

Интернет-журнал «Мир науки» / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2018, №3, Том 6 / 2018, No 3, Vol 6 <https://mir-nauki.com/issue-3-2018.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/20PDMN318.pdf>

Статья поступила в редакцию 20.04.2018; опубликована 18.06.2018

Ссылка для цитирования этой статьи:

Губжоков А.Х. Вопросы совершенствования профессионально-прикладной физической подготовки слушателей образовательных организаций // Интернет-журнал «Мир науки», 2018 №3, <https://mir-nauki.com/PDF/20PDMN318.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Gubzhokov A.Kh. (2018). Questions of improvement of professional and applied physical training of students of the educational organizations Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 3(6). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/20PDMN318.pdf> (in Russian)

УДК 378.046.4

ГРНТИ 14.37.27

Губжоков Анзор Хадисович

ФГКОУ ВО «Краснодарский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации»
Северо-Кавказский институт повышения квалификации сотрудников МВД России (филиал), Нальчик, Россия
Преподаватель
Капитан полиции
E-mail: shmv1978@yandex.ru

Вопросы совершенствования профессионально-прикладной физической подготовки слушателей образовательных организаций

Аннотация. Современная практика деятельности сотрудников правоохранительных органов Российской Федерации свидетельствует нам о том, что успешное решение оперативно-служебных задач напрямую зависит от уровня их психофизической подготовки и степени профессионально-прикладной физической подготовленности. Сотрудники правопорядка должны уметь осуществлять защиту безопасности личности, общественного порядка и общественной безопасности, пресекать противоправные действия с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия. Наличие набора навыков профессионально-прикладной физической подготовки обеспечивает эффективное выполнение профессиональных задач, стоящих перед сотрудниками правоохранительных органов. Требования нормативно-правовых актов предписывают образовательным организациям Министерства внутренних дел России готовить кадры, ориентированные не только на овладение определённой совокупности знаний, но и на развитие личности обучаемого и усвоение конкретных сфер профессиональной деятельности, важнейшей из которых выступает профессионально-прикладная физическая подготовка, которая нуждается в серьёзном совершенствовании. В данной статье автором сделана попытка раскрыть структуру и содержание профессионально-прикладной физической подготовки. Также автор определил задачи профессионально-прикладной физической подготовки и обосновал условия её совершенствования, что будет в дальнейшем способствовать формированию необходимых сотрудникам правопорядка двигательных навыков, обеспечивающих успешность выполнения оперативно-служебных задач. Одним из главных направлений решения задач оптимизации физической подготовки автор определил совершенствование методических основ интенсификации профессионально-прикладной физической подготовки, которая позволяет в короткие сроки формировать прикладные навыки и улучшать двигательную активность, и

вместе с тем, будет учитывать особенности оперативно служебной деятельности, что в свою очередь, будет способствовать формированию необходимым сотрудникам правопорядка навыков по успешному выполнению поставленных оперативно-служебных задач.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка; двигательный навык; боевые приёмы борьбы; специальная полоса препятствий; сотрудник правопорядка

Оперативно-служебная деятельность сотрудников силовых ведомств России всегда сопряжена с выполнением высоких физических и психологических нагрузок, умением действовать в условиях опасности и экстремальных ситуациях, что требует от них не только высокого уровня психофизической подготовленности к предстоящей службе, но и наличия навыков профессионально-прикладной физической подготовки¹.

Профессионально-прикладная физическая подготовка представляет собой овладение знаниями, двигательными умениями и навыками, обеспечивающими объективную готовность сотрудников силовых ведомств к успешной профессиональной деятельности. На практике профессионально-прикладная физическая подготовка реализуется с помощью следующих разделов [5, 6]:

- теоретические основы профессионально-прикладной физической подготовки;
- профессионально-прикладные физические упражнения;
- средства для повышения физических качеств, необходимых специалистам данного профиля;
- подготовка слушателей к соревнованиям по специально-прикладным видам спорта и участие в них.

Профессионально-прикладные умения и навыки у слушателей образовательных организаций Министерства внутренних дел России формируются на основе [6]:

- воспитания сознательности и осознанного отношения к систематической двигательной активности, осуществляемой самостоятельно;
- формирования потребностей к приобретению знаний в области профессионально-прикладной физической подготовки, овладения двигательными умениями и навыками выполнения технических элементов прикладных физических упражнений;
- подбора индивидуальных программ для развития профессионально-прикладных двигательных качеств;
- использования средств физической культуры, обеспечивающих высокий уровень физической подготовленности и способствующих быстрой адаптации к условиям внешней среды.

Что касается вузовской системы физической подготовки, она включает базовую подготовку, занятия физическими упражнениями и спортом в режиме внеучебной деятельности и физическую самоподготовку обучающихся. Профессионально-прикладная физическая подготовка в этом случае включает в себя огневую подготовку, основы единоборства (приёмы борьбы, рукопашный бой, самбо, дзюдо), моделирование служебной деятельности,

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

направленное на закрепление техники и тактики применения боевых приёмов, специальных средств и огнестрельного оружия [4]. Кроме того, в процессе занятий развиваются и совершенствуются методическая подготовленность обучаемых путём разучивания техники физических упражнений с тем, чтобы в дальнейшем овладеть методикой тренировки и методикой обучения упражнениям.

Одним из главных направлений решения задач оптимизации физической подготовки является совершенствование методических основ интенсификации профессионально-прикладной физической подготовки (позволяющая в короткие сроки формировать прикладные навыки и улучшать двигательную активность), которая будет учитывать особенности оперативно служебной деятельности [1]:

- высокую загруженность на работе;
- дефицит времени на занятия физической подготовкой и спортом;
- минимальное количество инвентаря и оборудования.

Профессионально важными физическими качествами сотрудников органов внутренних дел являются: физическая работоспособность, выносливость и психологическая устойчивость к интенсивной физической нагрузке, координационные и скоростно-силовые возможности, быстрота мышления, переключения внимания и скорость двигательных реакций. Наличие набора навыков профессионально-прикладной физической подготовки обеспечивает эффективное выполнение профессиональных задач, стоящих перед сотрудниками органов внутренних дел [5, 7]. Вместе с тем, важное значение имеет специальная профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников к действиям в особых условиях (например, в ночное время) [10]. В целях повышения профессионализма к действиям в ночное время, тренировки целесообразно проводить с постепенным усложнением условий их выполнения: начиная от слабой видимости с переходом на тёмное время суток на открытой слабопересечённой местности и в заключении в тёмное время суток на местности со сложным рельефом.

В противостоянии преступному миру, который постоянно совершенствуется, применяя различные средства и способы совершения преступлений, в т. ч. с применением насильственных мер, на первый план выходят навыки преодоления различных препятствий во время преследований правонарушителей, грамотные действия в ситуациях, связанных с применением боевых приёмов борьбы и использованием специальных средств и огнестрельного оружия.

Установление средств и методов повышения качества подготовки слушателей по преодолению различных препятствий, применению боевых приