологи решили делать упор на три основных установки:

- изучение особенностей каждого футболиста;
- исследование социально-психологических взаимоотношений в команде;
- оказание психологической помощи игрокам.

По результатам тестирования, было выявлено следующее: индивидуальная беседа спортсмена с психологом благотворно влияла как на техническую сторону (футбо-

лист уверенно держался на поле, выполняя тяжёлые нагрузки) так и на психологическую (поражение в той или иной игре уже не казалось сильным ударом для игрока, и даже наоборот, только давало силы на последующие победы).

Ранее, было очень много споров и размышлений по поводу надобности психологии в футболе. Тренеры препятствовали проводить различные психологические тесты. Поэтому никакой психологической помощи спортсменам не оказывалось. Даже сами главные тренеры старались лишний раз не выслушивать личные проблемы футболистов.

Современный подход к подготовке футболистов говорит о том, что необходимо проводить беседы с врачом – психотерапевтом. Не понимая важности данного процесса, игроки начинают бунтовать, произнося: «Что я, какой - то не такой, что ли?». Поэтому крайне необходимо чётко объяснить, что за доктор и для чего нужна беседа с ним. Нужно отметить, что тренеры, которые заинтересованы в своей команде, замечают, что в тренировке очень мало или даже совсем не уделяется времени на психологическую подготовку. Это приводит к срывам на соревнованиях. В связи с этим возникает огромная потребность в активизации процесса воспитания личности с использованием всех средств и методов современной психологии. Рациональное планирование физической подготовки в сочетании с психологической помощью позволяет командам добиться высоких показателей в спорте [2, с. 5].

В психологической подготовке футболистов очень важно правильно поставленные задачи перед игроками команды. Они должны отвечать возможностям и быть под силу игрокам.

Таковыми являются:

- воспитание морально-волевых качеств футболиста;
- развитие процессов восприятия;
- внимания (объём, интенсивность, распределение);
- наблюдательность, умения за короткий промежуток времени ориентироваться в любой, возникшей ситуации;
- память и воображения;
- тактическое мышление и возможность управлять своими эмоциями.

Так, например, не обязательно обращаться за помощью именно к психологу, достаточно психолого-педагогических навыков у самих тренеров. Слово наставника может побудить футболиста на достижение максимальных спортивных результатов, а может и вовсе потушить "жажду" к игре.

Слова должны звучать убедительно и быть верными, а голос должен изменяться в зависимости от определённых обстоятельств. Необходимо знать, в какой ситуации нужно повысить, а в какой снизить командный тон в голосе. Перед матчем игроки эмоционально оживлены, но одним всё-таки удаётся сохранять спокойствие, а другие излишне нервничают, что может помешать оценить ситуацию и начать правильно действовать. Стоит отметить, что состоянию сильнейшего перевозбуждения у игроков может побудить даже сам тренер, если будет усердно и требовательно говорить, что нужно «победить во что бы то ни стало». Немало важным является и то, как воспринимаются слова тренера. Одни воспринимают указания как «должное», а другие — с переживаниями и опасениями, приводящими к волнению. Это и есть повод для беседы с такими игроками в максимально положительном тоне, чтобы избежать эмоционального перевозбуждения. Если тренер будет уверять, что соперник слишком сильный, это может способствовать нарушению «командного духа». Как избыточная осторожность, так и уверенность перед игрой могут стать причиной неудачной игры.

Чтобы обеспечить всех ребят наиболее благоприятным настроением перед игрой может помочь разминка. Футболисты, которые излишне эмоциональны должны выполнять необходимые упражнения в медленном ритме, а те, кто подвержены апатии в наиболее быстром. В процессе игры тренер также не должен выдавать своё беспокойство, так как волнение быстро предастся игрокам [4, с. 61].

Так что же всё-таки нужно, чтобы психологическая подготовка футболиста была на высоком уровне?

- Во-первых, это хорошее здоровье. Игрок должен предостерегать себя от возможных болезней и травм.

- Во-вторых, необходимо желание играть. При этом не просто играть, а доставлять себе и своим фанатам удовольствие от проделанной работы.

- В-третьих, строго соблюдать спортивный режим. Нельзя отступать от установленного тренером распорядка.

Также, обязательно нужна мотивация, без неё очень сложно настроиться на игру с полной отдачей сил. Важным моментом является пример самого тренера (качество профессиональной подготовки команды напрямую связано с достаточной моральной подготовкой тренера). Кто такой тренер? Это человек наивысшей культуры, обладающий всеми необходимыми качествами, которые помогли бы ему быть примером для своих воспитанников. Тренер, который требует строгого соблюдения режима, дисциплины и достойного поведения в первую очередь должен сам выполнять эти указания [3, с. 225].

Игровая активность футболистов реализуется в сложных, часто изменяющихся условиях. Выбор и исполнение наиболее эффективных тактических решений возможны исключительно при быстрой и точной ориентировке в сложившейся игровой ситуации. Это и есть определяющее значение психологической подготовки для высочайших результатов футболиста.

Список использованных источников

1. Губа В., Стула А. Кромке К. Подготовка футболистов в ведущих клубах Европы : монография. М. : Спорт, 2017. 240 с.
2. Горбунов Г.Д. Современная практика психологической подготовки спортсмена // Теория и практика физической культуры. 2001. № 12. С. 5-7.
3. Методика физического воспитания в средней и высшей школе. М.: Физкультура и спорт, 1938. 228 с.
4. Морозов Г.Д. Штатмпфл Ф. о психологической стороне при подготовке спортсменов. – В сб.: Спорт за рубежом. М., 2003, 61-70 с.

Калашникова Раиса Викторовна, отличник физической культуры и спорта Российской Федерации, старший преподаватель кафедры физического воспитания, Лелявина Анастасия Кирилловна, студентка 5 курса лечебного факультета, Иркутский государственный медицинский университет, Россия, 664003, г. Иркутск, ул. Красного Восстания, 1, e-mail: raisa14@mail.ru

ТЕНДЕНЦИИ В ИСПОЛЬЗОВАНИИ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ДОБАВОК СРЕДИ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫМИ ТРЕНИРОВКАМИ

Аннотация. В статье выполнена оценка распространенности использования биологически активных добавок к пище среди студенток высших учебных заведений г. Иркутска, занимающихся различными спортивными функциональными тренировками и определен уровень осведомленности респондентов по данной проблеме. Общая распространенность употребления БАД среди девушек составила 29,3%. Только 11,1% опрошенных владеют информацией о потенциальных осложнениях, связанных с употреблением БАД.

Ключевые слова: биологически активные добавки, анкетирование, студенты, неблагоприятные воздействия.

В последнее время во всем мире сообщается об удивительно высокой распространенности использования биологически активных добавок к пище людьми разных возрастных категорий. Биологически активные добавки (БАД), это как правило концентрированные природные или идентичные природным вещества, получаемые из растительного, животного или минерального сырья, а также, путем химического или микробиологического синтеза. В современном мире они являются финансово доступным продуктом, который широко используется как дополнение к обычной диете и могут включать в себя витамины, минералы, растительные вещества, аминокислоты и ряд других продуктов [1]. БАД часто называют пищевыми добавками, однако они таковыми не являются. Растущая доступность БАД, агрессивная реклама в средствах массовой информации и распространенное мнение о том, что эти вещества оказывают только положительное влияние на здоровье и влияют на достижение спортивных результатов, указывают на необходимость постоянного мониторинга этого явления. Нам представляется интересным оценить распространенность использования БАД к пище среди студенток высших учебных заведений г. Иркутска, занимающихся различными спортивными функциональными тренировками, а также определить уровень их осведомленности по данной проблеме. В современной научной литературе встречаются немногочисленные работы, которые направлены на изучение частоты употребления БАД молодыми людьми. Установлено, что во многих странах распространенность использования БАД молодыми людьми достаточно высока и имеет постоянную тенденцию к росту. По данным литературы в США она достигает 66,0% [2], в Канаде 98,6% [1], в Саудовской Аравии 76,6%, в Австралии 56% [3] и Швейцарии 25,7% [3]. Параллельно с ростом широкого использования БАД молодыми людьми вызывает озабоченность увеличение свидетельств о риске для здоровья и серьезных побочных эффектах связанных с БАД, в том числе о небольшом количестве смертельных исходов в результате применения добавок. Несмотря на обширные ис-

следования о положительном влиянии пищевых добавок на здоровье человека в тоже время о сочетанном применении нескольких видов БАД, взаимодействии с лекарственными препаратами информации недостаточно [3]. Поскольку пищевые добавки часто содержат несколько ингредиентов, в том числе и лекарственные средства (витамины, микроэлементы, кальций, сибутрамин, силденафил и дексаметазон), установить истинную причину, определить этиологический агент и механизм побочных эффектов, связанный с употреблением этого продукта крайне сложно. В исследовании, проведенном учеными из США, было акцентировано внимание на повреждение печени, вызванное употреблением растительных БАД [4]. Настораживают данные Национального института здравоохранения (США) о том, что 20% всех случаев острого повреждения печени вызвано гепатотоксичностью растительных БАД [4]. Все выше сказанное свидетельствует об актуальности и существовании ряда нерешенных проблем, связанных с активным потреблением БАД.

В основу настоящего исследования были положены результаты, полученные в ходе пилотного анкетного опроса, проведенного среди девушек учащихся высших учебных заведений г. Иркутска, занимающихся различными спортивными функциональными тренировками (hot iron, cardio + stretch, bosu, body sculpt, low body) в период с 25 октября по 21 февраля 2019 года. Была разработана анкета и проведена ее апробация. Анкета состояла из 45 структурированных вопросов и включала демографические характеристики (пол и возраст), информацию об употребляемых добавках, сроках употребления БАД, осведомленность о пищевых добавках (состав, безопасность, цена, эффективность, совместное применение с лекарствами), цель (поддержание здоровья, коррекция веса, профилактика заболеваний, лечение болезней, улучшение внешнего вида, без конкретной цели и др.), количество используемых пищевых добавок, физическая активность (тип, частота, интенсивность) и ряд других вопросов. Анкетировавшим было предложено ответить на вопросы с несколькими вариантами ответов. Количество респондентов составило 302 человека. Средний возраст принявших в опросе девушек был $20,0 \pm 1,27$ лет. Из общего числа анкетироваемых, только 246 (81,5%) ответили на все вопросы. Общая распространенность употребления БАД среди девушек, ответивших на все вопросы ($n=246$), составила 29,3% ($n=72$). Практически все студентки, употребляющие БАД были привержены к регулярным занятиям спортом ($n=69$; 95,8%). На момент заполнения анкеты в течение полугода/года принимали БАД – 42 (58,3%), в течение двух лет – 26 (36,1%); в течение трех лет - 4 (5,5%) опрошенных. Из числа употребляющих БАД ($n=72$) на наличие хронических заболеваний указали 58 (80,5%) студенток, из них 21 (36,3%) сообщили об ежедневном приеме лекарственных препаратов. **Основными причинами употребления БАД были:** поддержание здоровья – 72 (100%); улучшение внешнего вида – 72 (100%); улучшение баланса витаминов – 59 (81,9%); коррекция веса - 46 (63,8%); замена пропущенной еды - 17 (23,6%); улучшение минерального состава - 13 (18,1%); **улучшение спортивных показателей** - 11 (15,3%). Мультивитамины и / или мультиминералы были наиболее распространенными добавками среди всех участников нашего исследования. Более 50% опрошенных ($n=38$; 52,8%) считают, что БАД способны предотвратить развитие острых и хронических заболеваний при регулярном использовании, 16,6% используют БАД для лечения своих заболеваний. Более 35% студентов ($n=27$; 37,5%) считают БАД безопасными и только 11,1% ($n=8$) опрошенных знают о потенциальных осложнениях при употреблении БАД. Около 87,3% ($n=63$) рекомендовали использовать БАД другим, без рекомендации врача. Никто из опрошенных предварительно не советовался с врачами о необходимости и безопасности использо-

вания БАД и никогда не делали комплексный анализ крови на витамины и микроэлементы. Наиболее популярным способом получения информации о пищевых БАД были: интернет (38,3%), друзья или знакомые (12,3%), фитнес-тренеры (7%), телевидение (31,4%), фармацевты или работники аптек (11,0%). Большинство опрошенных покупали БАД в интернет-магазинах (19,6%), в аптеках (48,7%), по почте (12,1%), у знакомых (19,6%). Из числа студенток, которые использовали пищевые добавки, 80,5% не сообщили о возникновении каких-либо побочных эффектов, связанных с приемом БАД. Два человека сообщили о бессоннице, остальные жаловались на желудочно-кишечные проблемы (диарею, запоры, тошноту, дискомфорт в области живота). Биологически активные добавки в основном покупались за свой счет (90,2%).

Результаты проведенного анкетирования свидетельствуют о том, что убеждения и отношение опрошенных девушек студентов к употреблению БАД редко основаны на медицинских данных. Общая распространенность употребления БАД среди девушек составила 29,3%. Только 11,1% опрошенных владеют информацией о потенциальных осложнениях, связанных с употреблением БАД. Большинство опрошенных не понимали свойств пищевых добавок и их ингредиентов. Практически не уделяется должное внимание сочетанному применению лекарственных препаратов и пищевых добавок. В целом, использование пищевых добавок ассоциируется с аспектами здорового образа жизни. Правильное питание имеет большое значение для развития и поддержания человеческого организма. В физиологических условиях обеспечение поступления в организм необходимого количества питательных веществ обычно обеспечивается нормальной диетой, то есть диетой, которая включает в себя разнообразные качественные продукты и должна полностью удовлетворять потребности здоровых людей в питательных веществах и энергии. Решение о применении БАД должно приниматься осторожно и обосновываться повышенными физиологическими потребностями или недостаточным поступлением питательных веществ из пищи, что должно быть подтверждено лабораторными исследованиями.

Список использованных источников

1. Kristiansen M. Dietary supplement use by varsity athletes at a Canadian university / M. Kristiansen, R. Levy-Milne, S. Barr, A. Flint. - *Int. J. Sport Nutr. Exerc. Metab.* 2005;15:195–210. doi: 10.1123/ijsnem.15.2.195.
2. Lieberman H.R. Patterns of dietary supplement use among college students / H.R. Lieberman, B.P. Marriott, C. Williams, D.A. Judelson, E.L. Glickman, P.J. Geiselman, L. Dotson, C.R. Mahoney - *Clin. Nutr.* 2015;34:976–985.
3. Marquesvidal P. Prevalence and characteristics of vitamin or dietary supplement users in Lausanne, Switzerland: The CoLaus study. / P. Marquesvidal, A. Pécoud, D. Hayoz, F. Paccaud, V. Mooser, G. Waeber, P. Vollenweider - *Eur. J. Clin. Nutr.* 2009;63:273–281.
4. National Institute of Health. Strengthening knowledge and understanding of dietary supplements. 2013. URL:http://ods.od.nih.gov/About/DSHEA_Wording.aspx. Cited 4 Feb 2013 (дата обращения 14.04.2019).

Кожедуб Марина Станиславовна, магистр педагогических наук, преподаватель
кафедры теории и методики физической культуры,
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,
Республика Беларусь, 246019, г. Гомель, ул. Советская, 104,
e-mail: marina.888.k@yandex.ru

ОСОБЕННОСТИ ДИНАМИКИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ БИОИМПЕДАНСОМЕТРИИ ЛЕГКОАТЛЕТОВ В СВЯЗИ С БИОРИТМОЛОГИЕЙ ЖЕНСКОГО ОРГАНИЗМА

Аннотация. В статье представлены особенности динамики показателей биоимпедансометрии квалифицированных легкоатлетов, специализирующихся в беге на короткие дистанции, на протяжении овариально-менструального цикла. Используя биоимпедансный анализ состава тела, как один из оптимальных методов контроля, и учитывая индивидуальные особенности спортсменок, можно повысить эффективность тренировочного процесса, не увеличивая объем и интенсивность тренирующих воздействий.

Ключевые слова: биоимпедансный анализ, овариально-менструальный цикл, биоритмологические особенности, компонентный состав тела, тренировочный процесс.

Введение. Изучению проблем женского спорта посвящено много работ [1 – 5], результаты которых доказывают, что успешность спортивной подготовки тесно связана с применением принципа индивидуализации, предусматривающего использование знаний о биоритмологических особенностях женского организма – циклических изменениях функций и систем в различные фазы овариально-менструального цикла (ОМЦ). В связи с этим, учет фаз ОМЦ должен быть обязательным при построении мезоциклов, особенно базовых, решающих задачи, направленные на повышение функциональных возможностей систем организма спортсменок, развитие физических качеств и психической адаптации [5].

Перспективным методом оценки функционального состояния организма является биоимпедансометрия, т.к. исследование компонентного состава тела позволяют, в значительной степени, индивидуализировать и рационализировать построение тренировочного процесса. Данное направление относительно новое в спортивной деятельности и в отличие от классических антропометрических параметров даёт более точную и разностороннюю информацию о состоянии спортсменки. Используя контактный метод измерения электрической проводимости биологических тканей, можно быстро и информативно оценить различные морфологические и физиологические параметры организма, а также уровень физической подготовленности спортсменов на всех этапах многолетней подготовки, в том числе, и в динамике годичного тренировочного цикла [6].

Цель исследования состоит в изучении особенностей динамики показателей биоимпедансометрии квалифицированных легкоатлетов, специализирующихся в спринте, в определенных фазах ОМЦ.

Методы и организация исследования. В исследовании, которое проводилось на базе научно-исследовательской лаборатории олимпийских видов спорта УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины», принимали участие де-

вушки ($n=12$), специализирующиеся в беге на короткие дистанции и имеющие спортивную квалификацию кандидатов в мастера спорта и мастеров спорта. Исследование состава тела спортсменок проводилось при помощи биоимпедансного анализатора ABC-01 «Медасс» (Россия). Регистрировались следующие показатели: масса тела, жировая масса, тощая масса, активная клеточная масса, скелетно-мышечная масса, общая жидкость, удельный основной обмен, а так же фазовый угол.

Результаты исследования и их обсуждение. По общепринятой классификации [3] ОМЦ делят на несколько фаз: I – менструальная (3-5 дней), II – постменструальная (7-9 дней), III – овуляторная (4 дня), IV – постовуляторная (7-9 дней), V – предменструальная (3-5 дней). Обобщая исследования, проведенные в различных видах легкой атлетики, можно отметить, что динамика двигательных возможностей спортсменок на протяжении ОМЦ носит гетерохронный характер [2 – 5].

Одним из важнейших морфологических показателей в спорте является масса тела, суммарно выражающая уровень развития костно-мышечного аппарата, подкожно-жирового слоя и внутренних органов. Тощая масса представляет собой массу, свободную от липидов, в которую входит вода, мышечная масса, масса скелета, соединительная ткань и другие компоненты.

Активная клеточная масса трактуется как белковая масса или сумма масс скелетно-мышечной ткани и внутренних органов. В норме процент активной клеточной массы у женщин составляет 50 %. Скелетно-мышечная масса является частью активной клеточной массы и важным компонентом тела, служащим мерой адаптационного резерва организма [6]. В норме значение показателя скелетно-мышечной массы в среднем составляет 30–40 % веса тела человека.

Общая жидкость представляет собой показатель содержания воды в организме, использующийся для оценки гидратации тела, а также большинства метаболических процессов, происходящих в нем. Основной обмен является одним из трёх уровней энергетического обмена (наряду с энерготратами в состоянии покоя и при различных видах труда), а его уровень определяется активностью организма и степенью воздействия на него факторов окружающей среды [6].

Нами проанализированы средние значения показателей состава тела легкоатлетов, полученные на протяжении пяти фаз ОМЦ.

В I (менструальной) фазе ОМЦ зафиксированы самые высокие средние значения массы тела спортсменок – $69,6 \pm 3,2$ кг и жировой массы – $17,7 \pm 3,5$ кг. Величина тощей массы составила $51,9 \pm 4,6$ кг, что соответствует этому же показателю в V фазе и является самым низким в сравнении с остальными периодами цикла. То же можно отметить и характеризуя показатель активной клеточной массы – он достоверно ниже, чем в другие фазы – $29,2 \pm 1,2$ кг. Показатель скелетно-мышечной массы соответствует $26,9 \pm 1,6$ кг, что ниже, чем во II и V, но выше, чем в III фазе. Показатель общей жидкости в организме спортсменок оказался самым высоким и практически совпал с этим же в V фазе – $38,0 \pm 1,2$ кг. Удельный основной обмен соответствует $824,6 \pm 36,1$ ккал/м², что немного ниже, чем в IV фазе и значительно ниже, чем в остальные периоды цикла.

Для II фазы характерно снижение массы тела, причем вес в этот период самый низкий на протяжении цикла – $67,6 \pm 2,6$ кг, то же можно сказать и о жировой массе, которая соответствует $13,9 \pm 3,2$ кг и составляет $20,6 \pm 4,3$ в процентном соотношении (самый низкий показатель ОМЦ). При этом показатели тощей массы – $53,7 \pm 3,8$ кг, активной клеточной массы – $31,6 \pm 1,5$ кг и скелетно-мышечной массы – $28,5 \pm 2,1$ кг значительно выше, чем в остальные фазы. Значение общей жидкости – $37,3 \pm 2,0$ кг, что

ниже, чем в I и V фазах, но выше, чем в III и IV. Удельный обмен стал выше, чем в I фазе – $853,3 \pm 23,6$ ккал/м², однако не превысил значение, полученное в V.

Средние показатели биоимпедансометрии в период овуляторной фазы следующие. Масса тела увеличилась всего на 300 гр – $67,9 \pm 2,9$ кг ($67,6 \pm 2,6$ кг II фаза), а жировая масса увеличилась значительно – $17,5 \pm 3,8$ кг и стала ближе к показателю в I фазе ($17,7 \pm 3,5$ кг). Значение тощей массы – $50,3 \pm 3,0$ кг – самое низкое за цикл. Активная клеточная масса ($29,5 \pm 1,5$ кг) ниже, чем во II и V фазах, но выше, чем в I и IV, однако в процентном соотношении ($58,7 \pm 1,3$ %) соответствует показателю II. Скелетно-мышечная масса составляет $25,9 \pm 1,8$ кг – это самый низкий показатель за ОМЦ. Значение общей жидкости – $36,8 \pm 1,8$ кг, что соответствует показателю IV фазы и меньше, чем в остальные. Удельный обмен стал ниже, чем во II фазе – $838,1 \pm 29,5$ ккал/м².

Средние значения показателей компонентного состава тела квалифицированных легкоатлетов в постовуляторной фазе можно охарактеризовать увеличением массы тела ($68,4 \pm 3,1$ кг), а также незначительным снижением жировой массы ($17,3 \pm 4,0$ кг) и активной клеточной массы ($28,9 \pm 1,2$ кг). Значение тощей массы ($51,4 \pm 4,5$ кг), как и скелетно-мышечной ($26,7 \pm 1,7$ кг) увеличилось. Сохранилась тенденция снижения удельного обмена, его уровень – $831,6 \pm 27,3$ ккал/м².

В результате биоимпедансных измерений в V фазе ОМЦ выявлено, что данный период отличается увеличением следующих важных параметров: массы тела – $69,0 \pm 2,6$ кг, выше только в I фазе; активной клеточной массы – $30,7 \pm 2,0$ кг и скелетно-мышечной массы – $27,0 \pm 1,2$ кг (выше только во II фазе). Ряд компонентов имеет наивысшие показатели за период ОМЦ: тощая масса – $51,9 \pm 3,6$ кг, активная клеточная масса – $59,3 \pm 0,9$ %, общая жидкость – $38,0 \pm 2,1$ кг, удельный обмен – $869,0 \pm 32,3$ ккал/м².

Следует обратить внимание на фазовый угол – параметр, отражающий состояние клеток организма, жизнеспособность биологических тканей, уровень общей работоспособности и интенсивности обмена веществ. Изучение динамики данного показателя биоимпедансным методом позволяет дать оценку степени работоспособности [2, 6]. Так, уменьшение фазового угла может быть одним из признаков её снижения и накопления продуктов метаболизма, что будет свидетельствовать о перетренированности спортсмена. Д.В. Николаевым [6] предложена шкала, по которой показатели, находящиеся в пределах 4,4 градусов считаются критическими («ниже нормы»); в свою очередь показатель более 7,8 градуса характеризует критерий по шкале «выше нормы», что свойственно для атлетически сложенных спортсменов.

В нашем исследовании зафиксированы следующие показатели фазового угла: самые низкие в I ($6,52 \pm 0,5$ град) и III фазах ($6,47 \pm 0,5$ град). В V фазе – $7,07 \pm 0,5$ град, в IV – $7,21 \pm 0,5$ град. И самое высокое значение во II фазе – $7,42 \pm 0,5$ град. Полученные результаты указывают на изменение уровня работоспособности спортсменок на протяжении биоритмологического цикла.

Заключение. В ходе проведенных исследований установлено, что показатели компонентного состава тела квалифицированных легкоатлетов, специализирующихся в беге на короткие дистанции, соответствуют специфике данного вида спорта. Полученные результаты подтверждают многочисленные данные об изменении морфофункционального состояния функций женского организма на протяжении ОМЦ и могут являться информативным показателем для применения различных тренирующих воздействий.

Таким образом, применение биоимпедансометрии способствует индивидуализации тренировочного процесса девушек-спортсменок, позволяя наблюдать за особен-

ностями морфофункциональных изменений в их организме на протяжении овариально-менструального цикла.

Список использованных источников

1. Врублевский Е.П., Костюченко В.Ф. Морфофункциональные аспекты отбора и тренировки спортсменок в скоростно-силовых видах легкой атлетики // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2009. № 4 (50). С. 33-38.
2. Врублевский Е.П. Технология индивидуализации подготовки квалифицированных спортсменок (теоретико-методические аспекты): монография / Е.П. Врублевский [и др.]. Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2016. 223с.
3. Шахлина Л.Я-Г. Медико-биологические основы спортивной тренировки женщин. Киев: Наук. думка, 2001. 328 с.
4. Врублевский Е.П., Кожедуб М.С. The level of specyfic motor properties in the individual phases of the menstrual cycle among young sportswomen practicing sprints // Rocznik Lubuski. 2018. t. 44. cz. 2A. S. 105
5. Кожедуб М.С. Принципиальная схема построения базового мезоцикла подготовки квалифицированных легкоатлеток // Мир спорта. № 3 (72). 2018. С. 11.
6. Николаев Д.В. Биоимпедансный анализ состава тела человека / Д.В. Николаев [и др.]; под. общ. ред. Д.В. Николаева. М. : Наука, 2009. 392 с.

УДК 796.021

Козлов Роман Сергеевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры
физического воспитания,
Ашхамахов Казбек Идадович, кандидат педагогических наук, доцент кафедры
физического воспитания, Майкопский государственный технологический
университет, Россия, 385000, г. Майкоп, ул. Первомайская, 191,
e-mail: roma.kozlov.71@mail.ru

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ В СТРУКТУРЕ АТАЛЫЧЕСТВА У АДЫГОВ

Аннотация. В данной статье рассматриваются вопросы теоретического обоснования известного на Кавказе, уникального национального общественного явления, аталычества (древний обычай, зафиксированный в этнографии Кавказа, по которому ребёнок вскоре после своего рождения переходит на некоторое время в другую семью (для воспитания), а затем возвращается к родителям по истечении определенного обычаем времени).

Результаты проведённого теоретического исследования, возможно, могут быть применены и в учебном и в воспитательном процессе, как в высших учебных заведениях, так и в классных коллективах.

Ключевые слова: аталычество, педагогика, функция, воспитанник, учитель.

Следует обратить внимание на то, что общественное явление аталычество, помимо адыгов, практиковалось и у некоторых других народов Кавказа.

В частности у абхазов, осетин, карачаевцев, балкарцев, но имели некоторые незначительные специфические особенности.

Но ввиду наличия у адыгского социума достаточно развитой во все времена существования материальной, духовной и физической культуры, известной как в границах его проживания, так и далеко за пределами, заимствование и копирование основных ее системных факторов было взято этими этносами за образец [1]. Не исключением является и данный социальный институт, что подтверждает наш тезис о первоначальном возникновении его именно у адыгов еще в период становления родоплеменных отношений.

Выход аталычества за пределы географической зоны Кавказа подтверждается фактами принятия его первоначальной (доклассовой) общей функциональной роли и передовыми представителями русского народа [2]. Так в 1824 году в семью известного политика и государственного деятеля России А.С. Хомякова, с согласия родителей дворянского сословия, был взят на воспитание пятилетний мальчик - адыг Лукман (Дмитрий) Кодзоков.

За последующие пятнадцать лет Кодзоков получил прекрасное домашнее образование и, по завершении предварительного обучения, был отдан в частный пансион, где он расширил и углубил свои знания в русском и иностранном языках [3]. В качестве учебных дисциплин Лукман изучил и освоил курсы по точным, естественным наукам, но наибольшие способности он проявил по гуманитарным предметам.

Непрерывность образования проявилась в семье аталыка тем обстоятельством, что сразу же после успешного окончания пансиона воспитанник был направлен в Московский университет на словесный факультет, который он через четыре года закончил по степени усвоения материала седьмым по счету из семнадцати сдававших контрольные выпускные экзамены студентов [4]. Это дало возможность Кодзокову поступить на гражданскую службу в московскую палату уголовного суда с чином губернского секретаря, присвоенного ему Указом Правительствующего Сената.

Через год, в 1839 году, образованный молодой адыг вернулся на Кавказ с полного одобрения и поощрения со стороны аталыка, по-видимому, сдержавшего слово, данное его отцу, чтобы будущая просветительская деятельность воспитанника на родной земле послужила пользе России и адыгского народа.

Занимаясь миссией просвещения неграмотных соотечественников в меру своих сил и возможностей, Лукман регулярно поддерживал связь с семьей воспитателя, знакомя Хомякова с бытом, традициями и обычаями адыгов. В свою очередь и они не давали Кодзокову повода усомниться в правах кровного родства, поддерживая его во всех начинаниях советами и рекомендациями.

Аталык в данном подпространстве играет роль «медиатора» для своего учителя.

Он участвует в передаче синхронной и диахронной культурной информации адыгского народа, когда он либо сам принимает в этом участие, либо сопровождает его на различные общественные мероприятия, где его ученику воочию можно убедиться в их культурном полиморфизме и воспринять в более полном объеме фактический материал [5].

Следует обратить внимание на то, что общественное явление аталычество, помимо адыгов, практиковалось и у некоторых других народов Кавказа.

Организация сложной системы аталычества имеет иерархический порядок и может быть разложена в некоторый ряд в виде различных образований, что и было сделано нами ранее. В свою очередь, эти образования более низкого порядка также представляют собой систему и могут быть снова разложены. Мы определили, что подсистемы не равноценны по выполняемым функциям, времени образования, степени сложности и по ширине и глубине обобщенности.

Поэтому наша задача состоит в том, чтобы правильно определить отдельные этапы развития... педагогической системы, т.е. выделить в ней, в истории ее развития генетические подсистемы, а затем вычленить этапы подсистем, четко отделить этапы системы от этапов подсистем. При этом важно найти специфические закономерности организации и функционирования каждого этапа, уровня организации педагогического процесса, установить главные определяющие закономерности в пределах данного уровня и во всей системе.

Сущностью обучения в народной педагогике является общение между обучающим и обучаемым, т.е. в нашем конкретном случае - между аталыком и его учеником. В скрытом виде эта сущность включает в себя и содержание, и формы организации процесса обучения, его законы и принципы [6]. Они были выведены адыгским народом, его педагогикой из сущности обучения и из соответствующей конкретной общественно-исторической практики. Содержанием обучения здесь выступает определенная деятельность, которой в той или иной степени владеет обучающий, т.е. аталык, и не владеет, полностью или частично, обучаемый (его воспитанник) [7].

Из выше изложенного возможно сделать некоторый вывод, что системное рассмотрение педагогической функции аталычества можно достичь следующим путем:

1. выявления и анализа всего множества фактов (элементов), входящих в предмет исследования;
2. установления и классификации связей: а) внешних, существующих между элементами и подсистемами; б) внутрисистемных, обеспечивающих упорядочение системы;
3. определения характера взаимодействий педагогического явления со средой;
4. уяснения структуры и организации педагогической системы;
5. анализа функций, свойственных изучаемой системе;
6. определения принципов управления системой.

Список использованных источников

1. Ашхамахов К.И., Козлов Р.С. Физическое воспитание в системе аталычества. Майкоп, 2016.
2. Ашхамахов К.И., Козлов Р.С. Теоретические основы народной педагогики адыгов в современной системе образования. Майкоп, 2018.
3. Ашхамахов К.И., Козлов Р.С. Теоретические аспекты физического воспитания в народной педагогике. Вестник Майкопского государственного технологического университета. 2018. № 3. С. 73-77.
4. Ашхамахов К.И., Козлов Р.С. Народные игры в совершенствовании психофизических качеств // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : Сборник статей XX международной научно-практической конференции; Ответственный редактор С.М. Струганов. Иркутск, 2018. С. 290-292.
5. Ашхамахов К.И., Козлов Р.С. Экология в свете действия принципа троичности // Рациональное природопользование и социально-экономическое развитие сельских территорий как основа эффективного функционирования АПК региона : Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 80-летию со дня рождения заслуженного работника сельского хозяйства Российской Федерации, почетного гражданина Чувашской Республики Айдака Аркадия Павловича. Чебоксары: Чувашская государственная сельскохозяйственная академия., 2017. С. 506-511.

6. Ашхамахов К.И., Козлов Р.С. Гимнастика цигун: Монография. Майкоп, 2016.
7. Ашхамахов К.И., Козлов Р.С. Физическое воспитание в системе аталычества. Майкоп, 2016.

УДК 796.011.1

Койпышева Елена Александровна, доцент кафедры физической культуры,
Зайцева Анастасия Александровна, студент 4 курса Института недропользования,
Иркутский национальный исследовательский технический университет,
Россия, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83,
e-mail: zaichiik98@mail.ru

ВЫЯВЛЕНИЕ МОТИВАЦИИ, ПОБУЖДАЮЩЕЙ СТУДЕНТОК ИРНИТУ К САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Аннотация. Статья посвящена исследованию мотивов, побуждающих студенток (первая функциональная группа) 3 курса Иркутского Национального исследовательского технического университета (ИРНИТУ), в количестве 60 человек, к самостоятельным занятиям физической культурой, а также целям, поставленным перед этими занятиями, и причинам, из-за которых у обучающихся не получается достичь удовлетворяющих их результатов.

Ключевые слова: физическая культура, мотивация к самостоятельным занятиям физической культурой, цели тренировок, физическое самовоспитание.

Психология физического воспитания и спорта изучает закономерности проявления, развития и формирования психики человека в специфических условиях физического воспитания и спорта под влиянием учебной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности [1, с. 3].

Физическое самовоспитание - процесс целенаправленной, сознательной, планомерной работы над собой, ориентированный на формирование физической культуры личности [4, с. 312]. Основными мотивами физического самовоспитания выступают: требования социальной жизни и культуры; притязание на признание в коллективе; участие и победа в соревнованиях; осознание несоответствия собственных сил требованиям социально-профессиональной деятельности. В качестве мотивирующих факторов могут выступать критика и самокритика, помогающие выявить и осознать собственные недостатки [2, с. 145].

В процессе исследования было выявлено, что для 75% опрошенных самыми распространёнными мотивами к физической активности является желание улучшить телосложение и собственное здоровье, для 28% – желание следовать по пути своего кумира (спортсмена) и начать заниматься понравившимся видом спорта. Для других 30% определены другие мотивирующие факторы: советы друзей и родных.

Мотивирующие факторы побудили 54% из группы респондентов к самостоятельным занятиям физической культурой, то есть к неурочным формам занятий физическими упражнениями.

Неурочные формы – занятия, проводимые как специалистами (организованно), так и самими занимающимися (самостоятельно) с целью активного отдыха, укрепле-

ния или восстановления здоровья, сохранения или повышения работоспособности, развития физических качеств, совершенствования двигательных навыков [5, с. 143].

Из опрошенной группы 53 % занимаются различными направлениями фитнеса: степ и памп-аэробика, кроссфит, растяжка, пилатес, силовая тренировка. Но всего лишь 3 % занимаются такими видами спорта как плавание, скалолазание и волейбол. Все респонденты на данные занятия выделяют от часа до полутора часов 2-3 раза в неделю.

Для выявления поставленных перед началом самостоятельных тренировок студентками-третьекурсницами целей, которые в то же время являются и мотивами, было проведено анкетирование. Оно включало 9 вариантов предложенных целей и 2 варианта ответа: «цель достигнута» и «цель не достигнута», которые касаются достижения желаемого результата у обучающихся на момент проведения исследования.

Из количества опрошенных по выбранным целям (табл. 1), не смогли к моменту опроса достичь желаемого результата по: восстановлению и сохранению здоровья – 43%; получению удовольствия от двигательной активности – 12%; изменению телосложения – 43%; приобретению специальных умений и навыков – 47%; повышению уровня физической подготовленности, развитию определенных двигательных качеств – 32%; усовершенствованию характера, своей личности – 37%; расширению круга общения, приобретению друзей – 46%; снятию стресса, улучшению психоэмоционального состояния – 53%; необходимости быть готовым к преодолению экстремальной ситуации – 28%.

Таблица 1

Цели, выбранные студентками 3 курса

	Цели	Количество человек, выбравших данную цель (%)
1	Восстановить и сохранить здоровье	78
2	Получить удовольствие от двигательной активности	28
3	Изменить телосложение	88
4	Приобрести специальные умения и навыки	56
5	Повысить уровень физической подготовленности, развить определенные двигательные качества	47
6	Усовершенствовать характер, свою личность	43
7	Расширить круг общения, приобрести друзей	30
8	Снять стресс, улучшить психоэмоциональное состояние	58
9	Быть готовым к преодолению экстремальной ситуации	42

Все выбранные группой обучающихся цели, варианты которых были представлены в анкете, напрямую связаны со здоровым образом жизни (ЗОЖ), а основными причинами препятствующими их достижению можно определить незнание и несоблюдение студентками 3 курса его основ.

Здоровье человека, его телосложение, физическая подготовленность, круг общения, психоэмоциональное состояние зависят от постоянного им соблюдения таких составляющих ЗОЖ, как режима труда и отдыха; режима питания; организации двига-

тельной активности; отказа от вредных привычек; развитой коммуникативной культуры [2, с. 125].

В ходе опроса студенткам был задан вопрос о том, достаточно ли у них знаний для самостоятельных занятий физической культурой. Итог показал, что для 37% опрошенных имеющихся знаний недостаточно. Исходя из этих данных, было выявлено, что из-за нехватки знаний 43% девушек не умеют самостоятельно составлять комплексы физических упражнений.

При разработке комплексов физических упражнений для самостоятельных тренировок необходимо использовать метод самоконтроля. Он позволяет своевременно выявлять как благоприятные, так и неблагоприятные воздействия физических упражнений на организм. Опрос показал, что 15% респондентов не знают основ самоконтроля, 35% из них – знают, а 50% затрудняются в правильности своего понимания этого термина.

Физическая подготовленность человека является немаловажным фактором при самостоятельной разработке комплекса физических упражнений, так как, зная тренированность и функциональное состояние занимающегося, можно скорректировать самостоятельные тренировки в сторону увеличения продолжительности и интенсивности упражнений, либо наоборот, снизить их в зависимости от индивидуальных показателей. По физиологическим данным можно сделать оценку уровня физического развития с помощью антропометрических индексов [3, с. 123].

Для получения сведений о физической культуре и ЗОЖ самым популярным информационным источником среди 92% учащихся являются интернет-ресурсы и сведения, получаемые от собственного окружения (друзья и знакомые, семья и родственники, лечащие врачи, тренера и преподаватели). Менее популярными для 33% студенток 3 курса стали общероссийские ТВ-программы, для 8% – литературные источники.

Студенткам-третьекурсницам ИРНИТУ был так же задан вопрос о том, какую дополнительную информацию они хотели бы получить для самостоятельных занятий физической культурой. При опросе получены следующие результаты: о правильной технике выполнения упражнений – 28%; о режиме правильного питания – 22%; об оптимальном режиме двигательной активности – 12%; о поддержании здоровья при самостоятельных занятиях физической культурой – 23%; о правильном составлении комплекса упражнений для самостоятельных занятий физической культурой – 11%; об упражнениях на определённые группы мышц – 35%; о растяжке – 17%; о силовой тренировке – 24%; о беговых упражнениях – 15%; о спортивных танцах и танцевальной аэробике – 12%; о разминке перед физическими упражнениями – 18%; о поддержании физической формы – 27%.

Вывод. В ходе исследования было выяснено, что для опрошенной группы наиболее популярными мотивирующими факторами и целями являются: улучшение здоровья и собственного тела; примеры спортсменов, просмотры соревнований; советы окружающих, получение удовольствия от двигательной активности; приобретение специальных умений и навыков; повышение уровня физической подготовленности, развитие определенных двигательных качеств; усовершенствование характера, своей личности; расширение круга общения, приобретение друзей; снятие стресса, улучшение психоэмоционального состояния; готовность к преодолению экстремальной ситуации.

Цели и мотивы побудили студенток 3 курса самостоятельно заниматься физической культурой. Но некоторым не удалось достичь желаемых результатов в течение

тренировок из-за незнания основ ЗОЖ, а также из-за недостаточной информации для самостоятельных занятий физическими упражнениями. Предлагаемое решение проблемы для студенток 3 курса ИРНИТУ, не преуспевших в достижении своих целей, следующее: ознакомиться с основами ведения ЗОЖ, основами метода самоконтроля, информацией о физических упражнениях и правильном составлении комплекса этих же упражнений, использовать не только интернет-ресурсы для получения необходимых сведений, но и пользоваться литературными источниками, а также эффективно применять полученные знания на практике.

Список использованных источников

1. Гогунев Е.Н., Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М. : Издательский центр «Академия», 2000. 288 с.
2. Ильинич В.И. Физическая культура студента : учебник. М. : Гардарики, 2000. 448 с.
3. Лебединский В.Ю., Койпышева Е.А., Рыбина Л.Д. Физическая подготовленность дошкольников, школьников и студенток Восточной Сибири : монография. Иркутск : Изд-во ИРНИТУ, 2018. 246 с.
4. Рыбина Л.Д., Койпышева Е.А., Лебединский В.Ю. Анализ физического развития студенток технического вуза первой функциональной группы здоровья в течение учебного года // Вестник Иркутского государственного технического университета. 2014. С. 312-316.
5. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений; 2-е изд., перераб. и доп. М. : Издательский центр «Академия», 2003. 480 с.
6. Ахматгатин А.А., Струганов С.М. Характеристика физической подготовленности студентов технического вуза // Современные проблемы науки и образования. 2017. № 5. С. 330.
7. Подрезов И.Н. Личностные особенности подростка и их учет в работе по физической подготовке и спорту // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 85-88.
8. Подрезов И.Н., Еремин Р.В. Проблемы формирования, укрепления и сохранения здоровья детей, подростков, молодых людей средствами физической подготовки, туризма и спорта, привлечение молодого поколения к здоровому образу жизни // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 163-168.

Койпышева Елена Александровна, доцент кафедры физической культуры,
Матросова Анастасия Игоревна, студентка 2 курса
Института экономики управления и права,
Иркутский национальный исследовательский технический университет,
Россия, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83,
e-mail: koip00@mail.ru, anastasiya_matrosova@bk.ru

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ ИРНИТУ

Аннотация. Было определено, как питаются студенты первого курса ИРНИТУ, соблюдают ли основы правильного питания, чем они питаются, связано ли это с их местом жительства, и зависит ли от того юноша это или девушка. Рассмотрено, как это влияет на организм человека, и знают ли респонденты об этом.

Ключевые слова: правильное питание, первокурсники, здоровый образ жизни, организм, вода, завтрак, фастфуд.

На сегодняшний день, большое количество людей страдают заболеваниями, которые возникают по причине неправильного питания, такие как: гастрит, диабет, рак, ожирение, заболевания сердечно-сосудистой системы и др.

Пищевой режим определяется количественным и качественным составом пищи, а также временем приема. Длительное употребление малокалорийной, неполноценной по составу пищи приводит к истощению организма, делает его более восприимчивым к инфекционным болезням, более чувствительным к отрицательному воздействию внешней среды, к развитию ряда заболеваний и снижению работоспособности [1].

Цель данной работы заключалась в определении правильного питания первокурсников ИРНИТУ (Иркутский Национальный Исследовательский Технический Университет). Исследование было проведено методом анкетирования, в котором приняли участие 113 человек, среди них 63 девушки и 50 юношей.

По результатам анализа ответов на первый вопрос было установлено, где первокурсники проживают на данный момент времени. Большинство (43%) опрошенных проживают с родителями, чаще всего это девушки (59%). Количество тех, кто живет в общежитии университета составило 30%, а 27% респондентов живут самостоятельно, снимая жилплощадь.

В литературе многими авторами описываются апробированные методики двухразового и даже одноразового питания в день. Однако специальными исследованиями (Кудрявцев Ю.Н., 1990) доказано, что белок усваивается при двукратном приеме пищи организмом на 10–15% хуже, чем при трехкратном [2, 3]. Обследованным нужно было ответить сколько раз в день они питаются. Выявляется, что большинство обучающихся (68% юношей и 62% девушек) питаются 2-4 раза в день независимо от их места жительства.

Опросом было выявлено, какую еду предпочитают студенты: готовую, которую можно купить в магазине, заказать на дом или же готовить ее самим. 30% первокурсников отдают предпочтение готовой еде. Самостоятельно готовить еду предпочитают 64% юношей и 75% девушек. По результатам анализа следующего вопроса было установлено, в какое время суток студенты принимают пищу больше всего. Среди

юношей, как и среди девушек, время основного приема пищи – это вечер, ответы на данный вопрос составили 56%.

Согласно исследованиям, ежедневная физиологическая потребность в жидкости для взрослого человека – 30 мл на каждый килограмм веса. Если ваш вес составляет 70 кг, то в день нужно выпивать 2,1 л чистой воды, не считая чая, кофе и прочих напитков [8]. Было определено, какое количество воды студенты выпивают в день, и употребляют ли они алкогольные напитки. Опрос показал, что 56% опрошенных выпивают 1-2 литра воды, 29% выпивают менее 1 литра, а 15% выпивают 2-3 литра (рис. 1). Рассчитывая, сколько пить воды взрослому человеку, ее употребление следует корректировать, то есть повышать норму её потребления примерно на 400–600 мл в сутки в период летней жары и при занятиях спортом [8].

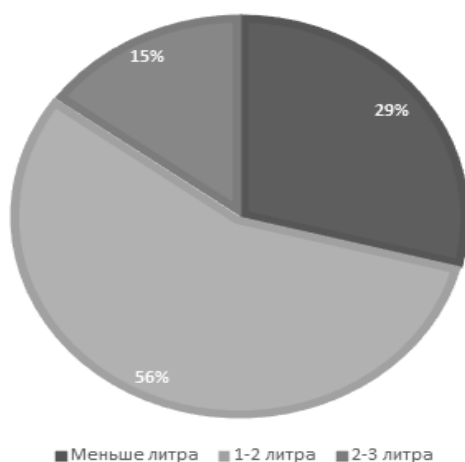


Рис. 1. Количество воды потребляемое первокурсниками в сутки

В ходе двух обсервационных исследований, проведенных в США, было установлено, что регулярное умеренное употребление алкоголя ассоциировано с меньшей распространенностью метаболического синдрома, по сравнению с лицами, не употребляющими алкоголь [7]. В свою очередь, из вопроса про алкогольные напитки у респондентов ИРНИТУ было выявлено, что общее количество употребляющих алкоголь составило 51%, при этом юноши (58%) употребляют алкогольные напитки больше, чем девушки (46%).

Так же было выявлено из чего состоит обычный завтрак первокурсников. Завтрак первокурсников состоящий из кофе или чая с бутербродами – 43%, как полноценный прием пищи (мясные блюда, супы и т.п.) – 12%, не завтракают вообще – 30%. Оставшиеся 15% составили отдельные ответы респондентов, такие как: каша, йогурт, творог; яичница с чаем без сахара; каши, мюсли с фруктами; кофе/чай, каша или яичница; шоколад; кофе; каша и кофе; овсяная каша и т.п.

Так же, в ходе исследования было определено как часто студенты употребляют фастфуд. Несколько раз в месяц – 59%, несколько раз в неделю – 13%, раз в неделю – 15%. Остальные 13%, аналогично предыдущему вопросу, составили отдельные ответы. Наиболее частыми ответами были: раз в неделю; очень редко; раз в несколько месяцев. В свою очередь, всего 2 человека (один юноша и одна девушка) из 113 не питаются фастфудом.

В ходе анкетирования было выявлено, что по мнению студентов является правильным питанием. Каждый выразил свою точку зрения на данную тему, были отве-

ты такие как: сбалансированное питание и без жиров; сбалансированный приём пищи в нужный период дня; сбалансированный рацион; соблюдение режима, калорий, ценности пищи; сбалансированное потребление белков, жиров и углеводов; овощи; не есть фастфуд; питаться 4-5 раз в день маленькими порциями; регулярное питание; употреблять фрукты; исключение вредных продуктов и т.п. Каждый ответ является правильным, т.к. для каждого организма существует свой рацион. Концепцией сбалансированного питания предусматривается, что многие пищевые вещества должны поступать в организм в определенных, оптимальных соотношениях, для одних пищевых веществ сбалансированность важна на этапе пищеварения и усвоения, для других – она проявляется на уровне обменных процессов в целом [5].

Все обменные процессы, осуществляемые в кишечнике, отражаются на нашем теле. Самое ценное, что мы получаем от микрофлоры кишечника, – это химические вещества, которые она выделяет, а мы усваиваем, во время реакций ферментации в кишечнике. Продукты ферментации выполняют важные биологические задачи: настраивают иммунную систему, помогают давать отпор болезнетворным бактериям и регулируют метаболизм [4].

По результатам анализа анкетирования, можно сделать вывод, что первокурсники ИРНИТУ, придерживаются основ правильного питания, даже употребляя алкоголь и фастфуд, их организм получает достаточное количество калорий и жидкости в день, и они знают, что очень важно учитывать баланс потребляемой пищи. От места жительства, как и от того юноша это или девушка, совершенно не зависит, то чем питаются, как и в каких количествах, все зависит только от самих студентов.

Список использованных источников

1. Верхотуров В.В., Вершинина С.Э. Основы рационального питания: учеб. пособие. Иркутск: изд-во ИрГТУ, 2011. 82 с.
2. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учеб. пособие. Изд. 2-е Ростов н/Д: Феникс, 2014. 139 с.
3. Брэгг П. Чудо голодания: лечение без лекарств. М.: МНПП Траст, Пларибус, 1990. 88 с.
4. Сонненбург Д. Здоровый кишечник. Как обрести контроль над весом, настроением и самочувствием. М. : «Манн, Иванов и Фербер (МИФ)», 2015. 21 с.
5. Черемисинов В.Н. Валеология: учеб. пособие. М.: Физическая культура, 2005. С. 99-100.
6. Койпышева М.А. Физическое здоровье студенток, обучающихся по архитектурному направлению в техническом вузе // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики : сборник мат. Всеросс. научно-практической конф. Ростов-на-Дону, 2018. С. 221-225.
7. Fan A.Z. [and etc.]. Patterns of alcohol consumption and the metabolic syndrome // The journal of clinical endocrinology & metabolism. 2008. № 93 (10). P. 3833-3838.
8. Зиновьева О. Сколько воды нужно пить в день? [Электронный ресурс] // elementaree.ru: блог про еду, кухню, и личный опыт. 2019. URL: <https://elementaree.ru/blog/science/skolko-chelovek-dolzhen-pit-vody> (дата обращения: 05.03.19).

Кокова Елена Ивановна, кандидат педагогических наук, доцент,
заместитель начальника кафедры физической подготовки,
Сибирский юридический институт МВД России,
Россия, 660131, г. Красноярск, ул. Рокоссовского, 20;

Копылов Юрий Анатольевич, кандидат педагогических наук, почёт-
ный доктор наук Российской Академии естествознания, профес-
сор Российской академии естествознания, старший научный сотрудник лаборатории
инновационных технологий,
Центр естественнонаучных основ физического воспитания,
Россия, 109316, г. Москва, ул. Стройковская, 12,
e-mail: kokovaei@mail.ru

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ВЫПУСКНИКОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ КАК ФАКТОР УСПЕШНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБУЧАЮЩИХСЯ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Аннотация. Медико-биологические характеристики абитуриентов высших учебных заведений во многом определяют эффективность профессиональной подготовки будущих специалистов. Исследованиями выявлено, что ряд функциональных показателей выпускников общеобразовательной школы имеет сниженный уровень и требует учёта в процессе физического воспитания обучающихся высших учебных заведений.

Ключевые слова: выпускники общеобразовательной школы, обучающиеся высших учебных заведений, двигательная подготовленность, здоровье, зрение, сердечно-сосудистая система, физическое развитие.

Разработка системы физического воспитания обучающихся высших учебных заведений является одной из приоритетных задач, так как специфика образования в высших учебных заведениях предъявляет всё более высокие требования к их исходному состоянию здоровья. В целях предупреждения дисгармоничного физического развития и поддержания нормальной жизнедеятельности состояния организма необходимо знать особенности функционирования различных органов и систем обучающихся, а также уровень их медико-биологических показателей.

Несмотря на это, изучение здоровья студентов и факторов, обуславливающих его уровень, не содержит признаков комплексности, слабо используются технологии диагностики отклонений в состоянии их здоровья. Для оптимизации процесса физического воспитания обучающихся необходимы критерии, определяющие их функциональную подготовленность. В этой связи проведено исследование ряда медико-биологических показателей выпускников общеобразовательной школы, поступающих в высшие учебные заведения.

Уровень двигательной подготовленности выпускников общеобразовательной школы находится на среднем уровне [8]. Этот уровень не позволяет полноценно осваивать многие разделы программы, указывает на существенные недостатки в системе физического воспитания.

Особенно важно оценить показатели общей (аэробной) выносливости учащихся, так как именно они во многом определяют и показатели здоровья, и способность вы-

полнения физической работы различной мощности. Как показывают исследования, общая выносливость укладывается в диапазон 3-3,4 балла, что является совершенно недостаточным показателем для успешного овладения программным материалом. Полученные данные демонстрируют, что низкий уровень общей (аэробной) выносливости снижает эффективность использования ряда беговых и многократных прыжковых упражнений, а также упражнений со скакалкой.

Нарушения осанки выявлены у 45,5% выпускников общеобразовательной школы, а сколиозы, кифозы и лордозы – у 24,4% [1]. Это отклонение делает невозможным использование на занятиях физической культурой и в системе секционных занятий физическими упражнениями и спортом, видов деятельности, сопряженных с высокими физическими нагрузками (в частности, прыжки в длину и высоту, спрыгивания с гимнастических снарядов, прыжковые упражнения со скакалкой и многоскоки).

Изменения в состоянии стоп выявлено у 26,6% выпускников [6]. Эти отклонения являются явным противопоказанием для выполнения значительной части программного материала, связанного с бегом, прыжками и некоторыми гимнастическими упражнениями.

Отклонения в органах дыхания, а именно, повышенная частота дыхания – свыше 20 в минуту, сниженные показатели задержки дыхания на вдохе и жизненной емкости легких зафиксированы у 8,6% учащихся [3]. Обращает на себя внимание прогрессивный рост числа выпускников школы, имеющих отклонения в органах дыхания. Примерно 4-9% школьников не способны успешно выполнять задания, связанные с длительной работой аэробного характера и повышенными физическими нагрузками.

Нарушения зрения выявлены у 19,9% учащихся [7]. Этот вид отклонения в состоянии здоровья несовместим с прыжками, кувырками, некоторыми спортивными играми, единоборствами, упражнениями с натуживанием, со стойками на голове и руках, а также с силовыми нагрузками различного характера.

Функциональные изменения сердечно-сосудистой системы выявлены у 13,2% учащихся [4]. Очевидно, что эти нарушения в состоянии здоровья накладывают серьезные ограничения в выполнении двигательной деятельности самого широкого диапазона.

По показателям физического развития было выявлено, что лишь 11,8% учащихся имеют уровень физического развития «выше среднего» [2]. Средний уровень физического развития типичен для 52,8% выпускников школы. Низкий и ниже среднего уровни физического развития выявлены у 39,6% учащихся.

По данным врачебного осмотра 75% выпускников общеобразовательной школы имеют II группу здоровья [5]. Число учащихся, отнесенных к III группе здоровья, составляет 18%. Учащиеся, имеющие I группу здоровья, составляют незначительный процент от общего числа обследованных – всего 7%. Это накладывает существенные ограничения на использование ряда физических упражнений, сопряженных с повышенными физическими нагрузками.

На основании полученных данных по состоянию исследованных медико-биологических показателей выпускников общеобразовательной школы можно сделать вывод о том, что в систему физического воспитания в высших учебных заведениях необходимо вводить специальные упражнения для коррекции нарушений осанки и дисгармонии физического развития, исправления плоскостопия, профилактики сколиозов, а также упражнения для снятия утомления зрения.

Полученные данные однозначно указывают на невозможность для значительной части обучающихся высших образовательных учреждений выполнения физической

работы различного вида и повышенной мощности, а также полноценного освоения представленных программой физического воспитания двигательных умений и навыков.

Использование стандартного программного материала по физическому воспитанию в полном объеме приводит у обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья к еще большим нарушениям, и, таким образом, недостаточному усвоению навыков и умений, а также к формированию негативного отношения к занятиям физическими упражнениями и ведению здорового образа жизни.

В этой связи предлагается кардинальным образом реформировать программу физического воспитания в высших учебных заведениях и приблизить ее задачи, содержание и методику к медико-биологическим особенностям обучающихся.

Список использованных источников

1. Береуцин Г.В. Структура и содержание медико-социального портрета современных подростков / Г.В. Береуцин, Ю.А. Копылов, М.В. Малыхина, Н.В. Полянская // Современный подросток : мат-лы всерос. конф. с междунар. участием. М.: Научный центр здоровья детей РАМН, 2001. С. 90-92.

2. Копылов Ю.А. Теоретические подходы к разработке содержания третьего оздоровительно-реабилитационного урока физической культуры в общеобразовательной школе / Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская // Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке : мат-лы междунар. конгресса. М.: ГУ Научный центр здоровья детей РАМН, 2004. С. 84-85.

3. Кудрявцев М.Д. Медико-биологические и оздоровительные особенности занятий физическими упражнениями с ослабленными детьми школьного возраста: учеб. пособие. / М.Д. Кудрявцев, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская. Красноярск: РИО КГПУ, 2004. 160 с.

4. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: учеб. пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. М.: Академия, 2001. 320 с.

5. Полянская Н.В. Система физического воспитания в образовательных учреждениях. Методические рекомендации и примерные комплексы упражнений / Н.В. Полянская, Ю.А. Копылов. М.: Арсенал образования, 2011. 80 с.

6. Полянская Н.В. Стопа ослабленного школьника и плоскостопие / Н.В. Полянская, Ю.А. Копылов // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. 2006. № 4. С. 73-76.

7. Полянская Н.В. Теоретические подходы к разработке содержания третьего оздоровительно-реабилитационного урока физической культуры в общеобразовательной школе // Н.В. Полянская, Ю.А. Копылов // Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке : мат-лы междунар. конгресса. М.: ГУ Научный центр здоровья детей РАМН, 2004. С. 84-85.

8. Полянская Н.В. Исследование двигательных качеств и показателей сердечно-сосудистой системы учащихся общеобразовательной школы с разным уровнем развития мышечной силы / Н.В. Полянская, Ю.А. Копылов, И.В. Ивашина // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире : XXV междунар. науч.-практич. конф. по проблемам физич. воспитания учащихся; Мин. обр. Московской области; ГАОУ ВПО МО «Московский гос. областной социально-гуманитарный институт». Коломна: ГСГУ, 2015. С. 98-101.

Костин Дмитрий Семёнович, заместитель начальника отдела кадров,
Главный центр административного обеспечения МВД России,
Россия, 119991, г. Москва, ул. Житная, 12А,
e-mail: dima19747@mail.ru

О МАТЕРИАЛЬНОМ ОБЕСПЕЧЕНИИ ОГНЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СИСТЕМЕ МВД РОССИИ

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы организации материального обеспечения огневой и физической подготовки в системе МВД России, вопросы оснащения спортивных и стрелковых объектов, строительства и оборудования участков местности для организации огневой и физической подготовки в подразделениях МВД России.

Ключевые слова: огневая подготовка; физическая подготовка; материальное обеспечение; вопросы поставок оборудования; оснащение стрелковых объектов; профессиональная подготовка сотрудников полиции.

Одно из центральных мест в системе подготовки кадров для органов внутренних дел Российской Федерации занимают огневая и физическая подготовка, которые обеспечивают эффективное поддержание боевого потенциала сотрудника и позволяют адекватно отвечать на существующие угрозы безопасности гражданина, общества и государства в целом [4; 5; 6]. При этом эффективность организации огневой и физической подготовки сотрудников МВД России напрямую зависит от своевременного и полного оснащения и тылового обеспечения специальной техникой, вооружением, материальными ценностями и имуществом в количествах, необходимых и достаточных для проведения занятий, а также качественному, полному и бесперебойному обеспечению системы подготовки.

Под мероприятиями по материальному обеспечению огневой и физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации подразумевается система товарно-денежных и хозяйственных отношений, возникающие между подразделениями, органами снабжения, организациями и предприятиями с одной стороны, и подразделениями профессиональной подготовки (образовательные организации МВД России, подразделения профессиональной подготовки территориальных органов МВД России) с другой, в процессе централизованного снабжения техническими и материальными, и другими ресурсами (вещевое имущество, оборудование, вооружение и боеприпасы, тренажерная техника, имитационные средства, расходные материалы и т.д.).

В современных условиях вопросы обеспечения органов внутренних дел Российской Федерации необходимым вооружением, специальной техникой, имуществом, значительно усложнились из-за нестабильной внешнеэкономической обстановки, санкционного давления, разрыва прежних экономических связей, нехватки современных автомобильных и железнодорожных путей сообщения, повышения затрат и увеличения объема доставляемых материальных ценностей.

Указанная проблема хорошо просматривается на примере создания хозяйственной службы МВД по Республике Крым, которое по сути потребовало создания в кратчайшие сроки, практически с нуля, организацию материально-технического снабжения огневой и физической подготовки подразделений МВД России, когда в

марте 2014 года, по итогам референдума, проведенного 16 марта 2014 года, Республика Крым была принята в состав Российской Федерации.

С начала 2014 года была проведена масштабная работа по реорганизации и реформированию имеющейся системы, для приведения в соответствие с законодательством Российской Федерации нового субъекта в составе нашей страны в целом, в т.ч. и органов внутренних дел, в которых одним из важнейших направлений является хозяйственная служба, включающаяся в себя, в т.ч., материальное обеспечение огневой и физической подготовки.

Проведенная серьезная работа по материально-техническому обеспечению огневой и физической подготовки позволила не только не допустить в условиях реформирования сбоя материально-технического обеспечения, но и существенно обновить нормативную правовую базу применительно к новым задачам, что позволило выйти на более качественный уровень снабжения и довольствия подразделений.

Материально-техническое обеспечение подразделений МВД России в Крыму набирает силу и опыт, но вместе с тем имеется ряд трудностей, свойственных данному региону – например транспортная доступность региона, связанная с его географическим положением и политической конъюнктурой. Для решения обозначенных проблем необходим анализ импортозамещения, внедрение новых инновационных технологий, способствующих обучению личного состава.

Одним из путей решения проблемы доставки материальных ресурсов, вещевого имущества, вооружения, боеприпасов, оборудования, является разработка наиболее оптимальных и экономически выгодных логистических схем поставки в Республику Крым, исследование транспортных развязок, промежуточных мест перевалки груза.

Тыловому блоку МВД России необходимо вместе с региональными подразделениями Республики Крым произвести расчеты оптимальных путей поставки материальных ценностей, необходимых для качественного обучения личного состава.

Одним из самых эффективных методов решения проблем материального обеспечения огневой и физической подготовки является разработка стратегии развития тылового обеспечения МВД по Республике Крым совместно с региональными подразделениями федеральных органов исполнительной власти в Республике Крым.

Рассматривая вопросы материального обеспечения занятий по огневой и физической подготовке необходимо отметить, что имеются отдельные проблемы и в самостоятельных закупках оборудования для нужд конкретных подразделений, в связи со сложностью процедур планирования на долгосрочную перспективу, с определением поставщиков в соответствии с конкурсными процедурами.

Обсуждая вопросы материального обеспечения системы огневой и физической подготовки необходимо заострить внимание на таких аспектах как недостаток помещений и сооружений для проведения занятий по огневой и физической подготовке в подразделениях, которые соответствуют установленным стандартам безопасности и санитарно-гигиенических норм. В некоторых подразделениях занятия по физической подготовке проводятся в помещениях приспособленных для указанных целей, зачастую отсутствует вентиляция, режим освещения не соответствует гигиеническим нормам, нет душевых комнат. Еще более сложная ситуация складывается с обеспеченностью подразделений помещениями для организации занятий по огневой подготовке. Одновременно с повышением требований к огневой выучке ощущается острая нехватка стрелковых объектов, а многие из действующих нуждаются в глубокой модернизации и приведения к стандартам безопасности, что в конечном счете снижает результативность организации огневой и физической подготовке [7]. В организации

огневой подготовки имеются также проблемы с обеспеченностью вооружением, в частности в отдельных подразделениях полностью отсутствует возможность ремонта оружия в связи с отсутствием штатных оружейных мастерских, оружейных мастеров, оружейных техников. Данная проблема особенно характерна для образовательных организаций МВД России, где потребность в учебном оружии очень высока, но в связи с высокой амортизацией оборудование выходит из строя и фактически не используется, т.к. нет возможности осуществить ремонт оборудования.

Еще одной весьма важной проблемой является наличие специальных стрелковых объектов, нет и единых установленных проектировочных решений для строительства стрелковых тиров. Нужно сказать что в настоящее время имеются документы, определяющие требования к при проектировании и строительстве тиров (ГОСТ Р 52212-2004; ГОСТ 52348-2005), но в каждом конкретном случае содержание проектировочных решений определяется техническим заданием. Однако необходимо отметить, что зачастую технические задания формируются сотрудниками, которые не имеют прямого отношения к системе огневой подготовки и в связи с этим в проектной документации не учитываются отдельные важные аспекты, которые впоследствии снижают эффективность занятий по огневой подготовке (например расположение потолочных светильников зоне стрельбы, направление пучка света на мишенное поле, рассеивание светового пучка на мишенном поле, расположение воздухопроводов в рабочей зоне и т.д.).

Имеется также ряд и иных сложностей и вопросов в организации огневой и физической подготовки в подразделениях МВД России.

Представляется, что для решения указанных и иных проблемных вопросов в системе МВД России необходимо разработать документ, определяющий основные технологические решения при строительстве и реконструировании объектов для проведения занятий по огневой и физической подготовке, для использования при формировании технических заданий для разработки проектов строительства и ремонта указанных объектов. Такой документ должен отражать требования к вентиляции, освещению, шумопоглощению, антирикошетной защищенности, оборудованию примыкающих помещений (учебный класс, тренажерные комнаты, места для холостого тренажа) и оснащенности, в т.ч. такими элементами как мобильные пулеприемники, мишенное оборудование, средства связи и усиления речи, системы светового шумовой имитации и т.д.

Для решения вопросов обеспеченности оружием (в частности учебным) необходимо решить вопрос поставки запасных частей к оружию, которые наиболее часто выходят из строя по причине высокой интенсивности их использования (в частности боевых пружин, курков, возвратных пружин, шептало с пружиной затворных задержек, корпусов магазинов к пистолетам Макарова).

Также необходимо решить вопрос об охране труда и медицинского обеспечения физкультурных, спортивных и учебных мероприятий, проходящих на физкультурных и стрелковых объектах, предусматривая нормативным правовым актом МВД России систему мер защиты и социальной поддержки персонала от воздействия неблагоприятных факторов рабочей среды при проведении занятий по физической и огневой подготовке. К сожалению в настоящее время данная категория сотрудников при проведении занятий постоянно находится в состоянии угрозы жизни и здоровью [1; 2].

Обобщая изложенное, необходимо отметить, что в современных условиях повышения требований к подготовленности сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации к применению физической силы, специальных средств и огне-

стрельного оружия особые требования предъявляются к организации занятий. Успешность огневой подготовки зависит от множества факторов среди которых особое место занимает материальное обеспечение. Реализация предлагаемых мероприятий будет способствовать повышению уровня обеспеченности подразделений МВД России и активизации процесса огневой и физической подготовки сотрудников.

Список использованных источников

1. Купавцев Т.С. Организация охраны труда в системе огневой подготовки органов внутренних дел Российской Федерации // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : Материалы научно-практической конференции (Иркутск, 10-11 июня 2015 г.). Иркутск: ФГКОУ ВПО ВСИ МВД России, 2015. С. 199-203.
2. Купавцев Т.С., Медведев И.В., Семёнов В.В. Организация охраны труда в системе огневой подготовки органов внутренних дел Российской Федерации: методические рекомендации. Барнаул: БЮИ МВД России, 2015. 32 с.
3. О полиции: Федеральный закон от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ // URL: <http://www.garant.ru>
4. Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 23 ноября 2017 г. № 880 // URL: <http://www.garant.ru>
5. Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 // URL: <http://www.garant.ru>
6. Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 5 мая 2018 г. № 275 // URL: <http://www.garant.ru>
7. Организация и проведение занятий, связанных с моделированием ситуаций повседневной деятельности подразделений органов внутренних дел с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия / Под ред. Т.С. Купавцева, В.А. Морозова, Б.А. Федулова. М.: ДГСК МВД России, 2018. 200 с.

Косырева Ирина Ивановна, старший преподаватель кафедры
физического воспитания,
Таразский государственный университет им. М.Х. Дулати,
Республика Казахстан, 080000, г. Тараз, ул. Толе би, 60,
e-mail: irinak_lev@mail.ru

ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ И СИСТЕМАТИЧЕСКАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

Аннотация. Занятия физическими упражнениями и спортом имеют положительное влияние на человека, его личностные качества, особенно в раннем возрасте, когда его личность находится еще на стадии формирования и поддается влиянию. Физическая культура и спорт является универсальным решением всех проблем.

Ключевые слова: Здоровье, здоровый образ жизни (ЗОЖ), физическая культура физическое воспитание.

Наша работа нацелена на доказательство регулярных занятиями физической культурой и спортом студенческой молодежи. Постоянно говорится об этом, выделяется физическая культура как самостоятельный феномен, вырабатывающий устойчивость такого качества как личность. По выражению Н.Н. Визитей – физическая культура является первой базовой культурой, которая формируется в человеке. Физическая культура влияет на состояние организма, психики, статус человека.

Физическое состояние студенческой молодежи с каждым годом снижается, этот фактор определяется кризисом государственной системы, оборачивается снижением уровня здоровья студентов. Состояние здоровья студенческой молодежи является показателем здорового показателя нации. Поэтому мы – преподаватели кафедры «Физическое воспитание» ТарГУ проявили интерес к взятой нами теме.

Задумывались ли вы когда-нибудь о влиянии спорта на судьбу студенческой молодежи нашей страны? Как спорт может повлиять на будущее государства? Все мы знаем, что нынешняя молодежь – наше общее будущее, будущее всего народа, страны. И от того, какими они вырастут, зависит дальнейшая судьба всего народа. И перед нами встает вопрос об их правильном воспитании. Как воспитать в них лидерские качества, уверенность в себе, чувство собственного достоинства? Как можно улучшить их успеваемость? Как уберечь их от пагубного влияния окружающей среды, сигарет, алкоголя, наркотиков? Спорт дает нам ответы на все эти вопросы.

Занятия физическими упражнениями и спортом имеют положительное влияние на человека, его личностные качества, особенно в раннем возрасте, когда его личность находится еще на стадии формирования и поддается влиянию. Физическая культура и спорт является универсальным решением всех проблем. В обычной жизни все мы склонны замечать только физическую пользу от спорта, в виде красивой фигуры, прямой осанки, при этом закрывая глаза на другие изменения. Но задумывались ли вы когда-нибудь, что спорт влияет на лидерские качества человека, его уверенность в себе, открытость, коммуникабельность? Занятия спортом в юношестве имеют значительное влияние на психологические черты человека. Это утверждение подтверждает нам следующие проведенные исследования.

На сегодняшний день было проведено множество научных исследований касаясь молодежной физической активности, его влияния на психическое здоровье сту-

дентов и академические результаты. Так, в докладе 2012 года, опубликованном в журнале Американской медицинской ассоциации, Педиатрия предлагает обзор 14 исследований, касающихся студенческой физической активности и приходит к выводу, что существует положительная связь между физической активностью и академической успеваемостью.

Физическая культура является одним из факторов здорового образа жизни, поэтому формирование здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания является одной из таких задач в образовательных учреждениях.

Современный учебный процесс предъявляет к студентам большие психологические и физиологические требования, к ним мы отнесли: высокие умственные нагрузки, интенсификацию учебного процесса, малоподвижный образ жизни, отсутствие условий для занятий физическим воспитанием, неудовлетворительную пропаганду здорового образа жизни, что содействует ухудшению здоровья студентов, а также низкий уровень знаний о культуре здоровья человека, распространенность среди студентов табакокурения, употребления алкогольных напитков, наркотиков, неудовлетворительную организацию физического воспитания в вузах и т. д.

Важным условием формирования ЗОЖ является оптимальный режим двигательной активности.

Неоднократно о тесной взаимосвязи физического здоровья людей и их двигательной активности высказывались учёные и врачи глубокой древности. Это и древнегреческий философ Платон, историк Плутарх, а так же врач Авиценна в своих трудах доказывали необходимость систематической, рациональной двигательной активности и ежедневных занятий физическими упражнениями. Великому французскому мыслителю XVIII века К.Ж. Тиссо принадлежит утверждение, что движение, как таковое, может по своему действию заменить любое лечебное средство, однако все лечебные средства мира не смогут заменить действие движения.

Полноценное здоровье и систематическая физическая активность, здоровье и регулярные мышечные нагрузки – в современном мире эти понятия всё больше сближаются. Уже давно никто не говорит о том, что самое верное лекарство при любой болезни – абсолютный покой. Уже давно доказано на практике, что чем больше движений выполняет человек, тем больше центральная нервная система, головной мозг получают питательных веществ и кислорода.

Движение становится для человека обязательным, а это, в первую очередь, физические нагрузки. Посильные систематические физические нагрузки необходимы и полезны, именно она делают организм занимающихся крепче и выносливее, они повышают его иммунитет, а значит и сопротивляемость болезням. Для роста и развития организма нужна такая малость – двигательная мышечная активность. В раннем детском возрасте физические упражнения, гимнастика, не только помогают научить младенца быстрее ходить, но они развивают и речь, способность говорить, а в школе и вузе оптимальные физические нагрузки способствуют умственной работоспособности и даже поддержанию психического здоровья.

Поистине не имеет благотворное влияние умеренных физических нагрузок на человеческий организм. Ведь человеку изначально было рассчитано природой проявлять повышенную двигательную активность вследствие его незащищённости. Сниженная мышечная активность ведёт ко многим нарушениям во всех системах и преждевременному увяданию организма.

Под влиянием активных физических тренировок совершенствуется строение и деятельность всех органов и систем человека, у человека повышается работоспособность, укрепляется иммунитет, здоровье.

Двигательная активность является ведущим фактором оздоровления человека, так как она направлена на совершенствование защитных сил организма, на повышение потенциала здоровья.

Практически на все стороны жизнедеятельности человека оказывает влияние полноценная двигательная активность, она является неотъемлемой частью здорового образа жизни человека в любом возрасте.

Почему в последние годы активизировалось внимание специалистов в области физической культуры и спорта к здоровому образу жизни студентов? Это связано, в первую очередь, с озабоченностью общества по поводу здоровья молодёжи, специалистов, выпускаемых во взрослую жизнь высшей школой, повышением уровня заболеваемости обучающихся в процессе профессиональной подготовки, последующим снижением их работоспособности. Обществу необходимо ясно, отчетливо представлять, что не может быть понятия «здоровый образ жизни», как некой особенной формы жизнедеятельности вне образа жизни в целом [1, с. 202].

Здоровый образ жизни – интегрированное понятие, и отражает многостороннюю типовую структуру различных форм жизнедеятельности студента. В условиях здорового образа жизни у каждого студента формируется ответственность за своё здоровье, как части общего культурного развития. Это проявляется, прежде всего, в единстве стилевых особенностей поведения, в способности развивать себя как личность, в соответствии с собственными представлениями о полноценной в духовном, нравственном и физическом отношении жизни.

Здоровый образ жизни во многом зависит от ценностных ориентаций студентов как личностно значимых, привитых в семье, но не всегда совпадающих с ценностями, выработанными общественным сознанием. По мере взросления, в процессе накопления личностью социального опыта, возможно проявление дисгармонии познавательных (научных и житейских, практических знаний и навыков), психологических (связанных с формированием интеллектуальных, эмоциональных и волевых структур), социально-психологических, связанных с социальной ориентацией в коллективе, обществе, системой ценностей и функциональных, что прививают навыки и умения, привычки и нормы поведения, личную и общественную деятельность, отношения и процессы. Такая выраженная дисгармония может быть одной из причин формирования асоциальных качеств личности. Руководству вуза необходимо в достаточной мере обеспечить осознанный выбор личностью социально значимых ценностей здорового образа жизни и целенаправленно создавать на их фундаменте крепкую, индивидуальную систему ценностных жизненных ориентаций. Эта система способна в полной мере обеспечивать саморегуляцию личности, а также может регулировать и мотивы в поведении и деятельности.

Здоровье в рейтинге потребностей и приоритетов культурного человека. Формирование, сохранение и воспроизводство здоровья человека определяют от личного понимание сущности здоровья как ценности находится в прямой зависимости от уровня культуры. Термин «культура» отражает меру осознания и отношения человека к самому себе. В понятии «культура» проявляется активный способ познания и освоения человеком общего внешнего и своего внутреннего мира, его формирования и развития. Общая культура включает не только достоверную систему знаний о здоро-

вье, но и соответствующее поведение по его сохранению и укреплению, поведение всегда будет основанно на нравственных принципах.

Условно можно посчитать три уровня значимости здоровья: первый – биологический или изначальное здоровье. Оно предполагает саморегуляцию организма в гармонии с физиологическими процессами и максимальную их адаптацию; социальный понимается как здоровье и как уровень социальной активности, деятельного отношения личности к миру; личностный (психологический) учит понимать и принимать здоровье как отрицание болезней, способ преодоления болезней.

Список использованных источников

1. Алдошин А.В., Алдошина Е.А., Демина А.В., Иванина Л.И. Регулирование процессов самопознания и самоуправления психофизическим состоянием обучающихся вузов в образовательном пространстве физической культуры // Ученые записки Орловского государственного университета. 2018. № 2 (79). С. 209-213.
2. Баркалов С.Н. Основные направления взаимосвязи физкультурной и профессиональной деятельности // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 5-9.
3. Панова О.С. Особенности самостоятельной физической подготовки курсантов женского пола образовательных организаций МВД России // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 5. (159). С. 201-205.
4. Подрезов И.Н., Еремин Р.В. Проблемы формирования, укрепления и сохранения здоровья детей, подростков, молодых людей средствами физической подготовки, туризма и спорта, привлечение молодого поколения к здоровому образу жизни // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 163-168.
5. Подрезов И.Н. Личностные особенности подростка и их учет в работе по физической подготовке и спорту // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 85-88.
6. Струганов С.М. Здоровое питание как первый шаг к здоровому образу жизни // Рациональное природопользование и социально-экономическое развитие сельских территорий как основа эффективного функционирования АПК региона : Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Чувашская государственная сельскохозяйственная академия (Чебоксары, 02 июня 2017 г.). Чебоксары, 2017. С. 605-611.
7. Струганов С.М. Физическая культура и спорт как фактор гармоничного развития человека и социально-экономического развития государства // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Ростов-на-Дону: Ростовский юридический институт МВД России, 2018. С. 263-267.

Кузнецов Борис Вячеславович, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры,
Центральный филиал Российского государственного университета правосудия,
Россия, 394006, г. Воронеж, ул. 20-летия Октября, 95
e-mail: boriskuzne37ov@yandex.ru

ОСОБЕННОСТИ РАЗРАБОТКИ И ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РАБОЧИХ ПРОГРАММ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ЦЕНТРАЛЬНОМ ФИЛИАЛЕ РОССИЙСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ПРАВОСУДИЯ

Аннотация. В данной статье рассматриваются особенности разработки и использования рабочих программ по учебным дисциплинам «Физическая культура и спорт» и «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту». Приводятся результаты педагогического эксперимента по апробации данных программ в учебном процессе по физическому воспитанию студентов Центрального филиала Российского государственного университета правосудия.

Ключевые слова: физические качества студентов, рабочая программа, учебная дисциплина, педагогический эксперимент.

В 2017 году в связи с изменениями в Федеральном государственном образовательном стандарте высшего образования по направлению подготовки 40.03.01 «Юриспруденция» и 40.05.03 «Судебная экспертиза» сотрудниками кафедры физической культуры Центрального филиала ФГБОУВО «Российский государственный университет правосудия» (ЦФ РГУП) были разработаны рабочие программы по учебным дисциплинам «Физическая культура и спорт» и «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту». Которые составили основу развития и совершенствования физических качеств студентов ЦФ РГУП. При этом «Физическая культура и спорт» входит в базовую часть основной профессиональной образовательной программы, а «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» в её вариативную часть.

Вариативность элективных дисциплин была достигнута путём разработки двух альтернативных программ «Общая физическая подготовка» (ОФП) и «Профессионально-прикладная физическая подготовка» (ППФП) и предложена на выбор студентам филиала.

Особенность при разработке данных программ была в том, что ОФП была направлена на студентов выбравших приоритетом гражданское право, а ППФП на студентов – уголовное право и в будущем решившим связать свою жизнь с правоохранительными органами. Поэтому в ППФП была целенаправленно введена тема «Основы техники и тактики самозащиты».

Целью программ является формирование здоровых и физически развитых специалистов, владеющих необходимым объемом специальных знаний, прикладных навыков, физических и психических качеств, позволяющих им успешно выполнять профессиональные задачи.

Задачами дисциплин являются:

- формирование специальных знаний, профессиональных умений и навыков, обеспечивающих успешное выполнение задач в процессе профессиональной деятельности;
- всестороннее развитие и совершенствование физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;

- сохранение и укрепление здоровья обучаемых, воспитания у них сознательного отношения к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
- совершенствование спортивного мастерства обучаемых.

Процесс изучения дисциплин направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению:

ОК-5. Способность работать в коллективе, толерантно воспринимая социальные, культурные, конфессиональные и иные различия, предупреждать и конструктивно разрешать конфликтные ситуации в процессе профессиональной деятельности.

ОК-6. Способность проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния.

ОК-9. Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни.

В результате изучения дисциплин обучающиеся должны

Знать:

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, современных формах построения занятий и систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;
- системы занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;
- основы использования физических упражнений в решении задач физического развития и укрепление здоровья.

Уметь:

- использовать различные формы организации занятий физическими упражнениями, методов и средств тренировок;
- применять передовые методы физического воспитания общей и специальной физической подготовки, развития дыхательных умений и навыков;
- правильно диагностировать состояние здоровья, осуществлять самоконтроль;
- организовать занятия физической культурой в рабочее и свободное время;
- основными методами и способами планирования направленного формирования двигательных умений, навыков и физических качеств;
- средствами и методами физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств и свойств личности;
- методами самоконтроля физического развития, физической подготовленности, функционального состояния для разработки индивидуальных программ оздоровительной и тренировочной направленности.
- средствами, методами и способами восстановления организма, организации активного отдыха и реабилитации после травм и перенесенных заболеваний.

Приобрести практический опыт:

- здоровым стилем жизни, рациональными способами и приемами сохранения физического и психического здоровья, методами профилактики психофизического и нервно-эмоционального утомления;
- средствами и методами физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств и свойств личности;
- индивидуальным уровнем развития своих физических качеств, основными методами и способами планирования направленного формирования двигательных уме-

ний, навыков и физических качеств;

–способами использовать систему физических упражнений, физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, направленные на повышение и сохранение профессиональной дееспособности.

Рабочие программы разработаны для очной и заочной форм обучения. Они взаимно дополняют друг друга. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту является логическим продолжением Физической культуры и спорта. И в tandem эти дисциплины позволяют осуществлять процесс физического воспитания студентов на протяжении всего периода обучения. «Физическая культура и спорт» проводятся на первом курсе обучения в объёме 72 часов, а «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» на старших курсах обучения в объёме 328 часов. В конце каждого семестра обучения проводится итоговая аттестация.

В основе рабочих программ лежат положения, соответствующие содержанию государственного образовательного стандарта высшего образования третьего поколения; все разделы курса взаимосвязаны, представляют собой логическое продолжение базового школьного курса, имеют служебно-профессиональную направленность.

Содержание программ и их структура ориентированы на комплексное достижение образовательных, воспитательных и оздоровительных задач физического воспитания. Тематические планы соответствует основным положениям программ. Учебный курс «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» дополняет и расширяет умения и навыки, полученные при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт».

В 2017–2018 учебном году был проведён педагогический эксперимент по апробации разработанных программ. Эксперимент проводили преподаватели кафедры физической культуры ЦФ РГУП. В эксперименте приняло участие 60 студентов. Они были условно разделены на две группы: экспериментальную (ЭГ) и контрольную (КГ). Экспериментальная и контрольная группы насчитывали по 30 человек.

В ходе эксперимента поэтапно проводилось тестирование показателей, характеризующих физическую подготовленность испытуемых ЭГ и КГ, что позволило проследить за динамикой развития и совершенствования их физических качеств. Тестирование проводилось четыре раза. Первое тестирование проводилось в сентябре сразу после начала учебных занятий, второе – в ноябре, третье в апреле и четвёртое в июне. Первое тестирование осуществлялось с целью определения исходных данных развития физических качеств, последующие тестирования с целью выявления тенденции в развитии этих качеств. В ходе тестирования мы использовали следующие контрольные испытания: бег 30 м, челночный бег 3x10 м, бег 1 км, сгибание-разгибание рук в упоре лёжа, прыжок в длину с места.

Педагогический эксперимент показал, что применяемые методики физического воспитания студентов на основе разработанных рабочих программ по учебным дисциплинам «Физическая культура и спорт» и «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» позволяют существенно улучшить физические показатели студентов экспериментальной группы по сравнению со стандартными методиками, применяемыми в работе с контрольной группой. Данное исследование стало основой использования разработанных рабочих программ в учебном процессе по физическому воспитанию студентов ЦФ РГУП в 2018-2019 учебном году.

Список использованных источников

1. Акулова Л.Н. Преимущества использования методики профессионально-адаптационной физической подготовки в практической деятельности по совершенствованию физических качеств обучающихся / Л.Н. Акулова, Б.В. Кузнецов // Общество,

право, правосудие: материалы Всерос. науч.-практ. конф. – Воронеж: ЦФ ФГБОУВО «РГУП», 2018. – С. 622-627.

2. Кузнецов Б.В. Особенности организации и проведения занятий по физической культуре с обучающимися в Центральном филиале Российского государственного университета правосудия (ЦФ РГУП) / Б.В. Кузнецов, О.А. Швачун, С.С. Михайлов и др. // Культура физическая и здоровье. – 2018. – № 4 (68). – С. 21-24.

3. Панова О.С. Информационные технологии в физической культуре и спорте / О.С. Панова, А.С. Дьяков // Педагогическое мастерство: сборник статей V Международного научно-практического конкурса. – Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение», 2018. – С. 57 - 59.

4. Усков В.М. Педагогические основы профессионально-прикладной физической подготовки студентов / В.М. Усков, Б.В. Кузнецов, С.Н. Шуткин и др. // Проблемы обеспечения безопасности при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. – 2016. – № 1-2(5). – С. 350-353.

5. Швачун О.А. К вопросу о повышении качества образовательного процесса в области физической культуры / О.А. Швачун, С.С. Михайлов, С.В. Фролова // Пожарная безопасность: проблемы и перспективы. – 2017. –Т. 1. – № 8. – С. 396-400.

УДК 713.92

Куркина Лариса Владимировна, кандидат медицинских наук, доцент кафедры
гуманитарно-правовых дисциплин,
Кузбасская государственная сельскохозяйственная академия,
Россия, 650056, г. Кемерово, ул. Марковцева, 5,
e-mail.ru: kurkina71@mail.ru

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ ПРИ ФОРМИРОВАНИИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Аннотация. На основе изучения индекса здоровья, физического развития и физической подготовленности студентов КузГСХА, а мониторинг индекса здоровья студентов в процессе обучения, выявлены причинно-следственные связи между физическим развитием и физической подготовленностью студентов, и воздействием факторов среды обитания. А также внедрения здоровьесберегающих мероприятий по формированию культуры здоровья у студентов.

Ключевые слова: мониторинг, индекс здоровья студентов, физическая подготовленность, показатель общей заболеваемости.

В настоящее время проблема индекса здоровья населения является основной и наиглавнейшей задачей в системе безопасности любого государства, в том числе и в России. Индекс здоровья населения государства достаточно точно отражает уровень экономического развития и благосостояния страны. Кроме того следуют отметить, что на индекс здоровья населения оказывают множество неблагоприятных факторов. Таких неблагоприятных факторов как, экономический кризис и снижение уровня жизни населения; социальное расслоение общества; низкая доля национального дохода, выделяемого на образование, культуру и здравоохранение; рост антропогенной

нагрузки; увеличение несбалансированности и ухудшение качества питания и воды [5, 6].

Анализируя научные исследования, которые уделяли внимания изучению индекса здоровья населения, особенно детей, подростков, молодежи, показали, что нужны разработки здоровьесберегающих мероприятий, направленных на улучшения здоровья населения, а также предупреждение, смягчение и нивелирование негативных последствий действия факторов среды обитания и окружающей среды. При изучении проблемы по сохранению и укреплению здоровья необходимо уделять внимание таким факторам как климато-географическим и экологическим, которые оказывают влияние на биологические и демографические процессы, а те в свою очередь, находят отражение в особенностях физического развития и других показателях здоровья современного поколения, в изменении возрастной структуры населения [7].

Так, на примере благоприятного воздействия климато-географического фактора на индекс здоровья студенческой молодежи показали, что студенты поселка Терскол (высота 2100 м над уровнем моря), развивающиеся в условиях гипоксии, имеют высокий уровень физической подготовленности по сравнению с студентами поселка Дальний (100 м над уровнем моря) Кабардино-Балкарской Республики. Поэтому необходимо совершенствование системы мониторинга индекса здоровья, в частности разработка региональной системы тестирования и нормирования показателей физического здоровья, с учетом климато-географического фактора среды обитания людей. В связи с этим актуально проведение мониторинга индекса здоровья населения среды обитания, в таких биогеохимических провинциях с дефицитом молибдена (природного типа) и с избытком его (техногенного типа) на фоне дефицита кислорода в условиях высокогорья в связи с тем, что недостаток или избыток в пище молибдена меняет ход биохимических реакций и отражается на нормальной жизнедеятельности организма человека [2, 6].

На сегодняшний день государство вкладываются финансовые средства в программы по созданию благоприятных условий для физического воспитания молодежи и здравоохранения для улучшения индекса здоровья. Но, к сожалению, положительной динамике не наблюдается в улучшение здоровья и физического развития и подготовленности у молодежи. Наоборот, с каждым годом растет показатель людей имеющих отклонения в состоянии здоровья. По статистическим данным еще начала 2000-х гг., по статистическим Здравоохранения РФ, из всей студенческой молодежи только 23,0-25,0% считалось практически здоровыми [1].

Актуальность: В настоящее время возникает опасность деградации личности и общества, сопровождаемая резким увеличением уровня алкоголизации, наркомании, случаев суицида и снижением индекса здоровья и особенно у молодежи. На данный момент многие ученые отмечают, что идет снижение индекса здоровья. В связи с этим провели исследования в направлении набора ценностей, которые формируются в процессе индивидуального развития, и какое место в иерархии этих ориентиров у студентов занимает здоровье? Исследование показал, что доминирующее положение в этой иерархии заняли у студенческой молодежи это: семья (93,5%), любовь (70,7%), друзья (65,7%), материальное благосостояние (58,9%), работа (39,6%), образование (37,1%). Здоровье одной из главных ценностей жизни считают 69,7% опрошенных. Но исследователи отметили, что существует диссонанс между декларируемой, осознаваемой ценностью здоровья и реальным поведением, направленным на его сохранение и укрепление. Кроме того студенты считали, что его ценность является не фундаментальной, а инструментальной. Из них более 60,2% оценили свое здоровье как удовле-

творительное и плохое. Исследования отметили, что у студентов имеются такие отклонения здоровья по показателям заболеваемости как: заболевания органов пищеварения (35,2%); глаз (29,5%); сердечно-сосудистой системы (22,0%); гинекологические (16,8%); аллергические (15,7%); костно-мышечной системы (13,0%); нервной (11,7%); мочеполовой (10,1%); органов дыхания (9,6%). Каждый третий студент имеет 2-3 заболевания. В процессе исследования была выявлена еще большая проблема это наркомания среди них. Но 83,0% опрошенных ответили, что никогда в жизни не принимали наркотики, каждый шестой (18,7%) признался, что пробовал их. Юношей оказалось почти в 2 раза больше, чем девушек. Выявили «группу риска» студентов (10,0% респондентов), которые имели желание попробовать наркотические или психотропные вещества, а 29,0% признались, что им предлагали это в общежитии, в вузе, на дискотеке или баре, в дружеской компании. Следует отметить, что исследование выявило, необходимость знаний о главном влиянии здорового образа жизни у студенческой молодежи, но, к сожалению еще не стали их убеждениями, в части, что высокая ценность здоровья – мотивацией его сохранения. Анализ результатов опроса среди студентов говорят о том, что большинство молодежи обучающейся в вузе воспринимает здоровье на уровне физического здоровья. Кроме того они считают основным и главным условием его сохранения это отказ от вредных привычек, двигательный режим и правильное питание. В их сознании еще не сформировано отношение к здоровью как к главной ценности [3].

Цель исследования: На основе комплексного изучения основных причин, влияющих на показатель индекса здоровья студенческой молодежи, разработать и научно обосновать систему здоровьесберегающих мероприятий, направленных на улучшение и сохранение их здоровья в течение обучения в вузе и у них формирование культуры здоровья.

Методы исследования: использование методики А. Г. Марченко, которая направлена на группировку студентов по состоянию здоровья; мониторинг оценки уровня индекса здоровья студентов, социологический метод (анкетирования), функциональное тестирование студентов по физической подготовленности.

Результаты исследования: На сегодняшний момент перед вузами Кемеровской области стоит огромная проблема по сохранению индекса здоровья студентов. Связи с этим в КузГСХА реализуется мониторинг индекса здоровья студенческой молодежи и применения здоровьесберегающих мероприятий по сохранению и укреплению здоровья у них. Следует отметить, что анализ мониторинга индекса здоровья и индивидуальных особенностей студентов, который является обязательным условием реализации здоровьесберегающих образовательных технологий. Мониторинг оценки индекса здоровья студенческой молодежи заключается в оценке уровня индекса здоровья студентов, их индивидуальных морфофункциональных, психофизиологических и психологических особенностей, эффективности адаптации к процессу обучения, формировании «групп риска» и физической подготовленности. На основе изучения физического развития и физической подготовленности студентов КузГСХА, а также анализ и прогнозирования индекса здоровья студентов в процессе обучения, выявления причинно-следственных связей между физическим развитием и физической подготовленностью студентов, и воздействием факторов среды обитания. Кроме того в вузе реализуется программа по формированию культуры здоровья у студентов. Многолетний анализ ежегодных медицинских обследований студентов 1 курса КузГСХА, показал, что в период с 2000 по 2018 гг. о поступивших студентах, что в 2018 г. основной группы здоровья (т.е. практических здоровых) – составило 65,33%, а в 2000 г.

– составляло 64,3% (увеличился в 1,02 раза), по другим группам здоровья как: медицинская (имеющих незначительное отклонение в состоянии здоровья) – 2018 г. – 30,89%, 2000 г. – 22,8% (т.е. увеличилось в 1,35 раза), освобожденных (имеющих значительное отклонение в состоянии здоровья) – 2018 г. – 3,78%, 2008 г. – 12,9% (уменьшилось в 0,29 раза). Следует отметить, что также анализ трендов показал незначительное колебание в этих группах здоровья у них. Результаты исследования индекса здоровья среди студентов указывают, что показатель индекса здоровья студентов 1 курса, которые не имеют отклонение в здоровье, составляет 65,33%, но при этом их физическая подготовленность относится к Ф₃ что составляет около 99,3%. Результаты мониторинга оценки показателя общей заболеваемости среди студенческой молодежи, показали, что имеет отклонение от нормы составляет 986,6%, а это в 0,65 раза больше, чем средний показатель общей заболеваемости среди студентов всех вузов г. Кемерово. Результаты исследования показали, что у студентов 2-4 курс КузГСХА имеются такие отклонения здоровья по показателям заболеваемости как: заболеваемость сердечно-сосудистой системы (49,3%); заболевания органов дыхания (48,9%); заболевания органов пищеварения (47,8%); заболевания органов зрения – глаз (0,75%); гинекологические заболевания (17,2%); заболевание костно-мышечной системы (19,1%); заболевание нервной системы (13,9%); заболевание мочеполовой системы (12,56%). При этом студент 2-4 курса имели по 2-3 заболевания. Кроме того, следует отметить, что это сказывается на снижении физической подготовленности студентов. При тестировании студентов 2-4 курсов на физическую подготовленность и показывают результаты группы Ф₃ (25-45 баллов), которое составило около 98,7%. Следует отметить, что при тестировании студентов 1 курса на физическую подготовленность показывают результаты группы Ф₃ (25-45 баллов), которое составило 99,7%. В связи с этим были совместно со студенческой поликлиникой № 10 г. Кемерово и Вузом разработаны и внедрены здоровьесберегающие мероприятия, которые направлены укрепления и сохранения здоровья студентов. Следует также отметить, что проведенные здоровьесберегающие мероприятия незначительно повлияли на показатель заболеваемости и физическую подготовленность студентов. В КузГСХА продолжается работа по комплексному мониторингу оценки уровня индекса здоровья у студентов, и физического совершенствования по программе «Физическая культура – залог здоровья» и формированию культуры здоровья у них. В программе используются здоровьесберегающие технологии направленные на оздоровления и формированию культуры здоровья студентов. Но проведенные здоровьесберегающие мероприятия, к сожалению не дали ожидаемого положительного результата по сохранению здоровья. Так как пока сохраняется отрицательная тенденция в индексе здоровья у них, что требует дополнительные учебные занятия для студентов специальной медицинской групп по показателю заболеваниям. Кроме того нельзя не уделять внимание воспитанию и обучению студентов основам здорового образа жизни, построенных на научных основах физической культуры, которые в будущем будут использовать данные знания для сохранения и укрепления здоровья. Созданы электронно-наглядные пособия по теме: «ЛФК и рациональное питание», «Рациональное питание – как залог здоровья», «ЛФК, лечебное питание, фитотерапия – как залог здоровья», электронно-методические рекомендации «Рекомендации при занятиях физической культуры», видеоролики по теме: «Профилактика остеохондроза» и «Профилактика сколиоза» и электронный паспорт здоровья студента. Ещё для формирования культуры здоровья у студентов был использован ресурс телевидения вуза, это трансляция видеороликов теме: «Профилактика остеохондроза» и «Профилактика сколиоза» между 2 и 3 парой

учебных занятий во всех корпусах. В результате трансляции было замечено, что студенты стали некоторые физические упражнения использовать для физ. паузы между учебными занятиями.

Список использованных источников

1. Агаджанян Н.А., Баевский Р.М., Берсенева А.П. Проблемы адаптации и учение о здоровье. М.: Изд-во Российского университета дружбы народов, 2015. С. 284.
2. Индреев М.Х., Хутов А.М., Хатуев З.А. Региональные особенности мониторинга уровня физической подготовленности и функционального состояния различных слоев населения с учетом природно-климатических условий Кабардино-Балкарской Республики // Опыт работы в субъектах РФ по осуществлению мониторинга физического здоровья населения, физического развития детей, подростков, молодежи : Сб. науч. тр. под ред. С.И. Изаак. М., 2012. С. 82-92.
3. Козина Г.Ю. Здоровье в ценностном мире студентов // Социологические исследования. 2017. № 9. С. 147-149.
4. Макеева В.С., Баркалов С.Н., Герасимов И.В. Динамика адаптации курсантов разного пола к условиям обучения в юридическом вузе // Наука и спорт: современные тенденции. 2018. Т. 19. № 2 (19). С. 79-83.
5. Подрезов И.Н., Еремин Р.В. Проблемы формирования, укрепления и сохранения здоровья детей, подростков, молодых людей средствами физической подготовки, туризма и спорта, привлечение молодого поколения к здоровому образу жизни // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 163-168.
6. Струганов С.М. Физическая культура и спорт как фактор гармоничного развития человека и социально-экономического развития государства // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Ростов-на-Дону: Ростовский юридический институт МВД России, 2018. С. 263-267.
7. Трешутин В.А., Щепин В.О. Региональная система мониторинга здоровья населения и эффективность здравоохранения / Под ред. академика РАМН О.П. Щепина. М., 2011. 256 с.
8. Щедрина А.Г. Онтогенез и теория здоровья. Методологические аспекты. Новосибирск : Наука, 2013. С. 27-30.

Любаков Александр Александрович, преподаватель кафедры физической подготовки
и прикладных единоборств,
Шаров Павел Викторович, преподаватель кафедры физической подготовки
и прикладных единоборств,
Санкт-Петербургский университет МВД России,
Россия, 198206, г. Санкт-Петербург, ул. Лётчика Пилютова, 1,
E-mail: bobrovik1966@yandex.ru

ВЛИЯНИЕ СОВРЕМЕННЫХ МЕТОДИК НА ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА ОБУЧЕНИЯ В ВЫСШИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ (НА ПРИМЕРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ СИЛО- ВЫХ СТРУКТУР)

Аннотация. В работе рассмотрены методические приемы способствующие повышению качества обучения в образовательных организациях, приводятся способы позволяющие повысить в несколько раз скорость конспектирования лекций и при этом получать конспект удобный для чтения и способствующий запоминанию материала.

Ключевые слова: обучение, конспектирование, сотрудники силовых структур, преподаватель, пиктограммы, символы.

В последнее время наблюдается стремительная интенсификация образовательного процесса учебных организаций Министерства внутренних дел Российской Федерации, которое вызвано в использовании в служебной деятельности современной электронной техники и новейших технологий. В связи с этим происходит перестройка учебных планов и программ с вынужденным увеличением времени на теоретические дисциплины, что приводит к снижению двигательной активности курсантов, слушателей, вынужденных большую часть времени проводить в режиме гиподинамии, а в дальнейшем неблагоприятно влияет на их физическое развитие, состояние здоровья и работоспособность [1, с. 10; 3, с. 57].

Многолетний практический опыт преподавания в высших образовательных организациях МВД России, а так же и в других силовых ведомствах свидетельствует о существенной значительности качества конспектов, которыми пользуются слушатели и курсанты, от их умения конспектировать. Правильно оформленный, легко воспринимаемый и быстро читаемый конспект – залог успешного усвоения материала. Как правило, в конспекте нас интересует смысл изложенного материала, а не сам текст (но иногда нужен и сам текст, например при выписывании цитат). Однако основой конспектирования лекционного материала является, безусловно, конспект, удобный для чтения и способствующий запоминанию.

Не многие преподаватели высшей школы обращают внимание, а еще реже учат своих слушателей правильному, быстрому конспектированию излагаемого материала. Результаты научных исследований показывают, что среднестатистический человек осуществляет умственную деятельность (анализирует полученную информацию) в 10-12 раз быстрее, чем излагает ее на бумаге, соответственно затраченное на обдумывание время в разы окупается при письме. Существуют несколько приемов, которые значительно ускорят успешное усвоение материала. В своей работе мы остановимся лишь на некоторых из них.

Общеизвестно, что человек мыслит образами (а не словами и т.д.) В связи с чем для примера мы приведем ряд общепринятых символов и сокращений, а их достаточно много:

- ∞ – бесконечность
- $\approx$ – приблизительно
- АД – артериальное давление
- ЧСС – частота сердечных сокращений
- АТФ – аденозинтрифосфорная кислота
- ЗЧМТ – закрыто черепно-мозговая травма
- ФП – физическая подготовка
- ФК – физические качества
- ♂ – мужское начало
- ♀ – женское начало
- Σ – сумма
- $\cap$ – точка зрения, и многие другие

Данные символы и сокращения в разы усиливают скорость восприятия и запоминание материала. На наш взгляд, объясняется это тем, что слушатель в конспекте видит не слова, а уже готовые образы, которые ему легче запомнить, так как этот материал хотя бы один раз да был осмыслен на предыдущих лекциях (процесс обдумывания, как лучше записать эту фразу уже происходил и слушатель четко представляет себе значение этого символа).

Значительно ускоряет запись соответствующей фразы использование пиктограмм. У человека большая часть информации воспринимается зрительным анализатором, так как зрительных нерв является одним из наиболее чувствительных и сложных в организме [2, с. 214]. В связи с чем у человека сильно развита зрительная память. Пиктограммы которые используют слушатели и курсанты образовательных организаций силовых ведомств не только ускоряют запись излагаемого преподавателем материала, но и значительно ускоряют и улучшают восприятие конспекта, способствуют запоминанию материала, так как заставляют работать зрительную память и дают возможность воспринимать не слова, а образы. Приведем некоторые общепринятые пиктограммы: к ним можно отнести знаки дорожного движения; символика видов спорта; пиктограммы, используемые в бытовой технике.

Заслуживает внимание, на наш взгляд, достаточно простой, но, однако очень эффективный для освоения материала способ конспектирования – использование цветных авторучек, карандашей, фломастеров и т.д. Выполненный с использованием цвета конспект, читается легче, быстрее и запоминается лучше. В этом случае мы рекомендуем взять на лекцию цветные авторучки, карандаши, фломастеры.

В конспекте мы рекомендуем выделять другим цветом начала разделов, пунктов, подпунктов, выделять цветами заголовки. Так же для выделения подобных фраз можно увеличить шрифт. Цветные заголовки существенно облегчают поиск нужного материала и способствуют его запоминанию. Однако, исходя из наших наблюдений, некоторые слушатели зачастую ограничиваются тем, что красиво, в цвете выписывают только заголовки или названия тем. Хотим акцентировать внимание на том факте, что цветной элемент в записи может быть применен для выделения того нового, что имеется в рассматриваемом на лекции явлении, по сравнению с предыдущими явлениями.

Таким образом, мы считаем крайне важным тот аспект в обучении сотрудников силовых структур, что конспектированию необходимо учить и делать это должен преподаватель. В связи с тем, что отдельно, на какое обучение учебных часов, как правило, не выделяется, то обучать этому навыку необходимо параллельно с изложением учебного материала. Особое внимание здесь необходимо обратить на то, что на первых лекциях лектор сам должен превращать свои слова в конспект и периодически обращать внимание слушателей на приемы, которыми он это делает. Однако при этом лекция должна строиться в достаточно высоком темпе, чтобы у слушателей возникала потребность в использовании какого-либо из способов конспектирования, так как без него будет достаточно сложно успевать, вести запись. Многолетний педагогический опыт авторов работы показывает, что потратив приблизительно 10 минут на начальных 2-3 лекциях слушатели усваивают до 50 % приемов скоростного конспектирования, что позволяет повысить темп конспектирования минимум в 2 раза.

Список использованных источников

1. Бобровик А.П., Любаков А.А. Физическая подготовка сотрудников полиции: проблемы и пути их решения // Физическая культура и спорт в структуре профессионального образования: ретроспектива, реальность и будущее : материалы межведомственного круглого стола. Иркутск, 2018. С. 10.
2. Бобровик А.П., Грачев К.А., Чудинова О.А. Физические упражнения и их роль в психологической подготовке сотрудников силовых структур // Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных заведениях высшего профессионального образования : материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Красноярск, 2011. С. 212-215.
3. Баркалов С.Н. Организация рубежного контроля физической подготовленности курсантов образовательных организаций МВД России // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. 2017. № 2 (71). С. 115-118.
4. Баркалов С.Н. Основные направления взаимосвязи физкультурной и профессиональной деятельности // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 5-9.
5. Баркалов С.Н. Актуальные аспекты оптимизации образовательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 77-80.
6. Макеева В.С., Баркалов С.Н., Герасимов И.В. Дифференцированная физическая подготовка атлетической направленности для курсантов юридических вузов // Вестник спортивной науки. 2018. № 2. С. 51-54.
7. Панова О.С., Дьяков А.С. Информационные технологии в физической культуре и спорте // Педагогическое мастерство: сборник статей V Международного научно-практического конкурса. Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение», 2018. С. 57 - 59.
8. Панова О.С., Чапала А.С. Социализация личности курсантов образовательных организаций МВД России средствами физической культуры и спорта // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2017. Т. 39. С. 3381-3385. URL: <http://e-koncept.ru/2017/971003.htm>.

СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ – ОСНОВНЫЕ СПОСОБЫ ПОВЫШЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ

Аннотация. В настоящей статье говорится о том, что высокий современный ритм жизни заставляет человека предъявлять значительные требования к своему физическому состоянию. Тем самым уменьшить нагрузку психику, умственную способность и эмоции.

Ключевые слова: умственная и физическая активность, здоровый образ жизни, работоспособность, функциональное состояние организма, средства физической культуры.

Огромную роль в жизни человека во всех ее проявлениях играет уровень его здоровья. В настоящее время резко сократилась доля физического труда на производстве и в быту, а в дальнейшем эта тенденция еще более возрастет. При этом значительно усиливается воздействие на организм неблагоприятных факторов окружающей среды, особенно в промышленных городах, что отрицательно влияет на здоровье людей. На недостаточность воспитательной работы по формированию физической культуры личности и отсутствие ценностных установок на здоровый образ жизни в среде учащейся молодежи указывает тот факт, что 25% курсантов и 32% студентов ВУЗов мало интересуют физкультурно-спортивные мероприятия.

Предъявлять значительные требования к своему физическому состоянию заставляет человека высокий современный ритм жизни. Для повышения умственной и физической работоспособности необходимо равномерно распределить времени на труд и отдых, нормализовать сон и питание, отказаться от вредных привычек, вести здоровый образ жизни [4].

Человек, занимающийся спортом и ведущий активный образ жизни, имеет более высокий уровень физической и умственной работоспособности, которая подразумевает максимальный объем работы, выполненный человеком за определённый промежуток времени. Одной из основных причин снижения работоспособности может служить продолжительность периода одного вида трудовой деятельности, которая на протяжении рабочего дня может либо снижаться, либо увеличиваться несколько раз.

Состояние имеет несколько видов, в каждом из которых проявляется психическое и физиологическое существование индивида:

- система организации психических процессов;
- субъективное отношение к отражаемому явлению;
- механизм реагирования на окружающую действительность.

Работоспособность человека определяет его стойкость к физическому и умственному виду деятельности, которая характеризуется временем выполнения каче-

ственной работы. Умственная работоспособность студента определяется успешностью усвоения учебного материала и зависит от таких психофизиологических качеств как: выносливость; скорость мыслительной деятельности; переключение; распределение; концентрация и устойчивость внимания, а также эмоциональная устойчивость.

Утомление представляет самый сложный физиологический процесс, который начинается в нервной системе и распространяется на другие системы организма. Первым признаком утомления является чувство усталости, которое предупреждает организм. Затем следует перенапряжение, вызывающее упадок сил и нарушение психики. Крайняя степень утомления – переутомление, которое появляется из-за больших умственных и физических нагрузок, а также неправильным распределением времени на работу и отдых.

Студентам высших учебных заведений особенно трудно справиться с потоками поступающей информации и успевать за требованиями, предъявляемыми научно-техническим прогрессом, что в конечном итоге сопровождается снижением физической нагрузки и возрастанием нервно-эмоционального напряжения [1]. Для того, чтобы облегчить свою жизнь необходимо научиться подключать скрытые внутренние возможности организма, знать внешние признаки утомления, а так же использовать средства физической культуры. Основные составляющие физического развития представлены в таблице 1.

Поддержание и повышение работоспособности с использованием средств физической культуры и спорта получило название – производственная физическая культура (ПФК), основной целью которой является укрепление здоровья и повышение эффективности труда [5].

Таблица 1

Составляющие физического развития

Основные компоненты физического развития		
Физическое воспитание	Физическая подготовка	Физическая деятельность
Физическое развитие	Физическое совершенство	Спорт

ПФК – это система методически обоснованных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, направленных на повышение и сохранение устойчивой и профессиональной дееспособности. ПФК имеет определенные задачи, которые заключаются в следующем:

- подготовка организма к оптимальной профессиональной деятельности;
- поддержание допустимого уровня работоспособности и его восстановление после трудовой деятельности;
- проведение психофизической подготовки к выполнению определённой трудовой активности;
- проведение своевременной профилактики при воздействии неблагоприятных условий в процессе трудовой активности.

Методика ПФК находится в определенной зависимости от характера и содержания труда [5]:

- чем больше физическая нагрузка в процессе труда, тем меньше она в период активного отдыха, и наоборот;

- чем меньше в активную деятельность включены большие мышечные группы, тем в большей степени они подключаются при занятиях различными формами производственной физической культуры;
- чем больше нервно-эмоциональное и умственное напряжение в профессиональной деятельности, тем меньше оно должно быть в разнообразных физических упражнениях производственной физической культуры.

На выбор средств и методов ПФК оказывают влияние характер, динамика и степень развития утомления в течение рабочего времени. Оценка уровня утомляемости в течение или после рабочего дня является необходимым условием для подбора подходящих средств и методов производственной физической культуры.

Таким образом, высокий уровень умственной и физической работоспособности, а также учебно-трудовая активность является важным условием, определяющим эффективность учебного процесса, профессиональной работоспособности. Занятия физической культурой снимают утомление нервной системы и всего организма, повышают работоспособность, способствуют укреплению здоровья. Использование средств физической культуры, ведение здорового образа жизни являются основным условием длительного сохранения человеком крепкого здоровья, высокой физической и умственной работоспособности [4, 9].

Список использованных источников

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для ин-тов физ. культ. М.: Физкультура и спорт, 2017.
2. Холодов Ж.К., В.С. Кузнецов Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования; 12-е изд., испр. – М. : Издательский центр «Академия», 2014.
3. Ильинич В.И. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. проф. В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2017.
4. Соловьёв Г.М. Основы здорового образа жизни и методика оздоровительной физической культуры: Учеб. пособие. Ч. 1 и 2. Ставрополь: Изд-во СГУ, 2016.
5. [Электронный ресурс] - https://studme.org/1244092025474/psihologiya/rabotosposobnost_deesposobnost_trudovoy_deyatelnosti - Работоспособность и дееспособность в трудовой деятельности.
6. [Электронный ресурс] - <https://psyera.ru/funkcionalnye-i-psihicheskie-sostoyaniya-2112.htm> - Функциональные и психические состояния
7. [Электронный ресурс] - <https://studfiles.net/preview/2194766/page:55/> - Цель, задачи и методические основы производственной физической культуры.
8. [Электронный ресурс] - <https://studfiles.net/preview/4112875/page:3/> - Методы повышения физической работоспособности.
9. Панова О.С., Дьяков А.С. Информационные технологии в физической культуре и спорте // Педагогическое мастерство: сборник статей V Международного научно-практического конкурса. Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение», 2018. С. 57 - 59.
10. Панова О.С., Чапала А.С. Социализация личности курсантов образовательных организаций МВД России средствами физической культуры и спорта // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2017. Т. 39. С. 3381-3385. URL: <http://e-koncept.ru/2017/971003.htm>.

Миронов Игорь Леонидович, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры управления персоналом и воспитательной работы, Санкт-Петербургский университет МВД России, Россия, 198206, г. Санкт-Петербург, ул. Летчика Пилютова, 1, e-mail: igmironov@mail.ru

ДИАЛЕКТИКА ДУХОВНОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Аннотация. В статье рассматривается проблема взаимосвязи духовного и физического воспитания сотрудников органов внутренних дел. В основу физической подготовки сотрудников органов внутренних дел, по мнению автора, должны быть положены нравственные идеалы службы в органах внутренних дел.

Ключевые слова: духовное воспитание, физическое воспитание, нравственный идеал, сотрудник органов внутренних дел, профессиональная подготовка.

Профессиональную подготовку сотрудников органов внутренних дел можно охарактеризовать как процесс целенаправленного формирования его личности. В данном процессе можно выделить духовную и физическую стороны.

При этом под физическим аспектом профессионального воспитания сотрудника органов внутренних дел автор понимает его психическое и телесное развитие, направленное на эффективное решение задач оперативно-служебной деятельности. В данном контексте физическое воспитание сотрудника органов внутренних дел представляет собой процесс формирования профессиональных навыков, а также развития психических и физических качеств, необходимых для выполнения служебных обязанностей.

Духовная сторона профессиональной подготовки представляется, в первую очередь, нравственными ориентирами правоохранительной службы.

Рассматривать физическое и духовное воспитание сотрудников органов внутренних дел как отдельные виды воспитания не допустимо, поскольку они представляют собой стороны единого целого.

Таким образом, диалектика физического и духовного в процессе формирования личности сотрудника представляет важную методологическую предпосылку профессионально-педагогического процесса.

Духовность - сторона общественного сознания, выражающая направленность мыслей и действий людей, общества в целом. Она представляет собой совокупность мировоззренческих установок, общественных идеалов, верований, убеждений, настроений, чувств. По своей сути духовность – устремлённость к чему-то возвышенному, нематериальному, к идеалу.

Корни духовности лежат в особенностях сознания человека, которое обладает двухуровневой структурой: рефлексом, отражением внешнего мира, выраженным в ощущениях, представлениях, понятиях, рассудочном мышлении и разумом, представленным ценностными идеями. Духовная сторона сознания в наибольшей степени представляет внутренний, интимный мир человека, только, в конечном счете, связанный с его материальными потребностями, с внешней жизнедеятельностью [1, с. 239].

Таким образом, духовность даёт ценностную ориентацию в мире. На её основе вырабатывается жизненное кредо человека, понимание им смысла жизни, своего предназначения в мире. Духовность ориентирует членов общества, мобилизует их на достижение тех или иных общественных целей, организует и направляет жизнь общества.

Всякая социальная деятельность, в том числе, правоохранительная служба одухотворена. Через духовность профессиональные качества и навыки приобретают общественную ценность.

Духовность входит в профессиональную деятельность сотрудника органов внутренних дел вместе с определением социальных задач, на которые она направлена. В основе современной правоохранительной службы лежат гуманистические идеалы, и в первую очередь, защита прав и свобод человека. На реализацию данных ценностных ориентиров и направлена вся система профессионального воспитания сотрудников органов внутренних дел, в том числе и физического [2, с. 304].

Безусловно, физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел, в свою очередь, может содействовать формированию его духовно-нравственных качеств: выдержки и самообладания, терпения, смелости и решительности и др. Решение нравственно-воспитательных задач физической подготовки обеспечивается соответствующими технологиями физического воспитания: подбором соответствующих средств и методов, а также организационных форм педагогического процесса [3].

Таким образом, диалектическое единство духовного и физического в системе профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел представляет собой методологическую основу данного педагогического процесса.

Список использованных источников

1. Пономарёв Н.А. Образование и духовность // Судьба Российского образования – судьба России : сборник статей под ред. А.И. Субетто. – СПб. : Петровская Академия наук и искусств, ВИФК, 1995. С. 239-242.
2. Мионов И.Л., Томилова З. Этико-правовые основы применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия сотрудниками органов внутренних дел // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : сб. материалов XIX междунар. научн.-практич. конф.: В 2 т. Иркутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2017. Т. 1. С.304-306.
3. Панова О.С., Чапала А.С. Социализация личности курсантов образовательных организаций МВД России средствами физической культуры и спорта // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2017. Т. 39. С. 3381-3385. URL: <http://e-koncept.ru/2017/971003.htm>.
4. Алдошин А.В., Алдошина Е.А. Систематизация механизмов физкультурно-оздоровительных технологий на занятиях физической культурой и спортом // Наука-2020. 2018. № 2-1 (18). С. 50-54.
5. Баркалов С.Н. Основные направления взаимосвязи физкультурной и профессиональной деятельности // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 5-9.
6. Подрезов И.Н. Совершенствование профессионально-значимых двигательных качеств слушателей образовательных организаций МВД России в процессе физической подготовки // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 57-61.

Овчинникова Елена Ивановна, доцент, кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой теоретических основ физического воспитания,
Березина Мария Александровна, детская юношеская спортивная школа № 1, магистрант 3 курса кафедры теоретических основ физического воспитания,
Забайкальский государственный университет,
Россия, 672039, г. Чита, ул. Александро-Заводская, 30,
e-mail: ov_el@list.ru

О РЕЗУЛЬТАТАХ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ УСПЕШНОСТИ ТРЕНЕРОВ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ

Аннотация. Необходимость оценки результатов профессиональной деятельности тренеров в области спорта обусловлена запросами не только практики, но и науки. Практически в каждом научном исследовании, где объектом выступают спортивные тренеры, возникает необходимость в соотнесении полученных экспериментальным путем данных с показателями, отражающими итог деятельности. В статье анализируются подходы к определению «профессиональной успешности» спортивного тренера, представлена модель определения успешности и результаты исследования уровня профессиональных качеств педагогов одной из спортивных школ города Читы. Итоги исследования позволяют наметить новые направления исследования по анализируемой проблематике.

Ключевые слова: фигурное катание, профессиональная успешность, тренер по спорту.

Профессиональная деятельность современного тренера уже несколько десятков лет назад перестала быть простой подготовкой спортсменов к соревнованиям. На сегодняшний день тренер выполняет несколько ролей: руководитель, психолог, организатор и др. Чтобы успешно выполнять данные роли, спортивному тренеру необходимо ежедневно совершенствовать свои профессиональные умения и личные качества. Значительный рост популярности фигурного катания на коньках после сочинской олимпиады сказался на повышении требований к качеству труда, мастерству, профессионализму основных субъектов спорта, уровню их компетентности, способности к развитию собственных ресурсов.

Интерес к успешным специалистам - тренерам, которые готовы и могут привести своих спортсменов к достойным результатам и победам, неуклонно растет и на сегодняшний день вышел на уровень национальной идеи. Мировой рекорд одного спортсмена это победа всего государства. Именно поэтому спрос на успешных и эффективных тренеров ежегодно растет [6; 7; 8].

Большинство авторов, изучающих проблему профессиональной успешности спортивных тренеров, чаще всего говорят об эффективности или продуктивности, что, по нашему мнению, не совсем верно. Кроме того, при наличии большой потребность в создании методики определения, оценки профессиональной успешности, она не только не создана до настоящего времени, но и не описаны критерии для её создания. Недостаточное количество исследований на данную тему, в том числе и в отношении тренеров по фигурному катанию на коньках, позволяет считать ее актуальной.

Одной из задач проведенного при выполнении выпускной квалификационной работы магистра физкультурного образования исследования была разработка и апро-

бация модели определения (оценки) уровня профессиональной успешности тренеров по фигурному катанию.

Категория «профессиональная успешность преподавателя» стала рассматриваться в специальных научных работах в России лишь в конце XX века. Н.Л. Киселева, проведя исследование генезиса данного понятия, отмечает, что «педагоги-новаторы Ш.А. Амонашвили, Т.И. Гончарова, Е.Н. Ильин, В.А. Караковский, С.Е. Хозе, В.Ф. Шаталов и др. рассматривают профессиональный успех как положительный результат взаимодействий обучающего и обучаемого». Выявлено что многие ученые «профессиональный успех трактуют как главный результат деятельности, как достижение значимой цели, преодоление или преобразование условий, препятствующих достижению данной цели» [3].

Работы перечисленных авторов создают теоретико-методологическую базу для изучения профессиональной успешности преподавателя. Однако до настоящего времени содержание понятия «профессиональная успешность» недостаточно раскрыто, несмотря на использование его учеными, учителями, и работниками системы управления образованием при оценке результатов и качества образовательного процесса [1].

Исследователями успешность рассматривается как «одна из базовых потребностей субъекта, стимул поступков и поведения. Она выступает в качестве оценки и самооценки эффективности жизни и деятельности». В понятие успешности включаются такие аспекты, как социально-экономический статус личности, внутренние ресурсы и внешние условия достижения успешности, включенность в профессиональную деятельность и результат деятельности, социализация индивида, удовлетворенность жизнью [3].

Е.А. Климов [4] определяет профессиональную успешность как «характеристику профессиональной деятельности, включающую внешнюю оценку значимыми людьми результата, достигнутого в ходе профессиональной деятельности, и внутреннюю оценку, связанную с анализом собственной успешности и предполагающую удовлетворенность процессом и результатами профессиональной деятельности». По нашему мнению, профессиональную успешность тренера можно рассматривать как обобщенную характеристику, отражающую теоретический и практический опыт в профессиональной деятельности, позволяющий достичь качественно высоких результатов.

На основе теоретического анализа литературных данных, педагогического наблюдения, бесед с тренерами, родительским комитетом и администраций спортивной школы была разработана модель определения (оценки) профессиональной успешности тренера по фигурному катанию на коньках, включающая практический (профессиональные умения и навыки); личностный (личные качества); когнитивный (знания и профессиональный опыт); мотивационный (личностное развитие, желание добиваться в своей профессии большего) компоненты. Проведено экспериментальное исследование, в котором приняли участие шесть тренеров отделения фигурного катания и 52 спортсмена в возрасте от 7 до 13 лет.

Проанализировав свойства личности исследуемых с помощью анкеты «Профессионально значимые свойства личности», разработанной М.А. Дмитриевой, А.А. Крыловым [2] мы установили, что у опытных тренеров преобладают аттенционные (отражающие внимание - его избирательность, объем, устойчивость, распределение, переключение), наблюдательные, коммуникативные, волевые, речевые свойства, в то время как у начинающих тренеров больше развиты имажитивные (способность

оперировать образами объектов, воображение, прогнозирующие), волевые, моторные свойства.

У начинающих тренеров в качестве профессионально значимых высоко оценены следующие свойства: имажитивные (4,11 балла), моторные (4,05 балла), волевые (4,05 балла), речевые (3,48 балла), мнемические (сочетания видов памяти, особенности процессов запоминания и сохранения) (3,47 балла). Самые низкие оценки были отмечены для коммуникативных (2,87 балла), наблюдательных (3,06 балла), аттенционных (3,20 балла) и сенсорных (3,27 балла).

Очевидно, что опытные тренеры отличаются достоверно более высоким уровнем компетентности по сравнению с начинающими. Однако, нужно отметить, что, отличаясь «свежестью» теоретических и методических знаний и умений, способностью быстро обучаться, отсутствием предубеждений в использовании новых технологий и средств труда, начинающие тренеры во многих компетенциях не только не уступают, но даже превосходят своих более опытных коллег.

Уровень профессиональной компетентности опытных тренеров оценен как критический (37,5%), средний (50%) и достаточный (12,5%). При этом начинающие тренеры (опыт работы до 5 лет) имеют средний (75%) и достаточный (25%) уровень развития профессиональной компетентности. Эталонный уровень не был выявлен ни у начинающих, ни у опытных тренеров.

С помощью анкеты «Самооценка профессиональных качества педагога» мы установили, что для более опытных тренеров характерны увлеченность работой, глубокое понимание детей, познавательные потребности. Начинающие тренеры имеют пониженную самооценку, при этом отличаются повышенной контактностью и лучше понимают детей.

Уровень актуального состояния профессионально важных знаний оценивается тренерами недостаточно высоко, «стажисты» не всегда чувствуют профессиональную уверенность, начинающие - еще реже. Этот факт дает нам понять, что имеет место тенденция, свидетельствующая о высоком уровне образовательных потребностей в профессионально-важных знаниях.

Оценивая успешность деятельности тренера по методике профессора А.Н. Николаева [6], мы установили незначительное преимущество по среднему сводному показателю начинающих тренеров (+0,1 балла), при этом опытные тренеры первенствовали в оздоровительном и соревновательном компонентах, а начинающие – в воспитательном и образовательном.

Таким образом, профессиональная успешность тренера может быть рассмотрена как обобщенная характеристика, отражающая теоретический и практический опыт, в результате которого можно достичь высоких результатов профессиональной деятельности, что найдет отражение в положительной динамике обучающихся и росте спортивной квалификации юных спортсменов. Представленная модель профессиональной успешности тренеров отражает основные компоненты тренера (профессиональные знания, личные и профессиональные качества) и специфику профессиональной деятельности спортивных тренеров, которые необходимы востребованным и продуктивно работающим тренерам по фигурному катанию на коньках.

Список использованных источников

1. Аверина М.Н., Воронин А.В. Структура общепрофессиональных умений педагога: рефлексивный компонент // Ярославский педагогический вестник. 2013. № 2. Т. II. С. 113–119.
2. Дмитриева М.А., Крылов А.А. Психология труда и инженерная психология. Л.: ЛГУ, 1979. 220 с.
3. Киселева Н.Л. Психолого-педагогические условия развития профессиональной успешности учителя: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08. Курск, 2002. 187 с. [Электронный ресурс] // Научная библиотека диссертаций и авторефератов disserCat. Режим доступа: <http://www.dissercat.com> (дата обращения: 02.09.2019).
4. Климов Е.А. Психология профессионала: Избранные психологические труды. М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2003. 456 с.
5. Кунаковская Л.А. Профессиональная рефлексия как фактор самосовершенствования педагога: монография. Воронеж: Воронежский Центр научно-технической информации - филиал ФГБОУ «РЭФ» Минэнерго России, 2015. 207 с.
6. Николаев А.Н. Стили педагогической деятельности тренеров как факторы ее результативности // Известия Саратовского ун-та. Серия Акмеология образования. Психология развития. 2017. № 2. С. 168-172.
7. Сагова З.А., Каптурова В.М. Профессиональная рефлексия как фактор успешности тренера в спорте // Национальный психологический журнал. 2017. № 2(26). С. 26-34.
8. Сокунова С.Ф., Крисанов С.А. Модель профессиональной компетентности тренеров преподавателей по плаванию на этапе дополнительного профессионального образования // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2011. № 3. С. 72-75.

Панов Евгений Валентинович, кандидат педагогических наук, доцент,
начальник кафедры физической подготовки,
Филиппович Владимир Александрович, кандидат педагогических наук, до-
цент кафедры физической подготовки,
Сибирский юридический институт МВД России,
Россия, 660131, Красноярск, ул. Рокоссовского, 20,
e-mail: pan_69@mail.ru

ПРЕДЛОЖЕНИЯ ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ И ПРОБЛЕМНЫЕ МОМЕНТЫ СПАРТАКИАДЫ СРЕДИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ ПО СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫМ ВИДАМ СПОРТА

Аннотация. В статье представлены мнения авторов на существующие проблемные моменты спартакиады среди образовательных организаций МВД России и высказаны предложения по ее совершенствованию. Показана значимость спортивного мастерства для обучающихся вузов МВД России и сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации.

Ключевые слова: спортивное мастерство, курсанты, образовательные организации МВД России, спартакиада, служебно-прикладные виды спорта.

Министерство внутренних дел Российской Федерации уделяет достаточно большое внимание необходимости повышения спортивного мастерства обучающихся образовательных организаций, что находит свое отражение в нормативных правовых документах [2, с. 2].

В соответствии с Единым календарным планом основных спортивных мероприятий МВД России, Регламентом проведения соревнований Спартакиады Министерства внутренних дел Российской Федерации по служебно-прикладным видам спорта среди образовательных организаций МВД России, Спартакиада проводится ежегодно в целях эффективной реализации государственной политики в области физической культуры и спорта, дальнейшего развития служебно-прикладных видов спорта и международного сотрудничества полицейских спортивных структур, повышения уровня профессиональной подготовленности личного состава и престижа службы в органах внутренних дел Российской Федерации [1, с. 1].

Сибирский юридический институт не принимал участия в Спартакиаде с 2012 по 2016 года в связи с передачей института в ведение ФСКН России, и нам показалось интересным высказать свое мнение об организации одного из важнейших спортивных мероприятий для вузов системы МВД России.

Во-первых, как нам кажется, при организации и подведении итогов Спартакиады необходимо учитывать количество обучающихся в вузах. Сборным командам институтов, в которых проходят обучение несколько сотен курсантов, очень сложно (а порой и практически невозможно) составлять достойную конкуренцию представителям университетов (с их филиалами) или академий, где учится не одна тысяча курсантов и слушателей. Из года в год мы наблюдаем борьбу в верхней части турнирной таблицы Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя и Санкт-Петербургского университета МВД России. У остальных высших учебных заведений, в особенности – институтов, практически нет шансов побороться за победу по итогам года в Спартакиаде.

Быть может, ДГСК МВД России стоит рассмотреть вопрос о создании двух подгрупп среди вузов (по аналогии с территориальными органами), исходя из количества обучающихся, что значительно повысило бы интерес к Спартакиаде, как рядовых участников, так и руководителей вузов.

Во-вторых, по нашему мнению, не все виды спорта, включенные в Спартакиаду, являются служебно-прикладными. Специалисты в области физической подготовки и спорта, представляющие на соревнованиях свои вузы, высказывают сомнение в прикладном аспекте таких чемпионатов, как соревнования по мини-футболу, плаванию, лыжным гонкам. И если в большинстве случаев специалисты все же сходятся в суждениях, что практически каждый сотрудник правоохранительных органов в идеале должен уметь плавать и преодолевать значительные расстояния на лыжах (за исключением, быть может, представителей южных регионов России), то прикладное значение футбола вызывает значительные сомнения.

Еще одним из проблемных моментов при проведении некоторых чемпионатов МВД России, на наш взгляд, является участие спортсменов, входящих в состав команд из числа постоянного состава, точнее, ограничение их участия более чем на 40%. По нашему мнению, было бы понятней, если бы в Регламенте указывалось конкретное количество человек, а не процентное соотношение, так как в некоторых случаях 40% от общего состава команды составляет 2,8 человека.

К этой же области можно отнести и проблему с сотрудниками II возрастной группы. Известны случаи, когда в соревнованиях принимают участие сотрудники старше 45 лет, что иногда влечет за собой травмы, полученные прямо во время проведения чемпионатов (например – на легкоатлетическом кроссе), а «запасных» сотрудников данной возрастной группы, к сожалению, у подавляющего большинства вузов нет.

По нашему мнению, положительным моментом Спартакиады является проведение ряда чемпионатов в Азиатской части России (легкоатлетического кросса и служебного биатлона – в Барнауле, бокса – в Красноярске и др.). Это положение дел очень удобно для целого ряда образовательных организаций МВД России, расположенных за Уралом (Восточно-Сибирского института МВД России, Омской академии МВД России, Дальневосточного юридического института МВД России, Сибирского юридического института МВД России, Барнаульского юридического института МВД России). Ранее на протяжении многих лет сборные команды этих учебных заведений тратили большое количество денежных средств, и что немаловажно, времени, чтобы добраться в такие города проведения чемпионатов, как Краснодар, Орел, Санкт-Петербург и т.д. Предполагаем, что как раз отдаленность и нехватка денежных средств является причиной того, что сборные команды Дальневосточного юридического института МВД России не принимали участия в 2018 году в пяти чемпионатах Спартакиады.

Безусловно, при проведении чемпионатов в восточной части России такие же трудности стали испытывать образовательные организации, расположенные на Западе нашей страны (например, Белгородский юридический институт МВД России, Краснодарский университет МВД России), но, согласитесь, в неудобной ситуации оказываются не одни и те же учебные заведения.

В целом, хочется подчеркнуть, что Спартакиада Министерства внутренних дел Российской Федерации по служебно-прикладным видам спорта среди образовательных организаций МВД России имеет большое прикладное и воспитательное значение для обучающихся, а также позволяет формировать спортивные сборные команды

МВД России для участия в международных соревнованиях среди полицейских подразделений зарубежных государств, что положительно влияет на имидж сотрудника органов внутренних дел Российской Федерации.

Список использованных источников

1. Об организации спортивных мероприятий МВД России в 2019 г. : приказ МВД России от 24 декабря 2018 г. № 862.
2. Регламент проведения соревнований Спартакиады Министерства внутренних дел Российской Федерации по служебно-прикладным видам спорта среди образовательных организаций МВД России в 2019 году [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://dinamo-mvd.ru/?page_id=3345 (дата обращения 08.08.2019).

УДК 796

Политов Андрей Викторович, кандидат педагогических наук, заместитель начальника научно-исследовательского центра (по физической подготовке и военно-прикладным видам спорта в ВС РФ),

Фофанов Андрей Михайлович, кандидат педагогических наук, доцент, старший научный сотрудник научно-исследовательского отдела (военно-прикладных видов спорта, физической подготовки граждан допризывного и призывного возраста)

Научно-исследовательского центра,

Военный институт физической культуры,

Россия, 194044, г. Санкт-Петербург, Большой Сампсониевский пр., 63;

Коваленко Владимир Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической подготовки,

Военно-космическая академия им. А.Ф. Можайского,

Россия, 190000, г. Санкт-Петербург, ул. Ждановская, 11,

e-mail: a_fofanov@mail.ru, bjhlfy70@mail.ru

УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЫПУСКНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МИНИСТЕРСТВА ОБОРОНЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Аннотация. Проводимое реформирование системы военного образования вызвало увеличение в Министерстве обороны Российской Федерации (далее – Минобороны России) количества общеобразовательных организаций довузовского звена. Содержание физической подготовки в этих общеобразовательных организациях в большинстве случаев заимствовано из программ обучения военно-учебных заведений Министерства обороны Российской Федерации и не предусматривает ее ориентации на основе индивидуальных особенностей обучающихся [1, 2, 3]. В статье на основании экспериментальных данных изучен уровень физической подготовленности выпускников общеобразовательных организаций Минобороны России.

Ключевые слова: физическая подготовленность, общеобразовательные организации Минобороны России, обучающиеся общеобразовательных организаций Минобороны России.

ВВЕДЕНИЕ

В соответствии с указанием Министра обороны Российской Федерации ежегодно проводятся проверки уровня физической подготовленности военнослужащих, призванных на военную службу в Вооруженные Силы Российской Федерации, и кандидатов, поступивших в военно-учебные заведения Министерства обороны Российской Федерации, а также выпускников общеобразовательных организаций Минобороны России [4].

Проверка физической подготовленности проводится по упражнениям: бег на 100 м, на 3000 м, подтягивание на перекладине, плавание на 100 м – при наличии условий. Результаты проверки уровня физической подготовленности выпускников общеобразовательных организаций Минобороны России позволяют судить об уровне их физической готовности к обучению в военных образовательных организациях высшего образования Министерства обороны Российской Федерации (далее – военно-учебными заведениями Министерства обороны Российской Федерации), а также в военно-учебных заведениях других силовых министерств и ведомств России, а также и к военной службе в Вооруженных Силах.

Основные положения

В общеобразовательных организациях (основного общего и (или) среднего общего образования) Российской Федерации итоговая оценка по дисциплине «Физическая культура» (при условии отсутствия внутренних локальных актов, в которых отражены дополнительные критерии оценки) выводится по среднему значению четырех оценок за полугодия, полученных в процессе обучения в 10-м и 11-м классах.

Обобщенные результаты проверки выпускников общеобразовательных организаций Минобороны России за 2014-2017 года приведены в таблице 1.

В 2014 году физическая подготовленность 92,8% выпускников оценивалась на «хорошо» и «отлично», 0,6% выпускников были оценены на удовлетворительно и 5,4% (35 чел.) получили неудовлетворительные оценки. Лучшие результаты показали в подтягивании на перекладине – 98% отличных и хороших оценок, в беге на 100 м – 94%, в беге на 3000 м – 98%.

В 2015 году физическая подготовленность 96,5% выпускников оценивалась на «хорошо» и «отлично», и только 1,6% (13 чел.) получили неудовлетворительные оценки. Лучшие результаты показали в подтягивании на перекладине – 97% отличных и хороших оценок, в беге на 100 м – 91%, в беге на 3000 м – 98%.

Таблица 1

Средние результаты проверки, показанные выпускниками общеобразовательных организаций Минобороны России

Год выпуска	п	Подтягивание на перекладине, кол-во раз			Бег на 100 м, с			Бег на 3000 м, мин/с		
		т	б	оценка	т	б	оценка	т	б	оценка
2014	637	14,3	3,4	5	13,4	0,8	5	12,00	1,31	5
2015	767	14,3	3,42	5	13,5	0,7	5	12,00	1,37	5
2016	1217	14,5	3,85	5	13,4	0,39	5	12,13	1,31	4
2017	1154	14,8	3,85	5	13,4	0,39	5	12,15	1,31	4

В 2016 году физическая подготовленность 86% (1042 чел.) выпускников общеобразовательных организаций Минобороны России оценивалась на «отлично» и «хорошо», 14% (162 чел.) выпускников получили оценку «удовлетворительно», неудовлетворительные оценки отсутствовали.

В 2017 году физическая подготовленность 88% (998 чел.) выпускников общеобразовательных организаций Минобороны России оценивалась на «отлично» и «хорошо», 12% (156 чел.) выпускников получили оценку «удовлетворительно», неудовлетворительные оценки отсутствовали.

В 2016 году наиболее высокий уровень физической подготовленности имеют выпускники Суворовских училищ (г. Санкт-Петербург и г. Ульяновск): более 90% отличных оценок, удовлетворительные оценки отсутствуют. В 5 учебных заведениях менее 10% удовлетворительных оценок: в Оренбургском ПКУ и Пансионе воспитанниц Минобороны России – 4%, в Северо-Кавказском СВУ – 5,5%, в Московском и Тверском СВУ – 5,6%. Больше 20% удовлетворительных оценок зафиксировано: в Санкт-Петербургском кадетском корпусе – 28% и в Аксайском казачьем кадетском корпусе – 35,8%. Неудовлетворительные оценки отсутствовали.

Средние результаты выполнения подтягивания на перекладине в 10 училищах из 17 соответствуют оценке «отлично», в 5 – оценке «хорошо» и только в Казанском Суворовском военном училище средний результат (11,8 раз) соответствовал оценке «удовлетворительно». Максимальный средний результат зафиксирован в Омском кадетском корпусе – 18,3 раза.

Средние результаты выполнения бега на 100 м во всех 17 общеобразовательных учебных заведениях соответствуют оценке «отлично». При этом лучший средний результат (13 с) зафиксирован у выпускников Ульяновского Суворовского корпуса, а худший (13,8 с) – у выпускников Санкт-Петербургского кадетского училища.

Средний результат выполнения бега на 3000 м, соответствующий оценке «отлично», не зафиксирован ни в одном общеобразовательном учебном заведении Минобороны России. В 5 учебных заведениях (СПб СВУ, Ульяновском ГСВУ, Уссурийском СВУ, Омском КК, Тверском СВУ) результат (м) соответствовал оценке «хорошо». В 11 учебных заведениях из 17 результат соответствовал оценке «удовлетворительно» и только в Кронштадтском морском кадетском корпусе средний результат превышал 13 мин, что соответствует оценке «неудовлетворительно». Лучший средний результат зафиксирован в Санкт-Петербургском Суворовском училище – 11.36.

В 2017 году наиболее высокий уровень физической подготовленности имеют выпускники Суворовских училищ (г. Санкт-Петербург и г. Ульяновск): более 90% отличных оценок, удовлетворительные оценки отсутствуют. Кроме того, в 4-х учебных заведениях менее 10% удовлетворительных оценок: в Пансионе воспитанниц Минобороны России – 3,3%; в Оренбургском ПКУ – 4,2%; в Нахимовском ВМУ – 8%; в Казанском СВУ – 9,4%. Больше 20% удовлетворительных оценок зафиксировано: в Тверском СВУ – 21,4%; в Омском кадетском военном корпусе – 21,8% и Санкт-Петербургском кадетском корпусе – 43%. Неудовлетворительные оценки отсутствовали.

Следует отметить, что средние результаты выполнения таких упражнений, как подтягивание на перекладине и бег на 100 м, выпускниками общеобразовательных организаций Минобороны России соответствуют оценке «отлично», однако результаты в беге на 3000 м аналогичны результатам выпускников высших учебных заведений 2017 г., – только оценке «хорошо». Однако при анализе результатов

выполнения данных физических упражнений выпускниками каждой образовательной организации отдельно видно, что в некоторых из них средние результаты подтягивания на перекладине и бега на 3000 м соответствуют оценкам «хорошо» и даже «удовлетворительно».

Результаты тестирования обучающихся в 2016 году по требованиям и нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» представлены на рисунке 1.

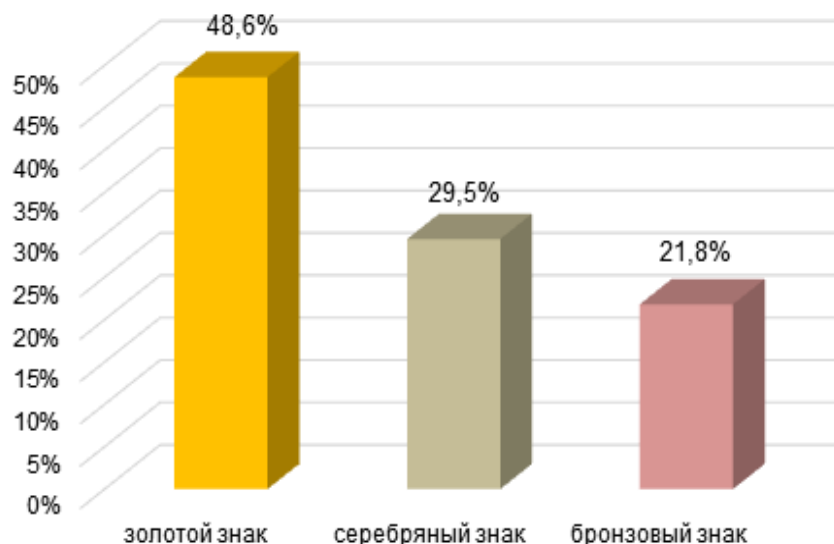


Рис. 1. Количество выпускников общеобразовательных организаций Минобороны России в 2016 г., выполнивших нормы ГТО (в %)

Из рисунка 1 следует, что 48,6% обучающихся выполнили нормы на золотой знак, 29,5% и 21,8% – на серебряный и бронзовый знаки, соответственно.

Необходимо отметить, что в 9 из 14 общеобразовательных организациях Минобороны России нормы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» выполнили 100% выпускников 2016 г. На основании показанных результатов выполнения установленных нормативов V ступени комплекса ГТО (10-е – 11-е классы или учащиеся средних профессиональных образовательных учреждений – 16–17 лет) кадеты были награждены соответствующими знаками отличия. Большое количество обучающихся (более 75%), награжденных золотым знаком, зафиксировано: в Санкт-Петербургском СВУ – 90,5%, в Омском КК – 85%, в Ульяновском ГСВУ – 76,3. В среднем количество выпускников общеобразовательных организаций МО РФ 2016 г., награжденных золотым знаком, составило 42%, серебряным знаком – 33,3%, бронзовым знаком – 14,4%. Среднее количество не выполнивших нормы ГТО составляет 28,3% (в Тверском СВУ – 48,2%; в Санкт-Петербургском КК – 47,5%; в Московском СВУ – 33,3%; в Ставропольском ПКУ – 9%; в Пансионе воспитанниц Минобороны России – 3,8%).

Результаты тестирования обучающихся в 2017 году по требованиям и нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» следующие – 46% обучающихся выполнили нормы на золотой знак; 30,3% и 12,9% – на серебряный и бронзовый знаки соответственно. Не выполнили нормативы ГТО – 10,8%.

Необходимо отметить, что в 7 из 18 общеобразовательных организациях Минобороны России нормы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» выполнили 100% выпускников 2017 г. На основании показанных результатов выполнения установленных нормативов V ступени комплекса ГТО (10-е – 11-е классы или учащиеся средних профессиональных образовательных учреждений – 16–17 лет) кадеты были награждены соответствующими знаками отличия. Лучший показатель – 100% обучающихся, награжденных золотым знаком, зафиксирован в Санкт-Петербургском СВУ и КСШ ВИФК.

Таким образом, полученные результаты свидетельствуют о достаточно высоком уровне физической подготовленности выпускников общеобразовательных организаций Минобороны России на протяжении последних лет, что характеризует высокую степень их физической готовности к поступлению в военно-учебные заведения Российской Федерации и обучению в них [1, 2, 3].

Данные положения позволяют обосновать необходимость предъявления более высоких требований к физической подготовленности обучающихся в общеобразовательных организациях Минобороны России. Для обоснования требований к физической подготовленности обучающихся в общеобразовательных организациях Минобороны России необходимо: обосновать физиолого-педагогические характеристики физических нагрузок при выполнении физических упражнений обучающихся мужского и женского пола в общеобразовательных организациях Минобороны России; осуществить мониторинг уровня физической подготовленности обучающихся общеобразовательных организаций Минобороны России на современном этапе; обосновать нормативы по физической культуре обучающихся общеобразовательных организаций Минобороны России [1, 2].

Список использованных источников

1. Кадыров Р.М., Михаил И.И. Нормативная система физической подготовки военнослужащих // Фитнес в системе образования : Материалы межд. научн. конф. СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2010. С. 135-142.
2. Миронов В.В., Пашута В.Л. Теория и методика профессионального образования: учебное пособие. СПб.: ВИФК, 2012. 234 с.
3. Обвинцев А.А., Михаил И.И., Кадыров Р.М. Модернизация нормативной системы физической подготовки // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки. № 4, 2009. С. 150-155.
4. Отчет НИР. Мониторинг физической подготовленности военнослужащих, призванных на военную службу, кандидатов, поступающих в военно-учебные заведения, выпускников военно-учебных заведений и общеобразовательных организаций, выпускников военно-учебных заведений, прибывших на новое место службы Министерства обороны Российской Федерации. СПб, ВИФК, 2017.

УДК 796.42.612.766.1; 378.661(571.53)

Попов Сергей Ефимович, старший преподаватель кафедры физического воспитания,
Володько Ольга Александровна, старший преподаватель кафедры физического
воспитания,

Иркутский государственный медицинский университет,
Россия, 664003, г. Иркутск, ул. Красного Восстания, 1,
e-mail: m.syslina@yandex.ru

ПЛАНИРОВАНИЕ ОБЪЕМА И ИНТЕНСИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК С УЧЕТОМ УМСТВЕННОЙ УЧЕБНОЙ НАГРУЗКИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА, ЗАНИМАЮЩИХ- СЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКОЙ

Аннотация. В статье рассматривается тематика построения тренировочного процесса у студенток, занимающихся легкой атлетикой в вузе, в зависимости от умственной загруженности по основным профильным предметам. Решаются задачи по рационализации распределения учебного и свободного времени с целью оптимизации тренировочного процесса.

Ключевые слова: студенты-медики, легкая атлетика, объем, интенсивность, рационализация времени, оптимизация, планирование.

Учебно-тренировочные занятия в вузе по легкой атлетике направлены на развитие, совершенствование, поддержание физических качеств и двигательных навыков. Движение заставляющее работать мышцу приводит в действие физико-химические реакции, следовательно, оттого какие мы хотим получить реакции такие и надо задавать движения.

Повседневная жизнь студентов предъявляет к их организмам очень большие требования, это значит, что должен быть высоким диапазон компенсаторных возможностей. Физические нагрузки должны быть дозированными, разнонаправленными, вариативными для того, чтобы добиться совершенствования всех физических качеств и далее поддерживать их на должном уровне, сохраняя запас прочности организма.

Методические принципы физического воспитания студентов должны быть оптимальными как в количественном, так и в качественном отношении. Физические нагрузки, их количество, зависят от функциональных возможностей систем энергообеспечения организма, а также важно учитывать реактивность организма студента, выбирая средства и формы физической культуры.

На учебно-тренировочных занятиях по легкой атлетике важно понимать следующие три положения:

1) Интенсивность и длительность тренирующих упражнений должны быть оптимальными, не нарушающими процессов анаболизма.

2) Тренировочный процесс постепенно должен быть направлен на повышение мощности и надежности функционирования сердечной, дыхательной, иммунной и других систем.

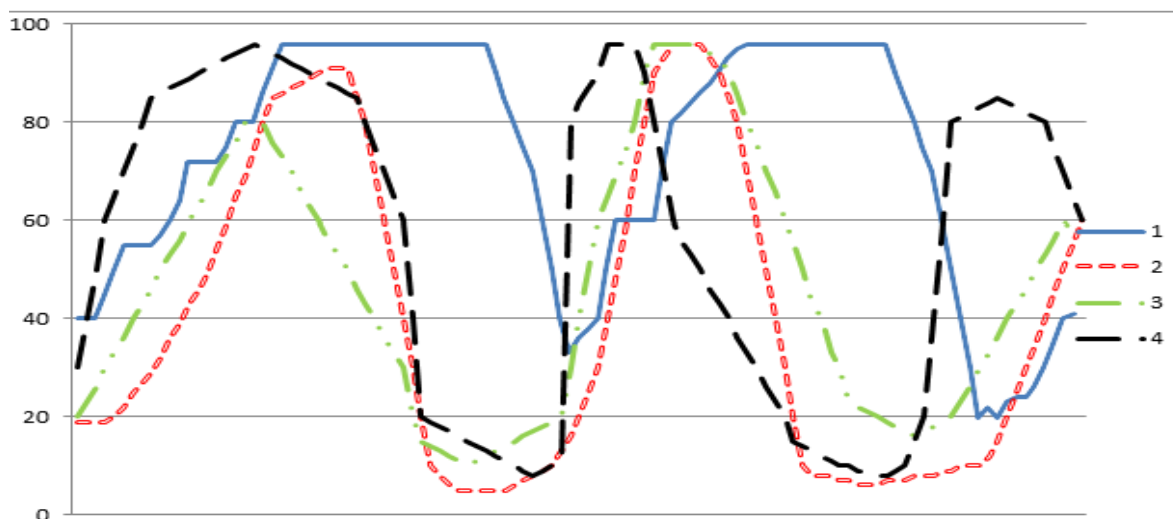
3) Тренировочный процесс должен носить стабильный характер, не имеющий срывов в функционировании физиологических систем, должна повышаться резистентность организма к неблагоприятным факторам среды.

При планировании учебно-тренировочного и воспитательного процессов со студентками-медиками, занимающимися легкой атлетикой в вузе, под непосредственным

контролем штатного тренера-преподавателя, необходимо учитывать разработку индивидуализированных программ. В то же время учебно-тренировочная программа разработана таким образом, что позволяет спортсменам маневрировать в объемах и интенсивности физических нагрузок, существенно не нарушая успеваемость в учебном процессе по профильным предметам. Вопросам сочетания умственной и физической работы следует уделять повседневное внимание. Необходимо постоянно анализировать состояние организма по субъективным и объективным данным самоконтроля. При составлении учебно-тренировочного плана, как на учебный год, так и на многолетний процесс тренер обязан учитывать волнообразность с учетом умственного напряжения по профильным предметам. Учебно-тренировочная нагрузка с каждым годом должна иметь тенденцию к повышению, таким образом, чтобы не навредить здоровью, а повысить уровень физической подготовленности, тренированности и результативности соревновательной деятельности. Необходимо соблюдать паритет между физическими возможностями, психологическими, индивидуальными особенностями воспитанников и их умственно-интеллектуальным потенциалом. Тем самым важно достигнуть оптимального состояния адаптационной энергии, не растратить ее в ходе учебно-воспитательного процесса.

На примере легкоатлетической команды студентов-медиков по ходу многолетнего тренировочного процесса была проработана определенная стилистика взаимодействия объемов и интенсивности физических нагрузок в зависимости от умственной загруженности во время учебного процесса. Ежегодно, проводя набор студентов новичков, комплектуя обновленный состав команды, тренером планируется система ведения и построения тренировочного процесса как по макроциклам, так и на многолетний период. Ставится немаловажная задача сохранить поколение спортсменов как можно на более длительный срок, чем выполнится более продуктивный процесс адаптации к тренировочной и соревновательной деятельности. В легкоатлетической команде, с учетом многолетнего опыта, тренером проводится селекционный отбор таким образом, чтобы умственные учебные нагрузки рационально распределялись между физическими нагрузками. Важно соблюдать принцип данной зависимости, как в краткосрочном цикле подготовки, так и в многолетнем периоде. В краткосрочном цикле (макроцикле) необходимо осторожно планировать режим тренировочных занятий, определяя способности и возможности студентов, справляться с умственными нагрузками по профильным предметам. Пройдя один, два и возможно три средних цикла (мезоцикла) на первом курсе обучения у тренера складывается представление какие объемы и уровень интенсивности физических нагрузок предлагать в индивидуальном порядке своим воспитанникам. Первой группе спортсменов составляется план от одной до трех тренировок в неделю, второй группе от двух до четырех и третьей группе четыре и более. После данного периода адаптации к физическим и умственным нагрузкам, комплектуется два или три состава команды. В первом составе могут тренироваться студенты-отличники или уверенно успевающие в учебе, не имеющие долгов, при этом уровень физической подготовки, даже если они посещают от одной до трех тренировок, находится в пределах первого-третьего спортивных разрядов. Второй состав команды студентов может испытывать определенные трудности в учебе по профильным предметам, но имеет хорошо мотивированный потенциал к занятиям по легкой атлетике. Они посещают занятия в основной один-три раза в неделю и в период сессии снижают тренировочный режим до минимального значения. Важно отметить, что первый состав команды, отличаясь более организованной системой подготовки и успешности по учебе, не испытывает каких-либо проблем в своей ум-

ственной деятельности. Студенты, по наблюдениям тренера, испытывают определенный дискомфорт по самоподготовке по профильным предметам, но проявляют стойкость, волевые качества, терпение выдерживать большую учебную нагрузку и при этом не сбавлять темпов тренировочной нагрузки. Передовые спортсмены (лидеры), которых в команде может быть от трех до восьми человек в период сессии объемы и интенсивность тренировочных нагрузок у них снижаются до сорока-тридцати процентов. У второго состава команды тренировочная нагрузка снижается до десяти – пяти процентов, третий состав, если он сформирован, в экзаменационную сессию не посещает занятия.



I семестр			Зачёты и экзамены		Каникулы		II семестр	Зачёты и экзамены		Каникулы	
сент.	окт.	нояб.	дек.	январ.	февр.	март	апр.	май	июнь	июль	авг.

- 1-Умственная учебная нагрузка
- 2-Интенсивность физической нагрузки
- 3-объем физической нагрузки
- 4-общая тренировочная нагрузка

В совокупности построение тренировочного плана, как на год, так и на несколько лет со студентами медиками является сложным многогранным процессом, в котором помимо вышесказанного необходимо также учитывать социальный статус, организационно-материальные возможности и уровень здоровья в целом, так как это является важным моментом в сохранении спортсмена на длительный срок занятиями легкой атлетикой. Еще один фактор, который необходимо учесть в процессе подготовки спортсменов это использование с профилактической и медикаментозной целью витаминов, натуральных продуктов питания (соки, фрукты) и качественных аминокислот поддерживающих память, а это очень важно, так как студенты медики, как никто нуждаются в этом.

Список использованных источников

1. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента. М. : Альфа-М, 2003. 417 с.

2. Физическая культура студента: учебник/ под ред. В.И. Ильинича. М. : Гардарики, 2000. 448с.
3. Чесноков Н.Н., Никитушкин В.Г. Легкая Атлетика. М. : Физическая культура, 2010. С. 164-171.
4. Физическая культура и здоровье: учебник; под ред. В.В. Пономаревой. М. : ФГОУ «ВУНМЦ Росздрава», 2006. 320 с.

УДК 796.01

Свечкарёв Виталий Геннадьевич, доктор педагогических наук, профессор,
заведующий кафедрой физического воспитания,
Майкопский государственный технологический университет,
Россия, 385000, Республика Адыгея, г. Майкоп, ул. Первомайская, 191,
e-mail: vital89286686941@mail.ru

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СПОРТ КАК МЕТОД УПРАВЛЕНИЯ ОБЩЕСТВОМ

Аннотация. В данной статье профессиональный спорт рассмотрен системно и комплексно, в результате чего показана концепция «Профессиональный спорт как метод управления», включающая цели и задачи концепции, принципы и механизмы реализации концепции, и её ресурсное обеспечение. Данная концепция показывает, каким образом, используя атрибуты спортивной деятельности, можно достигать целей на различных уровнях управления.

Ключевые слова: профессиональный спорт, управление, метод, общество.

Ориентация многих стран на все более высокие спортивные достижения для поднятия престижа этих стран требует от них все более существенных экономических затрат [5, 7, 8], которые могли бы пойти на другие цели, например, повышение качества жизни населения. В связи с этим, применяя спорт как метод управления на уровне общества, нужно понимать, относятся ли спортивные достижения к числу наиболее важных характеристик качества жизни населения.

Хлеба и зрелищ! - по такому принципу происходило управление обществом в Римской Империи. Если посмотреть на то, как живёт современное общество, то можно сделать весьма печальный вывод: за прошедшие века ничего не поменялось – обществом управляют всё так же - с помощью этих двух рычагов давления [1, 2].

О том, как с помощью применения различных химикатов и пищевых добавок общество подсаживают на вредную пищу, вызывая буквально наркотическую зависимость и вкусовые привязки у человека с раннего детства и заставляя в непомерных объёмах потреблять продукты питания, уже сказано нами [4].

Кто-то прислушался и попытался что-то изменить, кто-то отмахнулся и предпочитает делать вид, что проблемы нет. Нельзя сказать, как это сейчас модно, что «это их выбор», но насильно никого свободным не сделаешь. Да и информации о правильном и здоровом питании в свободном доступе немало. Как говорится, «имеющий уши, да услышит».

Что же касается второго аспекта управления обществом, который в известном лозунге отмечен малопонятным словом «зрелища», то тут всё намного интереснее. Слово «зрелища» можно интерпретировать по-разному. Кто-то увидит в этом слове

вред телевизора, кто-то вред интернета, кто-то задумается о том, что сегодня СМИ управляют общественным мнением. Однако всё это - лишь грани одной проблемы. И одна из таких граней - профессиональный спорт. Если глубоко поразмышлять над этим, то мы можем прийти к выводу, что современный профессиональный спорт, по большому счёту, ничем не отличается от гладиаторских схваток, которыми императоры развлекали граждан Древнего Рима.

Во всём цивилизованном мире, конечно же, проведение гладиаторских боёв в Римской Империи всячески осуждается, но современный профессиональный спорт не отличается ничем. Разве что, организаторы сего действия оказались чуть рациональнее и расчётливее своих предшественников и поняли, что, если рабы в Колизее дерутся насмерть, то это банально невыгодно. Слишком часто приходится покупать новых, а достойных воинов среди рабов не так много. Поэтому своевременный спорт представлен постоянным иллюзорным соперничеством в той или иной дисциплине. Это могут быть как боевые искусства, так и, на первый взгляд, совершенно мирные виды спорта. Но суть у всех видов спорта одна.

Итак, для чего же в современном обществе насаждается увлечение спортивными соревнованиями? С помощью постоянного подогрева к иллюзорному соперничеству на соревнованиях сильные мира сего управляют нашим обществом. Абсурдно, на первый взгляд, звучит, но это на самом деле так. Согласитесь, в современном мире далеко не всё идеально, есть много проблем – начиная от социальных и заканчивая экологическими. И, как бы там ни было, эти проблемы доставляют большинству людей беспокойство. И рано или поздно такое беспокойство может обернуться очередной революцией, что мы и можем периодически слышать в новостях.

Есть точка зрения, спортивные соревнования - это метод отвлечения внимания людей. Большинство людей склонны к постоянной борьбе с условным «злом» – это наша глубинная природа – противостоять злу и несправедливости. И чтобы люди не искали врага там, где он на самом деле находится, людям позволяют сливать своё эмоциональное напряжение с помощью иллюзорного противостояния. Одним из наиболее эффективных методов для этого является футбол.

Вспомните, когда планируется очередной чемпионат мира или ещё какое-нибудь футбольное соревнование, весь новостной фон мгновенно «окрашивается» во всякого рода футбольные страсти. Постоянно подогревается накал эмоций, выдаются какие-то сенсации, трансляция матчей происходит чуть ли не в каждой пивнушке. Для чего это нужно? Неужели футбольные магнаты так переживают за то, чтобы так называемые «болельщики», не дай Бог, не заскучали? Как бы не так.

Сам смысл очередной футбольной схватки только в том, чтобы притянуть к этому событию максимальное количество внимания со стороны общественности. Нужно, чтобы в каждом доме был включённый с матчем телевизор и вся семья искренне переживала за то, какая команда победит [3]. И в этот момент такую семью не будут волновать ни проблемы экологии, ни низкая зарплата, ни социальная незащищённость, ни повышение пенсионного возраста, ни высокие коммунальные тарифы, ни повышение цен, ни низкое качество продуктов, которыми они питаются. Главное - чтобы вовремя включить телевизор. А что же в это время происходит за кулисами сего действия? Вот здесь-то самое любопытное.

Пока миллионы болельщиков сходят с ума на стадионах, в барах и дома за телевизором, на шахматной доске мировой политики двигаются крупные фигуры.

Вот несколько простых примеров:

1930 год. Во время Чемпионата Мира (ЧМ) произошли массовые волнения в Ин-

дии и Африке, а также были подписаны договора о военном сотрудничестве между многими странами.

1944 год. Во время ЧМ в Италии между Австрией, Венгрией и Италией подписаны Римские протоколы. В соответствии с ними, Австрия и Венгрия обязаны согласовывать свою политику с правительством Италии.

1938 год. Во время ЧМ во Франции подписано Мюнхенское соглашение.

1958 год. Во время проведения ЧМ в Швеции было распущено правительство страны в ходе решения вопросов пенсионной реформы.

2018 год. Незадолго до ЧМ в России произошла встреча глав США и КНДР, которые подписали судьбоносное соглашение о разоружении КНДР.

Это лишь несколько примеров. Что называется, «навскидку». А если глубоко проанализировать даты проведения Чемпионатов Мира, то можно заметить, что практически всегда «под шумок» футбольного безумия проводились какие-либо непопулярные реформы и соглашения между странами, которые в иной ситуации могли бы вызвать народные волнения. Но, благодаря тому, что львиная доля граждан в это время была приклеена к телевизору и в припадке безумия плясала на футбольных трибунах, всё обошлось без лишнего внимания со стороны народа. Совпадение? Вполне возможно. Но не слишком ли много совпадений?

Также стоит обратить внимание на то, какие невообразимые гонорары получают футболисты. Не задумывались, откуда берутся такие средства? Продажа билетов на матч вовсе не окупает организацию даже самого матча, не говоря уже о выплате многомиллионных гонораров футболистам. Кто же тот добрый волшебник, который из своего кармана вот так, «за здорово живёшь», оплачивает развлечения народа? Может быть тот, кто это оплачивает, заинтересован в том, чтобы люди на время становились «безумными» и, подобно маленьким детям, всё свое внимание сосредотачивали на катающемся по футбольному полю мячике?

Знаете, есть такое мнение в вопросе воспитания подростков, что во время подросткового периода лучше отправить ребёнка в какую-нибудь спортивную секцию [6]. Знаете зачем? Потому что в этом возрасте формируется психика, и человек чрезвычайно эмоционально неустойчив. И чтобы перенаправить агрессию в нужное русло, рекомендуется, чтобы ребёнок выплёскивал эмоции и энергию где-нибудь в ринге, на татами, на турнике или пиная мячик во дворе. То же самое сейчас делают и с нашим обществом. Чтобы перенаправить агрессию, которая возникает вследствие неудовлетворительных условий жизни и неблагоприятных явлений в мире, внимание людей просто концентрируется на каком-нибудь спортивном событии. Так уж повелось, что футбол в этом плане эффективнее всего. И если в плане воспитания ребёнка такое вот «спортивное» перенаправление агрессии оправдано как определённый этап развития, то в случае со всем обществом в целом – это подлая манипуляция сознанием людей.

И если в перерыве между матчами в новостях скажут, что вдруг, «внезапно» повысили пенсионный возраст или ввели новые налоги, «болельщик», ожидающий трансляции следующего матча, этой информации даже не заметит. Потому что, скорее всего, во время блока новостей он побежит в ближайший магазин за дополнительной порцией пива перед следующей трансляцией. Кстати, ещё одна причина популяризации футбола - пивные полки в магазинах во время Чемпионатов Мира опустошаются просто «на ура». И это ещё одна навязанная традиция - что смотреть футбол, можно только в состоянии алкогольного опьянения. Наверное, потому, что на трезвую голову всерьёз воспринимать такую глупость просто невозможно. А может

быть просто потому, что это приносит хорошую прибыль пивным корпорациям.

Версия об управлении обществом путём популяризации футбола – это, разумеется, всего лишь версия. Возможно, ошибочная. И футбол – это просто развлечение, правда, почему-то так активно навязываемое в обществе и так щедро финансируемое заинтересованными людьми. В любом вопросе следует проявлять здравомыслие и любое явление рассматривать с позиции «кому выгодно?». Вот и задумайтесь - а кому выгодно? «Болельщикам»? Болельщикам выгодно спускать всю зарплату на пиво и билеты и тратить свою психическую энергию на эмоциональный всплеск по такому незначительному поводу, как победа одной команды над другой? Или, может быть, это выгодно кому-то другому?

Список использованных источников

1. Ашхамахов К.И. Культура и язык как основа существования общества / К.И. Ашхамахов, В.Г. Свечкарёв, Р.С. Козлов // Устойчивое развитие: проблемы, концепции, модели : Материалы Всероссийской конференции с международным участием, посвященной 75-летию П.М. Иванова. 2017. С. 195-197.
2. Ашхамахов К.И. Физическая культура, спорт и здоровый образ жизни как основа определения их реального содержания / К.И. Ашхамахов, В.Г. Свечкарёв, Р.С. Козлов, Т.А. Иващенко // Научные Известия. 2017. № 9. С. 74-79.
3. Ломакина Е.Д. Результаты исследования образа жизни студентов начальных курсов некоторых вузов города Майкопа / Е.Д. Ломакина, В.Г. Свечкарёв // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. 2002. № 8. С. 86-91.
4. Свечкарёв В.Г., Здоровый образ жизни / В.Г. Свечкарёв, Т.А. Иващенко, Е.С. Двойникова. Майкоп, 2018.
5. Свечкарёв В.Г. Построение автоматизированных систем управления / В.Г. Свечкарёв, Ж.Н. Шхалахова, О.А. Гусейнзаде, Е.С. Двойникова, С.О. Парфенова // Новые технологии. 2007. № 4. С. 54-56.
6. Свечкарёв В.Г. Применение виртуальной реальности для совершенствования системы физического воспитания / В.Г. Свечкарёв, Т.А. Иващенко, Л.К. Белоус, Т.В. Манченко // Вестник Майкопского государственного технологического университета. 2018. № 4. С. 117-125.
7. Свечкарёв В.Г. Системы автоматизированного управления в практике физической культуры / В.Г. Свечкарёв, Р.Г. Хуснутдинова // Вестник Казанского технологического университета. 2013. Т. 16. № 13. С. 284-286.
8. Свечкарёв В.Г. Спорт в мире монополистического капитализма / В.Г. Свечкарёв // Актуальные вопросы физического воспитания молодежи и студенческого спорта : Сборник трудов Всероссийской научно-практической конференции; ответственный редактор С.С. Павленкович. 2019. С. 488-492.

Свешникова Виктория Олеговна, адъюнкт факультета подготовки научно-педагогических и научных кадров,
Нестеров Андрей Юрьевич, заместитель начальника кафедры огневой подготовки учебно-научного комплекса специальной подготовки,
Московский университет МВД России имени В.Я. Кикотя,
Россия, 117197, г. Москва, ул. Академика Волгина, 12,
e-mail: miss-vika-94@bk.ru

АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ МИКРОЦИКЛОВ НА ОРГАНИЗМ СПОРТСМЕНОВ В ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ В ЗИМНЕМ СЛУЖЕБНОМ ДВОЕБОРЬЕ

Аннотация. Микроциклы составляют основу планирования тренировочного процесса, именно после определения его направленности и продолжительности разрабатываются программы отдельных тренировочных занятий. В практике спорта применяют обычно семидневные микроциклы, но возможны микроциклы с полным или разделенным днем отдыха.

Ключевые слова: микроцикл, мезоцикл, зимнее служебное двоеборье, стрелковая подготовка, боевое ручное стрелковое оружие, соревновательный режим.

Кроме общепринятых в теории спортивной тренировки вводных, ударных, подводящих, соревновательных и восстановительных микроциклов, в практике зимнего служебного двоеборья выделяют еще поддерживающий и другие виды. Вводный микроцикл применяют у двоеборцев в начале этапов подготовки: общеподготовительном (май – июнь); специально-подготовительном летнем (август – октябрь) и зимнем, в период предсоревновательной подготовки (ноябрь – декабрь) [1, с. 287].

Кроме того, вводные микроциклы могут использоваться при вводе в тренировочный процесс средств тренировки, которые ранее не применялись.

Так, включение в спортивные программы тренировок на трассах с различным рельефом требует проведения нескольких занятий для восстановления структуры движений, а также функциональных систем, обеспечивающих выполнение этих нагрузок. Вводный микроцикл у двоеборцев содержит не только нагрузки, связанные с проявлением физических качеств, но и упражнения, предусматривающие концентрацию внимания (стрелковая подготовка) и переключение ее от одного вида деятельности на другой (физическая нагрузка, стрельба и наоборот), то есть их сочетание.

Основной задачей при построении микроцикла в начале подготовительного периода данной направленности является постепенное «втягивание» функций и систем в тренировочный ритм (5-6 тренировок за одну неделю), выполнение суммарных по тренировкам нагрузок на уровне средних и значительных величин.

Продолжительность микроцикла для двоеборцев обычно составляет 10-14 дней, а иногда он может переходить во вводный мезоцикл с постепенным увеличением нагрузки. Такая структура продленного цикла может использоваться для двоеборцев после травм или перетренированности не только после предсоревновательного, но и во всех периодах годичного цикла с целью адаптации спортсменов к физическим нагрузкам.

Другие разновидности вводных микроциклов обычно имеют схожую между собой схему распределения нагрузок, предусматривающую включение по две значительных (2-й и 4-й дни) и одну большую нагрузку (6-й день).

Отличительной их особенностью является то, что большие нагрузки с использованием средств тренировки соответствуют направленности предстоящего этапа подготовки. По истечении этого микроцикла организм спортсмена должен быть готов к выполнению закрепляющих нагрузок, соответствующих дальнейшей направленности тренировочного процесса.

Ударные микроциклы характеризуются большим суммарным объемом и высокими нагрузками в тех средствах тренировки, использование которых позволяет выполнить основные его задачи.

На предсоревновательном этапе в ударном микроцикле нагрузок аэробной направленности для двоеборцев могут быть 2-3 тренировки на уровне больших нагрузок.

В ударных микроциклах предсоревновательного этапа (рис. 1) количество таких нагрузок у двоеборцев повышается до четырех, и они осуществляются за счет специальных средств подготовки двоеборцев – тренировок на трассах с различным рельефом, причем в смешанном анаэробно-аэробном режиме их выполнения.

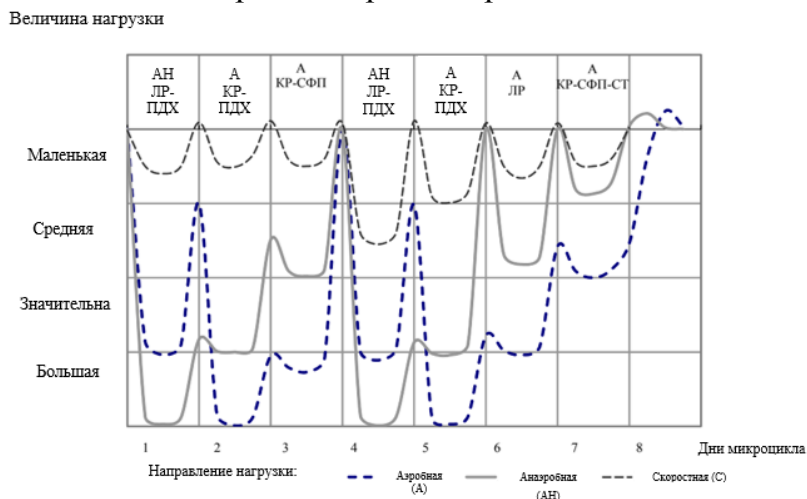


Рис. 1. Структура ударного микроцикла у двоеборцев на этапе предсоревновательного периода

Средства тренировки: ЛР – передвижение на трассах с различным рельефом, КТ – комплексная тренировка, ПДХо – передвижение на лыжах свободным стилем, КР – кросс, СФП – специальная физическая подготовка, СТ – стрелковая подготовка

Ударные микроциклы в соревновательном периоде включают в себя 3-4 больших нагрузки, из которых более половины – в виде комплексных тренировок (стрельба в тире и передвижение на лыжах), то есть основные средства подготовки в соревновательном режиме [2, с. 94]. Кроме того, одна – две тренировки с большими нагрузками должны быть аэробного характера и позволять развивать выносливость в этом режиме работы.

Общим условием эффективности использования ударных микроциклов является то, что после их применения увеличивается работоспособность систем, обеспечивающих специальную выносливость двоеборцев, а после отдыха появляется фаза суперкомпенсации. Именно использование ударных микроциклов позволяет повышать

спортивную работоспособность и качество соревновательной стрельбы в зимнем служебном двоеборье.

Восстановительные микроциклы используются в основном двух типов: после развивающих (базовых) и соревновательных нагрузок. В первом случае утомление связано с большим объемом выполненной нагрузки в режиме, который позволяет развивать различные виды выносливости, и восстановление происходит после серии ударных и поддерживающих микроциклов (обычно 3-4), которые глубоко влияют на все функции и системы организма, обеспечивающих эту деятельность.

Поэтому восстановительный процесс имеет более продолжительный промежуток времени, связанный, прежде всего, с индивидуальными возможностями каждого спортсмена воспринимать физические нагрузки.

Соревновательные нагрузки однонаправленно влияют на функции, обеспечивающие спортивный результат в зимнем служебном двоеборье. В связи с этим, процесс восстановления связан с выведением продуктов распада из мышечных волокон и возвращением в исходное положение субстратов энергетического обеспечения мышечной и сердечной деятельности [3, с. 450].

Большое значение, также, имеет и восстановление нервной деятельности, связанной с соревновательным напряжением. Но несмотря на индивидуальность процесса, восстановление происходит быстро, особенно восстановление работоспособности скоростного и анаэробного характера, и обычно за 4 дня имеет исходные показатели. Также в мезоциклах соревновательного периода серии стартов у двоеборцев происходят 2-3 раза в месяц, поэтому в перерывах между ними необходимо провести восстановление и подготовку к следующим соревнованиям. В то же время отсутствие развивающих тренировочных нагрузок после восстановления способствует угасанию тренированности. Поэтому восстановительные микроциклы в этот период имеют сокращенный вариант, после чего используются значительные специфические для зимнего служебного двоеборья нагрузки, позволяющие поддерживать соревновательное напряжение систем организма.

Построение подводящего микроцикла осуществляется сугубо индивидуально и зависит от тренированности спортсмена в данный момент, индивидуальных особенностей функций и систем организма, мотивации, условий подготовки и др.

Соревновательные микроциклы строятся в соответствии с программой соревнований как в стрельбе из боевого ручного стрелкового оружия, так и в лыжных гонках. Особое значение в этих микроциклах имеет режим работы и отдыха в дни между стартами. В этом случае учитываются как факторы, приведенные в подводящем микроцикле, так и средства, способствующие восстановлению физических и психических возможностей, а также подготовку к каждому виду программы.

Таким образом, построение малых тренировочных циклов – сложный процесс, требующий комплексного подхода к системе управления, и базируется на:

- 1) контроле за реакцией организма двоеборцев на нагрузку как в отдельном тренировочном занятии (оперативный), так и после одного или серии занятий (текущий);
- 2) учета динамики восстановления после различных по объему и направленности тренировочных нагрузок;
- 3) определении индивидуальной реакции организма каждого двоеборца на отдельную тренировочную нагрузку;
- 4) возможности использования медицинских, физиотерапевтических и других средств восстановления работоспособности после тренировочных занятий и соревнований;

5) рациональном соотношении специфических видов подготовки (гоночная, стрелковая, комплексная) и направленности тренировочных нагрузок (скоростная, анаэробная, аэробная).

Список использованных источников

1. Ашмарин Б.А., Виноградов Ю.А. Теория и методики физического воспитания: Учеб. для ТЗЗ студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов по спец. 03.03 «Физ. культура. М.: Просвещение, 1990. 287 с.
2. Руденик В.В. Основы спортивной тренировки: Тексты лекций. Гродно: ГрГУ, 2000. 94 с.
3. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб.заведений; 2-е изд., исир.идоп. М.: Издательский центр «Академия», 2003. 450 с.

УДК 796.015.28

Шкондина Ирина Евгеньевна, старший преподаватель кафедры
физического воспитания,
Ташкентский институт инженеров железнодорожного транспорта,
Республика Узбекистан, 100167, г. Ташкент, ул. Адылходжаева, 1,
e-mail: shkondinairina1961@gmail.com

ВЗАИМОСВЯЗЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ, ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ К ВЫПОЛНЕНИЮ УЧЕБНЫХ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА «АЛПОМЫШ И БАРЧИНОЙ»

Аннотация. В статье рассмотрены вопросы состояния физического развития и физической подготовленности студентов Ташкентского института инженеров железнодорожного транспорта в течение всего периода обучения и в процессе подготовки к выполнению учебных нормативов комплекса «Алпомыш и Барчиной»⁴.

Ключевые слова: физическая подготовленность, физическое развитие, физическая работоспособность, моделирование процесса обучения, программированное обучение, оптимизация учебно-тренировочного процесса.

В высших учебных заведениях Узбекистана программа комплекса «Алпомыш и Барчиной» является основой физического воспитания студентов и ставит своей целью способствовать формированию гармонического развития, укрепления здоровья, повышения работоспособности.

Выполнение нормативных требований всех видов программных упражнений возможно только при хорошей физической подготовленности и физическом развитии занимающихся. Практика работы в Вузе показывает, что развитие основных физических качеств возможно достичь при условии, если академические занятия правильно спланированы и носят выраженный тренировочный характер.

⁴ Система тестовых упражнений "Алпомыш и Барчиной", определяет уровень общей физической подготовки граждан (Постановление Кабинета Министров РУз от 29.01.2019 г. N 65)

Построение учебного процесса с учетом дозированных физических нагрузок направленного воздействия на организм занимающихся позволит повысить уровень оптимальной работоспособности, что в свою очередь обеспечит более эффективную техническую и функциональную подготовку к овладению нормами комплекса «Алпомыш и Барчиной».

Система работы по комплексу «Алпомыш и Барчиной», решая оздоровительные, спортивные и образовательные задачи, призвана содействовать:

- внедрению физической культуры в повседневную жизнь;
- вовлечению в регулярные занятия физической культурой;
- массовому развитию спорта.

Специфика каждого ВУЗа, с учетом материальных условий, контингента занимающихся и климатических условий, требует конкретных рекомендаций по структуре занятия, его содержанию в течение всего периода обучения студентов. В данной статье предложены методические рекомендации по организации занятий тренировочного характера в процессе подготовки для сдачи нормативов «Алпомыш и Барчиной».

Если учесть требование по физическому воспитанию для высших учебных заведений, которое предусматривает обеспечение уровня профессиональной готовности будущих специалистов, включающий физическую подготовленность, тренированность, работоспособность на основе комплекса «Алпомыш и Барчиной», станет очевидным, что уровень физического развития, физической подготовленности поступающих в институт студентов находится на низком уровне.

Организация учебного процесса, в столь сложных условиях может принести определенные успехи лишь при научной организации занятий по физическому воспитанию с направленным воздействием на развитие основных физических качеств.

По результатам исследования двигательной активности, функционального состояния и физической работоспособности студентов ТашИИТа в 2015-2019гг., в процессе подготовки и выполнения учебных нормативов по легкой атлетике комплекса «Алпомыш и Барчиной» даны методические рекомендации.

Организация и проведение практических занятий занимают 18 пар, которые условно можно разделить на три этапа.

Первый этап (4-5 занятий) – общефизическая подготовка предусматривающая укрепление нервно-мышечного, опорно-двигательного, мышечно-связочного аппарата, сердечно - сосудистой и дыхательной системы.

Время подготовительной части занятия занимает 40 – 45% количество общеразвивающих упражнений (ОРУ) выполняемых в движении и на месте должны достигать более 30 упражнений.

Упражнения на гибкость, растягивание, координацию решают задачу не только разогрева организма, но и служат средством общефизической подготовки.

Упражнения должны включать наклоны, повороты, вращения, махи, сгибания и разгибания конечностей, прыжки.

Наличие большого количества упражнений при оптимальном числе повторений создает необходимые условия для разносторонней общефизической подготовки, а небольшая по интенсивности нагрузка способствует хорошей адаптации организма занимающихся к режиму работы.

На данном этапе уделяется большое внимание профилактике травм, которые обычно возникают тогда, когда недостаточно проведена подготовка организма к работе.

Специальные легкоатлетические упражнения в процессе разучивания используются в качестве специальной разминки в подготовительной части занятия, а по мере их освоения используются и в основной части занятия как средство для становления и совершенствования техники, развития быстроты движений, скоростно–силовых качеств, прыгучести.

В основной части занятия (35-40 мин) значительное место уделяется развитию скорости и силы основных мышечных групп, общей и специальной выносливости, обеспечивающих оптимальную работоспособность в беге, прыжках.

В заключительной части занятия рекомендуются упражнения обеспечивающие постепенный переход от нагрузки к активному восстановлению – медленный бег, ходьба, дыхательные упражнения, расслабление.

Направленность второго этапа – создать оптимальный функциональный уровень, связанный со специальной выносливостью в беге, в связи с подготовкой студентов к сдаче зачетного норматива на 3 км юноши и 2 км девушки.

При этом рекомендуется применять средства используемые в тренировке бегунов на средние дистанции.

Следует развивать силовые качества применительно к прыжкам.

На данном этапе уменьшается количество упражнений в подготовительной части занятия и увеличивается количество упражнений избирательного воздействия, т.е. специальных легкоатлетических упражнений и собственно упражнений избранного на занятии вида бега, в меньшей степени прыжков.

Продолжительность второго этапа 3-4 недели. Особое значение придается укреплению мышц и связок ног посредством таких упражнений, как бег прыжками, прыжки с одной ноги на другую с места, прыжки на двух ногах, прыжки через барьеры.

Необходимо постоянно заботиться о развитии гибкости: размахивания свободной ногой стоя у опоры, упражнения в шпагате.

Использовать для развития скоростной и специальной выносливости переменного метода на коротких отрезках дистанции – сериями. Важное место в физическом воспитании студента занимает проведение соревнований по многоборью комплекса «Алпомыш и Барчиной».

Направленность третьего этапа – достижение наибольших функциональных возможностей, закрепление двигательных навыков в технике, совершенствование основных физических качеств – этап контрольных прикидок и соревнований, определяющих подготовленность студентов.

Частными задачами третьего этапа являются:

- совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции, стартового разбега и бега по дистанции, финиширование, техника прыжков в длину, подготовка разбега и отталкивания, создание высокой траектории полёта;

- улучшение скоростно – силовых качеств применительно к бегу, прыжкам. Развитие силы мышц разгибателей бедра, разгибателей спины, мышц плечевого пояса, поясничных мышц, мышц поднимающих бедро, разгибателей и сгибателей предплечья, сгибателей кисти;

- развитие специальной выносливости в беге и прыжках.

Продолжительность третьего этапа 9-10 недель.

Существующие многообразие форм организации учебного процесса, разнообразие в подходах используемых в ВУЗах и отсутствие научно-обоснованного чередования в последовательности прохождения учебного материала не позволяют в условиях

ВУЗа достичь высоких показателей в вопросах теории, методики и практики физического воспитания.

Разработанная форма учебного процесса в ТашИИТе при организации учебных занятий по избранному виду спортивной специализации на протяжении всего периода обучения с использованием дополнительных комплексов физических упражнений направленного воздействия позволяют при проведении занятий улучшить те или иные физические качества, повысить техническую подготовку по виду специализации, что позволяет более эффективно использовать средства физической культуры, на основе программного материала, для физического совершенствования студентов и повышения функциональных возможностей организма, что является основой высокой работоспособности человека.

Список использованных источников

1. Постановление кабинета министров республики Узбекистан «Об утверждении концепции развития физической культуры и массового спорта в республике Узбекистан на период 2019-2023 годов» ПК № 118 от 13.02.2019.

2. Садыкова С.В., Кузьмин А.А. Роль и значение ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и спортом у школьников // Современные проблемы науки и образования. 2017. № 6.

УДК 796

Шохирев Вадим Владимирович, кандидат педагогических наук, доцент,
заведующий кафедрой физического воспитания,
Иркутский государственный медицинский университет,
Россия, 664003, г. Иркутск, ул. Красного Восстания, 1;

Фомин Владимир Александрович, кандидат педагогических наук, доцент,
член Совета ветеранов спорта Республики Бурятия
e-mail: vadim_shohirev@mail.ru

И.Н. ЖУКОВ – ОСНОВАТЕЛЬ СКАУТСКОГО ДВИЖЕНИЯ В ВОСТОЧНОЙ СИБИРИ

Аннотация. В статье проанализирована деятельность одного из основателей российского скаутского движения, известного общественного деятеля Забайкалья И.Н. Жукова. Освещены методы и принципы работы со скаутами начала XX века, показана приемственность скаутского и пионерского движения в стране, выявлены причины распада скаутских организаций.

Ключевые слова: скаут, разведчик, пионер, лагерь, комсомол, игра, состязание, отряд, дружина.

Огромная роль в деле воспитания, образования и культуры подрастающего поколения в дореволюционной и послереволюционной России и Забайкалья принадлежит И.Н. Жукову. Он являлся яркой многогранной личностью: наследие И.Н. Жукова требует специальных исследований. В Восточной Сибири нет обобщающих работ о его педагогической деятельности. В советское время в Иркутске была выпущена единственная брошюра «Скульптор Иннокентий Жуков». Она дала определенный

толчок к дальнейшим поискам материалов о жизненном пути И.Н. Жукова. Автор данного труда Горбунова Л.В. в заключении пишет: «Педагогическое наследство И.Н. Жукова, его практическая деятельность в создании и укреплении детской организации ждет своих исследователей. Также большое количество статей, опубликованных в различных газетах, журналах, сборниках, документах и воспоминаниях о нем, его обширное рукописное наследие - все это еще не собрано воедино, не изучено в полной мере и представляет непреходящий интерес не только для педагогов-специалистов [1].

В настоящее время интерес к его общественно-педагогической деятельности неизмеримо возрос. Особенно актуальными являются его педагогические опыты и изыскания в области детского движения и роли длительных игр в воспитании. Известно, что современная школа испытывает трудности в воспитательной работе с учащимися, вызванные перестроечными процессами в обществе и ликвидацией пионерской и комсомольской организаций. Сейчас есть попытки вернуться к пионерскому движению, но не нужно забывать, что оно произошло от скаутского движения, где меньше идеологии, а больше комплексного воспитания и образования. Основатель скаутского движения английский отставной офицер Роберт Баден-Пауэлл говорил, что скаут это и есть охотник, первопроходец, зачинатель, разведчик, т.е. пионер[4].

Опираясь на архивные и литературные источники, мы можем констатировать, что Иннокентий Николаевич Жуков стоял у истоков скаутского и пионерского движений. Его заслуженно называли «старший друг скаутов», «старший пионер РСФСР». Разработка и подготовка им длительной игры «Экспедиционный корпус» также заслуживает внимание воспитательных организаций. Поэтому мы делаем попытку обобщить педагогический опыт И.Н.Жукова, уделив особое внимание его деятельности в Забайкалье.

Обучаясь в Петербургском университете (1895-1902), затем работая учителем географии в разных учебных заведениях Санкт-Петербурга И.Н. Жуков впитывал в себя все новое, передовое, включая и революционные идеи (несколько раз он арестовывался). Новыми в то время в области физического воспитания были идеи П.Ф. Лесгафта – основоположника научно-обоснованной системы физического образования и система внешкольного воспитания – скаутизм. Как творчески работающий педагог он не мог пройти мимо нововведений. В его статье «Спорт и его место в педагогике» чувствуется влияние взглядов П.Ф. Лесгафта, который отрицательно относился к чисто спортивной деятельности. Поэтому И.Н. Жуков предпочтение отдавал «здоровым групповым соревнованиям». В своей статье «К методике экскурсий» он писал: «что касается дурных последствий соревнования, то на то мы педагоги, чтобы парализовать результаты нездорового соревнования, так как это имеет место в деле физического воспитания, спорте» [3].

В отношении соревнований И.Н. Жуков пошел дальше П.Ф. Лесгафта, не отрицая полностью соревнования и подчеркивая ведущую методическую роль педагога. Как и П.Ф. Лесгафт, И.Н. Жуков положительно относился к народным играм. Им были описаны 34 игры, сюжет большинства которых взят из самобытной жизни народа [6].

Перед первой мировой войной во многих городах России распространяется скаутское движение. Одним из самых активных его пропагандистов становится И.Н. Жуков. С 1914 г. он выполняет обязанности секретаря общества «Русский скаут», проводит большую практическую и методическую работу. В 1916 г. свои наработки и наблюдения И.Н. Жуков обобщает в труде «Русский скаутизм».

После февральской революции И.Н. Жуков вместе с семьей переезжает в Читу, где когда-то с 1885 по 1895 год учился в читинской мужской гимназии, редактировал классный рукописный журнал «Секрет», писал стихи, лепил, рисовал [1].

На малой Родине полностью раскрылись педагогические и организационные способности И.Н. Жукова. Занятия в школе по географии проводил в виде игр-путешествий по России и другим странам, летом устраивал походы на природу и подобие пионерских загородных лагерей. В Чите он придумал новый оригинальный способ увлечь детей изучением своего края и других регионов, поисковой работой, походами, путешествиями и все это в форме игры-соревнования различных отрядов (ботаников, геологов, охотников и т.д.), получившей название «экспедиционный корпус».

За короткое время он посетил почти все учебные заведения Читы, где разъяснял суть своего изобретения. Более 700 ребят от 10 до 14 лет пожелали участвовать в этой длительной игре [7]. Весной 1918 г. начались подготовительные вылазки за город, но гражданская война не дала продолжить этот педагогический эксперимент. Нужно отметить, что это был первый опыт в стране массового вовлечения детей в длительную игру, новая форма воспитательной работы с детьми, что было необходимо для формирования советской педагогической системы.

Для нас важно, что в основе длительной игры стояли походы, путешествия с преодолением гор, рек и других препятствий. Все это давало хорошую физическую подготовку и определенные туристские навыки. В экспедиционный корпус не принимались хулиганы и курильщики. Многие, кто злоупотреблял, оставили эти привычки навсегда. Как отмечали современники, дисциплина в школах в то время в Чите намного улучшилась [5].

Уже первые годы читинской педагогической эпопеи получились плодотворными и высоко оценивались коллегами и руководством. Заведующий школьным отделом и гласный Думы читинского уездного земства А.М. Толстихин писал: «... С появлением Иннокентия Николаевича в Чите начинается новый период местной школы как средней, так и низшей...» Его большой навык, опытность, любовь к делу и многое другое говорят о нем как о незаменимом человеке и педагоге».

О том, как функционировало скаутское движение в годы правления белых в Чите, почти нет документов и сведений. Известно, что в это тяжелое время некоторые родственники И.Н. Жукова поддерживали советскую власть. Его старший сын Георгий бежал из белой армии к партизанам. В доме у Жуковых укрывались учителя-большевики. Возможно И.Н. Жуков соблюдал нейтралитет, провозглашенный скаутами. Однако судьба скаутского движения его по-прежнему волновала. В письме к К.А. Перцеву, временному заместителю старшего скаута России О.И. Пантюхова, он указывал: «Русская организация должна занять независимое и обособленное положение в государстве, соприкасаясь по характеру своей деятельности ближе всего со школой. Старшему скауту надлежит с особенной осторожностью и мудростью руководить работой скаутов в настоящий острый политический момент в жизни страны, чтобы не скомпрометировать скаутское движение». В сложной обстановке военного времени И.Н. Жуков не бездействовал, он находил способы для занятий с молодежью. В государственном архиве Читинской области хранятся документы И.Н. Жукова к властям атамана Семенова о разрешении различных мероприятий со школьниками. Так в мае 1919 г. он просит провести акцию по сбору книг силами читинской дружины скаутов и ученического кооператива «Первый шаг». В следующий месяц он направляет прошение о проведение собрания организаторов спортивных состязаний

школьников и выставки «Творчество молодежи», указывая конкретно, что «цель собрания – разработать детально программу состязаний». Следующая просьба И.Н. Жукова уже о проведении соревнований на Атамановской площади и собрания учителей и родителей «для выработки правил состязаний и общего распорядка в дни этих состязаний». Частые обращения гиперактивного педагога, видимо, не понравились полковнику Каменнову и он выразил свое неудовольствие.

В 1920 г. такие прошения И.Н. Жукова и читинских учителей в архиве не встречались. Видимо, военный режим ужесточил требования и надзор за массовыми мероприятиями. По данным В.Г. Семонова (2004), весной 1920 г. И.Н. Жуков организовал молодежные легкоатлетические соревнования. Летом того же года он провел первенство г. Читы по футболу с участием 7 команд. Команды «Гимназист», «Кооперативная», «Спорт» представляли городскую молодежь, «Стрела» и «Дальневокзальцы» состояли из игроков железнодорожного поселка Дальний вокзал (ныне Железнодорожная станция Чита-1), «Юнкера» – команда юнкерского училища, которую создал атаман Семенов и «Самарцы», выступившие за войсковую часть генерала Каппеля. Вероятно, это были эпизодические мероприятия, в которых согласно сложной политической обстановке вынужден был участвовать И.Н. Жуков.

В октябре 1920 г. после освобождения Читы от белогвардейцев, она стала столицей Дальневосточной республики (ДВР). И.Н. Жуков опять деятельно включился в работу по образованию и воспитанию детей. Он активно пропагандировал трудовую школу, с лекциями по этому вопросу объехал все города ДВР. Проводил занятия на рабфаке, на общеобразовательных курсах для взрослых, организовывал летние занятия с детьми и многое другое. О летнем отдыхе его ученицы Е.И. Родионова и В.А. Бутакова вспоминали, что «совершали походы, знакомились с природой, ориентировались на местности по компасу, ночью по звездам, составляли планы-чертежи местности» – все это наглядная география. Были также военные игры, одна дружина соревновалась с другой, купались и занимались другими полезными делами. Иннокентий Николаевич «был для нас любимым старшим товарищем».

В этот период комсомол России все активнее выступает против скаутизма, предлагая создать новую организацию. Понимая, что скаутское движение в прежнем виде не сохранить, его нужно реформировать, приспособить к изменившимся условиям, И.Н. Жуков размышляет о создании в стране обновленного детского движения. В 1921 г. в Москве на совещании в Народном комиссариате просвещения (Наркомпрос) он делает несколько докладов о методах организации детского пролетарского движения на основе длительной игры и предлагает назвать организацию пионерской [3]. Известно, что позднее это название было принято, как и девиз скаутов «Будь готов» к которому И.Н. Жуков добавил «Всегда готов».

В мае 1921 г. И.Н. Жуков в последний раз демонстрирует сплоченность и активность скаутского движения Читы, организовав в саду им. Жуковского праздничный парад скаутов. Так о нем писала газета «Дальневосточная правда»: «... при огромном стечении граждан состоялся парад и торжество скаутов в честь всемирного праздника скаутов. Парад открылся гимном «Интернационал», исполненный оркестром духовой музыки, после которого И.Н. Жуковым была произнесена речь о значении скаутизма в деле воспитания молодого поколения в борьбе с хулиганством. Парад прошел с большим подъемом. Участвовало в нем до 400 скаутов обоего пола».

Деятельность И.Н. Жукова по скаутизму в Забайкалье оказала большое влияние на развитие этого движения во всей Сибири. Скаутские отряды существовали в более

чем 20 городах Сибири и Дальнего Востока: Чите, Иркутске, Верхнеудинске, Хабаровске, Владивостоке, Уссурийске, Нерчинске, Томске и др.

Есть не до конца исследованные сведения, что И.Н. Жуков принял на себя обязанность начальника Восточно-Сибирского округа и с целью координации действий сибирских скаутов бывал в Иркутске. Также летом 1919 г. в этом городе планировался съезд представителей скаутизма Сибири и Дальнего Востока. Почему он не состоялся, нам неизвестно.

В 1922 г. И.Н. Жуков переезжает в Москву и становится одним из идеологов и организаторов пионерского движения. Вероятно, поэтому пионерское движение на 80% копировало скаутское. А его плодотворную, созидательную, творческую деятельность в Чите можно оценить словами народного комиссара просвещения А.В. Луначарского: «Иннокентий Жуков, забравшись в глубь Сибири, явился в буквальном смысле этого слова инициатором нового советского бойскаутизма. Он вносил в этот бойскаутизм не только революционный дух, но и много своих милых и, по большей части, талантливых фантазий» [4].

Список использованных источников

1. Горбунова Л.В. Скульптор Иннокентий Жуков. Сер. Замечательные люди Сибири. Иркутск: Восточ.-Сибир. кн. изд-во, 1977. С.126.
2. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта в России (IX-начало XX в.): Учебное пособие. М.: МПУ, 1992. С.58.
3. Медведева И. Старший друг скаутов: Забайкальский рабочий.-2001.-20 сентября.
4. Красноштанов С.С. Старший пионер республики // Дальний Восток. 1979. № 8. С. 129-132.
5. Жуков И.Н. К методике экскурсий // Вестник просвещения. 192. № 1.
6. Жуков И.Н. Экспедиционный корпус (Итоги одного педагогического опыта) // Народное просвещение. 1923. № 6.
7. Власов А. Под семеновским надзором // Голос трудящихся. 1992. 30 июля.

Щадилова Ирина Сергеевна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической культуры и спорта,
Войнова Екатерина Владимировна, старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта,
Российский университет транспорта (МИИТ),
Россия, 127994, г. Москва, ул. Образцова, 9/9,
e-mail: ishchad@mail.ru

ФЕХТОВАНИЕ КАК НАПРАВЛЕНИЕ ЭЛЕКТИВНЫХ КУРСОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Аннотация. Программа вузовской подготовки бакалавра предусматривает две дисциплины одного направления - «Физическая культура и спорт» и «Элективные курсы по физической культуре и спорту». Наполнение последней позволяет студенту произвольно выбрать для себя наиболее интересный вид двигательной активности. Данная возможность обеспечивает высокую мотивацию к занятиям, повышает уровень физической подготовки, позволяет применять полученные навыки в других сферах жизнедеятельности.

Ключевые слова: Элективные курсы по физической культуре и спорту, физическая культура студента, фехтование, мотивация, двигательная активность.

Актуальность. Высокий темп жизни современного человека, скорость передачи информации, в бизнесе скорость реагирования на изменения прогрессивных тенденций на рынке и, конечно, скорость перемещения по городу, стране, миру требуют от индивидуума высокой ежедневной концентрации, активности, умения поддерживать свои физические кондиции, уровень здоровья. Специалисты в сфере транспорта из года в год становятся все более востребованными. В процессе учебных занятий студенты получают навыки как профессионального так профессионально-прикладного характера. Дисциплина учебного плана «Элективные курсы по физической культуре и спорту» позволяют в полной мере овладеть необходимыми знаниями, умениями и навыками физической культуры, при этом не теряя мотивации к регулярным занятиям. Такой эффект даёт предоставляемая студенту возможность заниматься самостоятельно выбранным видом спорта [1, 5].

Результаты и обсуждение. Российский университет транспорта РУТ (МИИТ) готовит кадры для транспортной отрасли. Современный специалист для того, чтобы спокойно выдерживать интенсивный ритм современной жизни должен обладать такими психическими качествами как стрессоустойчивость, самообладание и самоконтроль. Спортивное фехтование один из универсальных видов спорта, позволяющий молодому человеку, студенту вуза, поддерживать функциональные системы организма на должном уровне. В процессе обучения и совершенствования техники фехтовальщика повышается эффективность проявлений двигательных способностей спортсмена через отдельные качества и их сочетания (силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость, произвольное мышечное расслабление) [2, 3].

Помимо технической базы во время тренировочных занятий у фехтовальщика формируется тактическое мышление. Тактические намерения и действия составляют основу специализированной деятельности спортсмена в соревнованиях. Поэтому эффективность ведения боев взаимосвязана с содержанием формирующихся у спортс-

мена качеств, среди которых выделяются: самостоятельность мышления, инициативность. Предвидение, накопление и анализ срочной и взаимоисключающей информации, неожиданность действий, наблюдательность, склонность к риску, увлеченность интеллектуальным единоборством. Фехтование повышает уверенность в себе, повышает стремление к самостоятельности, ослабляет иждивенческие установки, укрепляет волю. Специфика занятий помогает преодолевать чувство робости (попросить о помощи), повышает самооценку (я помогаю, значит нужен, востребован), помогает развивать навыки самообслуживания, развивает чувства взаимопомощи и командного духа [4].

Учебная программа РУТ в рамках элективных курсов предлагает студентам освоение навыков фехтования. Студенты изучают два вида спортивного оружия, занимаясь фехтованием: спортивная рапира и спортивная шпага. Эти два вида оружия имеют общую техническую базу, но отличаются тактической составляющей. Наиболее увлеченным студентам предлагается освоение фехтования на спортивной сабле.

Однако, классическая подача материала современных студентов не привлекает. «Элективные курсы по физической культуре» предполагают свободный выбор учащегося вида физической деятельности с учетом его состояния здоровья. Имея основную группу здоровья, студент может выбрать ту форму занятий и вид физической деятельности, какой ему больше всего подходит по его темпераменту и сформированным ранее привычкам к физическим нагрузкам.

Приведем данные опроса студентов первого курса гуманитарного и технического направления подготовки. В опросе приняло участие 200 человек. Анкета включала в себя четыре вопроса:

1. Вы хотели бы отменить элективные курсы? Ответ – да, нет.
2. Какой вид спорта Вы выбрали? В таблицу внесем наиболее востребованные виды физической культуры.
3. Хотели бы заниматься в другом месте? Да, это удобно возле дома, нет, мне удобнее учиться по расписанию.
4. Хотели бы Вы заниматься сразу несколькими видами спорта? Ответ – да, нет.

На первый вопрос отрицательно ответили 72% респондентов, что является высоким процентом и показывает общий настрой молодого поколения на систематические занятия физической культурой. Результаты второго вопроса показали, что наиболее востребованы у студентов плавание – 20%, аэробика – 71, тренажерный зал – 32%, игровые виды 16% и единоборства – 7, другие виды спорта отметили – 10% респондентов.

Этот результат доказывает, что первокурсники приходят на занятия физической культурой с уже сформированными стереотипами и предпочтениями в данной сфере жизни. И понятно, что данные предпочтения сформированы под влиянием рекламы в интернете, которая предлагает популярные направления в фитнес индустрии. Занятия физической культурой в школе влияют на предпочтения студентов, что доказывает желание молодых людей заниматься игровыми видами спорта. А вот все виды единоборств, дартс, стрельба, туризм, шахматы остаются невостребованными. Это связано исключительно с тем, что студенты недостаточно информированы.

В 2019 учебном году кафедра физической культуры РУТ организовала на встрече первокурсников показательные выступления, где были представлены такие виды спорта. Как армспорт, бокс, борьба, фехтование. И интерес к немассовым видам спорта вырос, после выступления первокурсники начали выбирать данные виды спорта.

На вопрос о посещении элективных курсов 58% ответили, что им удобнее ходить по расписанию, а не вечером возле дома.

Вопрос о том, хотели бы вы посещать несколько видов спорта, дал самые интересные результаты. 64% опрошенных готовы посещать несколько видов спорта. Это достаточно высокий процент, чтобы задуматься над изменением содержания программы обучения в каждом виде спорта. Студенты хотели бы совмещать, например, борьбу и йогу, йогу и фехтование, стрельбу и бокс, плавание и аэробику.

Подобная информация помогла преподавателям фехтования, обучающихся студентов на элективных курсах, в рамках эксперимента, включить в занятия классическим спортивным фехтованием упражнения на развитие силы с гантелями и в заключительной части элементы йоги.

Выводы:

1. Для воспитания в стенах Российского университета транспорта современных специалистов, обладающих всеми физическими и психологическими качествами, которые требуются для многолетней успешной и результативной работы, необходимо привлекать студентов к занятиям физической культурой в таких видах спорта, которые помогают формировать данные качества.

2. Спортивное фехтование всецело отвечает поставленной задаче. Более того современное спортивное фехтование используется как средство реабилитации детей и подростков. Однако процент желающих заниматься данным видом спорта не высок в связи с отсутствием достаточного количества информации.

3. Преподавателям, предлагающим студентам элективного курса заниматься данным видом спорта, для привлечения большего количества студентов необходимо скорректировать содержание уроков, исходя из потребностей первокурсников. Чтобы определить, какие формы занятий будут для студентов наиболее интересны и привлекут наибольшее количество занимающихся, преподаватели по спортивному фехтованию проводят педагогический эксперимент, который будет проводиться в течение 2019 – 2020 учебного года.

Список использованных источников

1. Коршунова О.С., Роleder Л.Н. Элективные курсы по физическому воспитанию в вузах, перспективы и возможности // Молодой ученый. 2016. № 23. С. 558-560.
2. Мовшович А.Д., Рыжкова Л.Г. Фехтование. Примерная программа спортивной подготовки. Методическое пособие / Под общей редакцией А.Д. Мовшовича. М.: Де' Либри, 2018. 191с.
3. Тышлер Д.А. Тышлер Г.Д., Рыжкова Л.Г. Фехтование. XXI век. Техника. Тактика. Психология. Управление тренировкой. М.: Человек, 2014. 232с.
4. Щадилова И.С., Войнова Е.В. Психолого-педагогическая специфика в работе тренера по фехтованию на колясках // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма : материалы IX Всероссийской научно-практической конференции. Нижневартовск, 2019. С. 489-491.
5. Щадилова И.С. Элективные курсы по физической культуре как основа мотивации студентов к практическим занятиям // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2018. № 2. С. 92-96.

Яковлев Анатолий Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент,
заведующий кафедрой оздоровительной и адаптивной физической культуры,
Полесский государственный университет,
Республика Беларусь, 225720, г. Пинск, ул. Пушкина, 4;
Врублевский Евгений Павлович, доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры спортивных дисциплин,
Севдалев Сергей Владимирович, кандидат педагогических наук, доцент,
декан факультета физической культуры,
Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
Республика Беларусь, 246019, г. Гомель, ул. Советская, 105,
e-mail: Yak-33-c1957@mai.ru

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ И ТЕЛЕСНО ФОРМИРУЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. В статье рассматриваются особенности психолого-педагогического сопровождения физкультурно-спортивной деятельности в условиях функционирования образовательных учреждений, в которых проблемы здоровье сберегающих и телесно формирующих технологий представлены в контексте трансформации новых представлений о "теле" и "телесности" человека под влиянием современного социума.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, телесность, студентки, физкультурно-спортивная деятельность, мотивы, силовая подготовка.

Введение. Ряд нормативных документов последних лет [3, 5, 6] направляют деятельность профессорско-преподавательского состава в русло выполнения требований, где приоритет отдается одной ключевой трудовой функции, но может выделяться несколько обобщенная, которая соответствует профессиональной деятельности выпускников. В этой связи теоретико-методологические аспекты физкультурно-спортивной деятельности неразрывно связаны с формированием телесно-двигательных характеристик человека, через телесно-ориентированные упражнения как инструментальную основу оздоровительных технологий, что является актуальным научным направлением, от успешного развития которого во многом зависит последующее решение важных прикладных задач [1, с.49; 2, с.134].

Психолого-педагогические особенности здоровье сбегающих и телесно формирующих технологий физкультурно-спортивной деятельности затрагивают в большей степени процесс формирования новых представлений о "теле" и "телесности" человека, который неразрывно связан с мотивационными потребностями, т.е. главными ориентирами, ценностных ориентаций (принципы): непрерывности развития, целостности развития, деятельностного подхода, вариативности и многообразия, оптимизации [4, с.20; 7, с.32].

Результаты исследования. На основе анализа социальной функции (и связанных с ними социальных функций физической культуры) нами были выделены шесть групп потребностей, наиболее часто реализуемых в спортивной деятельности, это потребности: в общении (коммуникативные мотивы); самоутверждении (желание обрести красивую фигуру, эстетика движений, воспитание силы воли и характера, проверка своих сил и способностей); в исполнении долга (приобрести уважение среди друзей, преподавателей, руководителей подразделений, добиться успехов в спорте); в уважении (увеличить объем двигательной активности, развить физические качества

необходимые в общественной жизни); в социальном признании (укрепить здоровье, овладеть навыками ППФП, получить новые знания, овладеть сложными упражнениями); в материальном благополучии (возможность получить спортивную форму, дополнительное питание, материальные выгоды) (табл. 1).

Таблица 1

Варианты мотивации студентов вузов к физкультурно-спортивной деятельности

№ п/п	Мотивы
1.	Укрепить здоровье.
2.	Желание обрести красивую фигуру, эстетика движений.
3.	Активно отдохнуть, развлечься.
4.	Возможность общения с друзьями.
5.	Увеличить объем двигательной активности.
6.	Приобрести уважение среди друзей, преподавателей.
7.	Воспитать силу воли, характер.
8.	Добиться успехов в спорте.
9.	Овладеть навыками ППФП.
10.	Развивать двигательные качества необходимые в общественной жизни.
11.	Проверить свои силы и способности.
12.	Получить новые знания, овладеть сложными упражнениями.
13.	Возможность получить спортивную форму, дополнительное питание.

Структура физкультурно-оздоровительных интересов студенток вузов Череповецкого государственного университета (ЧГУ); Полесского государственного университета (ПолесГУ); Гомельского государственного университета им. Ф. Скорины (ГГУ) в выборе средств силовой подготовки с учётом уровня физического развития лиц: с ослабленным уровнем физического развития – ЛОУФР; с нормальным уровнем физического развития – ЛНУФР; с хорошим уровнем физического развития – ЛХУФР; определяется: комплексным (К.В.), избирательным (И.В.), гармоничным (Г.В.), региональным (Р.В.) и локальным (Л.В.) воздействиями на основные мышечные группы (рейтинг популярности преимущественного развития основных мышечных групп).

Для Полесского государственного университета среда средств силовой подготовки приоритетным в порядке значимости являются: К.В. – туризм и гидроаэробика; И.В. – плавание и гимнастика (акробатика); Г.В. – шейпинг; Р.В. и Л.В. – маты, коврики, гимнастические стенки, вес партнёра и небольшие отягощения.

Занимаясь базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности, необходимо учитывать современные технологии: технические средства, тренажеры и тренировочные устройства, системы автоматизированного контроля за процессом воспитания физических качеств с учетом возрастных особенностей, естественно-средовых, гигиенических факторов [7, с.167; 8, с.244].

Задачи силовой подготовки комплексного воздействия на организм студентки хотели бы решить в первую очередь с помощью средств ритмической гимнастики (РГ) - 24,1 - 35,9%; гидроаэробики (ГАР) - в пределах 19,1 – 36,9% и средств круговой тренировки (КТ) - 23,8 - 28,8%. Интересы студенток при выборе средств избирательного воздействия практически не ниже интересов по отношению к РГ, ГАР и КТ (не ниже 22%, а максимальные показатели на уровне 30%).

Показательно, что интересы студенток к использованию на занятиях средств силовой подготовки гармоничного воздействия (Аг, шейпинг и гиревой спорт) практически в 1,5-2 раза слабее, чем к средствам комплексного и избирательного воздействия.

Девушки осторожно относятся к их использованию на занятиях по физическому воспитанию. Выявлено, что легкая атлетика, спортивные игры наиболее популярны в гг. Гомеле и Череповце.

Выводы. Интересы студенток относительно таких средств регионального и локального воздействия как: с использованием матов (ковриков), гимнастической стенки и скамейки – довольно высоки (в пределах 25-35%). В тоже время, уровень мотивации к остальным средствам ниже: а) лазания, перелезания, подтягивания – 12,4-14,3%; б) с использованием веса партнера, небольших отягощений – 9,8-16,5%; в) средства гантельной гимнастики – 8,9-11,1%; г) с использованием блочных устройств – 6,5-7,1%; д) с использованием резиновых жгутов и амортизаторов – 3-7%. Существенной разницы в мотивациях относительно средств регионального и локального воздействия между областными центрами не обнаружено.

В рейтинге популярности повышенного внимания студенток к развитию основных мышечных групп (от максимального к минимальному значению) выделим: 1) крупные мышечные группы: живота и поясничной области – соответственно, 88,1 и 88,7% и 79,3 и 73,3%; 2) мышцы, обслуживающие тазобедренный сустав – 58,7-66,6%, 3) мышцы передней и задней поверхности бедра, мышцы сгибатели и разгибатели голени – 26,8-44,1%; 4) мышцы голеностопного сустава – 43,7-49,1%; 5) мышцы рук и плечевого пояса – 4,1-7,4% (наименьшая популярность).

Среди основных факторов, снижающих активность студенток к силовой подготовке является ранее сложившиеся убеждения, что силовая подготовка в целом не способствует нормальному развитию женского организма, и, в частности, относительно развития мышц рук и плечевого пояса приводит к нежелательным отрицательным последствиям в развитии женской фигуры (в пределах 39,6-49,9%). Часть респондентов ссылаются также на нарушение протекания ОМЦ при занятии силовыми упражнениями (31,1-38,4%). Следующим лейтмотивом является то, что используемые на занятиях средства силовой подготовки монотонны, не эмоциональны и малоэффективны (14,8-24,7%). Ссылка на отсутствие нормальных условий для занятий также существенна (8,1-17,2%).

Список использованных источников

1. Василец В.В., Костюченко В.Ф., Врублевский Е.П. Сравнительный анализ изменений компонентного состава тела под влиянием тренировочной нагрузки оздоровительного характера // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2015. № 1 (119). С. 48-53.
2. Врублевский Е.П., Грец И.А. Проблемы и перспективы современного женского спорта: монография; Смоленская гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма. Смоленск, 2008. 145 с.
3. Кодекс Республики Беларусь об образовании. Палажэнне аб установе агульнай сярэдняй адукацыі, утвэрджэнае постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 20 декабря 2011 г. № 283 (в редакции постановлений Министерства образования от 04.02.2014 №9, от 10.04.2014 № 38, от 27.11.2017 № 148, от 03.03.2018 № 10).
4. Масловский Е.А., Яковлев А.Н. Физкультурно-спортивная деятельность: проблема телесности // Высшая школа. 2013. № 5. С. 17–22.
5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 27 ноября 2015 г. № 1383 «Об утверждении Положения о практике обучающихся, осваивающих основные профессиональные образовательные программы высшего образования».
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 940 Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

7. Яковлев А.Н., Маринич В.В. Систематизация ценностей телесности и взаимосвязь тела с объектами культуры и процессом воспитания физической культуры личности (Физическая культура и спорт в системе высшего образования). М.: Издательство «Перо», 2012. С. 273.

8. Яковлев А.Н. Исследование проблемы телесности в системе физкультурно-спортивной деятельности личности // Известия Сочинского государственного университета. 2014. № 1(29). С.243-245.

УДК 796.015.86

Яловенко Ольга Викторовна, старший преподаватель кафедры физической культуры,
Иркутский национальный исследовательский технический университет,
Россия, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83,
Якушев Эдуард Вадимович, преподаватель кафедры физической подготовки,
Восточно-Сибирский институт МВД России,
Россия, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 110,
e-mail: yakushev.edik@mail.ru

АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МОБИЛЬНЫХ УСТРОЙСТВ ДЛЯ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Аннотация. В статье проведен анализ литературных источников на предмет эффективности использования мобильных технологий для стимулирования двигательной активности и мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом молодежи.

Ключевые слова: двигательная активность, физическая нагрузка, средство контроля, здоровье, физическая культура и спорт.

Хорошо известно, что двигательная активность (ДА) – это залог нормального функционирования организма для людей всех возрастных категорий. Возникновение большинства острых и хронических заболеваний связано с низкой двигательной активностью – гиподинамией. Недостаточный двигательный режим приводит к системным нарушениям и прежде всего, способствует нарушению лимфообращения, скоплению в тканях межклеточной жидкости. Лимфостаз вызывает как преходящие, так и стойкие отеки конечностей, гипоксию тканей, нарушение водно-электролитного баланса и метаболических процессов, дистрофические и склеротические изменения. В частности, повышается риск хронических заболеваний, таких как сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания и др.

К сожалению, 60-70% студентов проводят значительную часть своего времени в состоянии относительной неподвижности: каждый пятый студент ежедневно работает за компьютером по 3-4,5 часа; 10-15% студентов проводят за просмотром ТВ более 3 часов; 30% студентов имеют пониженную ДА. Необходимость поиска путей повышения ДА у молодых людей не вызывает сомнения.

Одной из вероятных причин низкой ДА у молодых людей является то, что она не представляет для них интереса, отсутствует мотивация, т.е. движущие силы, которые побуждают молодого человека к физической активности; смыслообразующие – придающие деятельности глубокий личностный смысл и организующие, когда осознанные мотивы превращаются в мотивы цели. Именно такая мотивационная направленность лежит в основе познавательной самостоятельности, способствующей повышению ДА у студентов вне учебного процесса. Поэтому крайне важно разрабатывать

и внедрять инновационные стратегии и программы для поощрения ДА среди студентов.

В настоящее время, мобильные телефоны все чаще используются исследователями и практиками, как для оценки физической активности, так и для усиления мотивации. Мобильные телефоны и смартфоны, как правило, способны передавать текстовые сообщения, использовать дополнительные мобильные приложения, а также эти устройства можно использовать для хранения личной информации о здоровье человека. На сегодняшний день в мире насчитывается почти семь миллиардов подписчиков на мобильные телефоны, а 79% молодых людей (18-24 года) владеют смартфоном. Кроме того, молодые люди чаще используют свои мобильные телефоны для поиска информации о здоровье, доступной в Интернете. В США 75% специалистов в своей клинической практике регулярно пользуются мобильными медицинскими сервисами.

Канадские ученые установили, что использование технологий мобильных телефонов (например, текстовых сообщений и приложений) связано с улучшением поведения, способствующего укреплению здоровья, таким как нормализация сна, контроль массы тела и др.

Использование мобильных телефонов способствует повышению ДА и оказывает влияние на поведенческие реакции людей стремящихся снизить свой вес было установлено в университетах штата Иллинойс и Джон Хопкинс (Балтимор).

В то же время клинические исследования, проведенные в Лондонской школе гигиены и тропической медицины выявили противоречия и указали на отсутствие доказательной базы, что мобильные технологии могут оказывать существенное влияние на уровень ДА людей.

Ряд авторов рассмотрели мотивационную альтернативу мобильных телефонов – это шагомер, которые обеспечивают сравнительно недорогое, точное и объективное измерение физически активного поведения. В продвинутых моделях имеются функции смартфона, как Apple Watch.

Потребность молодого организма в движениях соответствует 14-19 тысячам шагов в сутки, или 1,3-1,8 часа в день. По количеству пройденных шагов за сутки, образ жизни человека можно классифицировать: на сидячий – менее 5000 шагов; малоактивный – от 5000 до 7499; умеренно активный – от 7500 до 9999 шагов; активный – от 10000 до 12499; очень активный – более 12500 шагов. Ходьба имеет минимум противопоказаний по возрасту и по состоянию здоровья человека. Для ходьбы не требуется отдельное время – тренироваться можно по пути в университет, домой, в магазин.

Ходьбу можно совмещать с мыслительной, изобретательной деятельностью. Так, многочасовая ходьба воодушевляла А.С. Пушкина, который проходил пешком 18 километров от Царского Села до Петербурга. Французский философ Жан-Жак Руссо писал: «Ходьба вдохновляет и оживляет мои мысли». Ходьба также является прекрасным способом снимать нервное напряжение. Негативные эмоции, стресс, эмоциональное переутомление снимаются в процессе интенсивной ходьбы. К этому средству прибегали писатель Л.Н. Толстой, философ Артур Шопенгауэр, пропагандист здорового образа жизни Поль Брэгг, последний считал ходьбу «королём» среди физических упражнений.

По данным Стэнфордского университета (США), использование шагомера, особенно при наличии конкретной цели (10000 шагов в день), способствует существенному увеличению количества шагов, пройденных за день, значительному уменьшению индекса массы тела и снижению артериального давления.

В тоже время в исследовании Ново-Зеландских ученых, проведенном в 2009 году не было выявлено существенного влияния шагомера на повышение физической активности, особенно в долгосрочной перспективе.

Многие исследователи задаются вопросом, какие же функции может выполнять шагомер при целенаправленном изменении уровня ДА? На начальном этапе использования шагомера он выполняет «отвлекающую» функцию: он воспринимается, как гаджет, который интересно подвергнуть проверке. С другой стороны, в процессе «отвлечения» происходит усвоение новых способов двигательной деятельности.

Группа ученых из Ирландии и Шотландии в 2014 году, изучили некоторые аспекты использования приложений для мобильных электронных устройств с целью повышения ДА и установили, что происходит изменение отношения испытуемых к физическим упражнениям в целом. Ирландские ученые описали данный процесс в виде взаимосвязанных этапов: 1) осознанность действий и умение; 2) целевая установка; 3) механизм обратной связи; 4) поощрение; 5) контроль и сосредоточение; 6) уверенность; 7) навыки. Обнаруженный эффект получил название «знать – проверять – двигаться».

Исследования, проведенные в 2009 году в Университете Лидса (Великобритания) выявили важность использования технологий мобильного здоровья для повышения мотивации молодых людей к физической активности. Пользователи мобильных телефонов часто имеют приложения социальных сетей (например, Facebook и Twitter), что может быть препятствием для физической активности. С другой стороны, телефоны можно использовать для связи с другими людьми, а также делиться своими личными результатами. Что касается мобильных приложений, студенты предпочитали простые в использовании, которые можно бесплатно загружать и адаптировать к их потребностям, таким как функции для настройки приложений.

Таким образом, на сегодняшний день имеются ограниченные данные по рассматриваемой проблеме. Необходимы дополнительные исследования для более четкого понимания взаимосвязи между использованием мобильных телефонов и уровнем физической активности. Сам по себе мобильный телефон не является фактором, мотивирующим человека на изменение своей ДА, а выступает лишь в качестве средства контроля процесса достижения поставленных целей. Мобильные телефоны обеспечивают сравнительно недорогое, точное и объективное измерение физически активного поведения.

Список использованных источников

1. Алдошин А.В., Алдошина Е.А., Демина А.В., Иванина Л.И. Регулирование процессов самопознания и самоуправления психофизическим состоянием обучающихся вузов в образовательном пространстве физической культуры // Ученые записки Орловского государственного университета. 2018. № 2 (79). С. 209-213.
2. Подрезов И.Н., Еремин Р.В. Проблемы формирования, укрепления и сохранения здоровья детей, подростков, молодых людей средствами физической подготовки, туризма и спорта, привлечение молодого поколения к здоровому образу жизни // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 163-168.
3. Подрезов И.Н. Личностные особенности подростка и их учет в работе по физической подготовке и спорту // Наука-2020. 2018. № 1-2 (17). С. 85-88.
4. Струганов С.М. Физическая культура и спорт как фактор гармоничного развития человека и социально-экономического развития государства // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Ростов-на-Дону: Ростовский юридический институт МВД России, 2018. С. 263-267.

Ярмоленко Наталия Владимировна, кандидат технических наук, доцент кафедры информатики и математики,
Санкт-Петербургский военный институт войск национальной гвардии Российской Федерации,
Россия, 198206, г. Санкт-Петербург, ул. Летчика Пилютова, 1,
e-mail: nv_yarmolenko@mail.ru

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ МАТЕМАТИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНЦИИ СОТРУДНИКОВ СИЛОВЫХ ВЕДОМСТВ КАК УСЛОВИЕ КАЧЕСТВЕННОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ

Аннотация. В статье рассмотрены вопросы содержания математического и естественнонаучного образования сотрудников силовых ведомств в компетентностном аспекте, раскрывается роль математических методов моделирования для эффективного обучения и совершенствования профессиональной подготовки в высших учебных заведениях.

Ключевые слова: профессиональная подготовка; математическое моделирование; педагогические условия.

Без освоения основ математических и естественнонаучных дисциплин не представляется возможным полноценное профессиональное образование, поскольку использование математических методов и моделей имеет огромное значение при анализе и моделировании исследуемых процессов и прогнозировании развития чрезвычайных ситуаций и принятия мер для защиты жизни человека. Актуальность предложенного вопроса обусловлена процессами интенсивного применения математических методов в образовательных технологиях. На сегодняшний день невозможно представить себе высококвалифицированного специалиста силовых структур, не владеющего методами математического моделирования и, конечно, IT-технологиями. Однако глобальное применение информационных технологий оказывают содействие изменению целеустановкам, содержания образовательного процесса и контроля, что влечет за собой внедрение не только новых методов и средств, но и организационных форм обучения и контроля. Эффективность использования математических методов и информационных технологий в обучении зависит от четкого представления о месте, которое они должны занимать в сложнейшем комплексе взаимосвязей, возникающих в системе взаимодействия преподаватель-обучающийся, раскрывая максимально творческий потенциал.

Математические и естественнонаучные дисциплины должны основываться на компетентностном подходе и учитывать запросы практики подготовки сотрудников силовых структур. Рассматривая компетентность как ситуативно-деятельностную категорию, академик Хуторской А.В. определяет «компетентность – владение, обладание человеком соответствующей компетенцией, включающей его личностное отношение к ней и предмету деятельности. Компетенция – включает совокупность взаимосвязанных качеств личности (знаний, умений, навыков, способов деятельности), задаваемых по отношению к определенному кругу предметов и процессов, и необходимых для качественной продуктивной деятельности по отношению к ним» [1, с. 58-64.]. Зимняя И.А. предлагает под компетенцией понимать «... некоторые внутренние, потенциальные, сокрытые психологические новообразования: знания, представления, программы (алгоритмы) действий, систем ценностей и отношений, которые затем выявляются в компетентностях человека ...» [2, с. 39].

Результаты подготовки специалистов определены через компетенции, которые определяются и выявляются в прикладной и профессиональной направленности, акцентируя роль опыта и умений практически реализовать полученные знания [3, с. 34-46]. Они характеризуются способностью применять математические методы оптимизации различных видов профессиональной деятельности при решении практических задач и навыками статистической обработки данных исследования и интерпретации результатов, получая недостающие знания на практике. Те разработки, которые направлены на формирование математической компетентности будущих специалистов силовых структур, объединены стремлением обеспечить высокий уровень математического образования специалиста, ориентированного, прежде всего, на успешное выполнение различных задач огневой и тактико-специальной подготовки. Понятие «математическая компетентность» в педагогической науке трактуется в зависимости от контекста решаемых научных задач (см. рис. 1). Знания и умения также рассматриваются как своего рода компетенции.

Методологическая	Логическая	Исследовательская
• Анализ исследования задач • Формулирование задачи • Моделирование задачи • Сочетание различных методов поисков решения задач	• Владение мыслительными операциями • Использование аппарата дедуктивных теорий • Доказательство и обоснование решения задач • Применение математической символики на практике	• Проверка гипотез по стандартным и авторским методикам • Формулировка задач • Обработка и анализ полученных результатов

Рис. 1. Компоненты математической компетентности.

Под математической компетенцией мы понимаем способность обучающихся применять систему усвоенных математических знаний, навыков и умений в исследовании математических моделей профессиональных задач при предотвращении чрезвычайных событий и ликвидации их последствий, а так же систематизации и интерпретации полученных данных. Анализируя разработанные основные образовательные программы подготовки специалистов, следует отметить первостепенную роль в формировании компетентности дисциплин естественнонаучного профиля «Математика», «Высшая математика», «Теория вероятностей и математическая статистика», «Информатика и информационные технологии в профессиональной деятельности». Академик В.М. Тихомиров акцентирует необходимость знаний математических дисциплин: «было бы естественным, что базовое образование на первых курсах вузов в значительной мере было единым, но чтобы каждому была понятна его необходимость и разумность» [4]. Дисциплины математического и естественнонаучного цикла формируют способности к логическому и алгоритмическому мышлению, умения находить оптимальные решения и навыки составления математических моделей, не ограничиваясь общепринятым и корректным применением математических методов обработки данных. Оперировать математическими терминами необходимо при решении профессиональных задач на основе разработанных формализованных методов и осуществлять интерпретацию получаемых значений данных.

Использование математического моделирования для адекватного описания систем позволяет специалистам сформировать общий подход и механизм исследования

эмпирических, экспериментальных данных при решении различных профессиональных задач, а так же их обработки стандартными статистическими пакетами.

Самым представительным классом моделей представляются вероятностные математические модели. Эти математические методы анализируют сложные многомерные процессы в динамике. Однако, если важно знать состояние системы до и после эксперимента (или взаимодействия), то в этом случае ход самого процесса изменения не изучается. Процесс изменения пространств возможно моделирование с помощью не только регрессионного анализа, а также методами факторного анализа (конфирматорного и эксплораторного), однофакторного дисперсионного и кластерного анализа. Прогнозируя успешное обучение специалиста, то в качестве объектов могут выступать абитуриенты, сгруппированные по успешности обучения, а в качестве дискриминантных переменных – результаты их вступительных испытаний, социально-демографические характеристики. Характеристики, применяемые для того, чтобы отличать один класс от другого, называют дискриминантными переменными. По значениям дискриминантных переменных необходимо отнести каждый объект (в том числе и «неизвестный») к одному из известных классов; определение «веса» каждой дискриминантной переменной для разделения объектов на классы. Для конструирования тестов по дисциплинам и при анализе экспериментальных данных используют дискриминантный анализ. В этом случае исследуется предположение о принадлежности к определенной «испытываемой» группе, влекущие за собой изменение нескольких исследуемых переменных.

Без использования в процессе обучения специализированных программных средств и других электронных образовательных ресурсов немислимо изучение математических дисциплин [2]. Поэтому будущий военный специалист должен применять информационные технологии для реализации содержательного и деятельностного компонентов компетенций, которые проявляются в приобретении навыков владения статистическими программами и математическим аппаратом для решения профессиональных задач при предотвращении чрезвычайных событий и ликвидации их последствий.

Обобщая вышеизложенное, отметим, что формирование общекультурных, профессиональных и военно-профессиональных компетенций происходит в процессе изучения информационных технологий, математического анализа, теории вероятностей и математической статистики, направленных на развитие математических способностей слушателя и его профессиональной устремленности, а также на повышение военно-технической и информационной культуры.

Необходимым условием обеспечения фундаментальности, непрерывности образования и успешного применения математических методов и средств вычислительной техники в информационно-коммуникационной системе является компетентностный подход.

Список использованных источников

1. Хуторской А.В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированной парадигмы образования // Народное образование. 2003. № 2.
2. Зимняя И.А. Ключевые компетенции – новая парадигма результата образования // Высшее образование сегодня. 2003. № 5.
3. Сенашенко В.С., Медникова Т.Б. Компетентностный подход в высшем образовании: миф и реальность [Текст] // Высшее образование в России. 2014. № 5.
4. Баркалов С.Н. Основные направления взаимосвязи физической и профессиональной деятельности // Наука-2020. 2018. № 8 (24). С. 5-9.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ,
СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
И СОТРУДНИКОВ СИЛОВЫХ ВЕДОМСТВ

Сборник статей XXI Всероссийской
научно-практической конференции 26–27 сентября 2019 г.

Подписано в печать 09.10.2019

Формат 60 x 84/16

Усл. печ. л. 24,25

Тираж 100 экз.

Заказ № 54

НИ и РИО ФГКОУ ВО «Восточно-Сибирский институт МВД России»,
г. Иркутск, ул. Лермонтова, 110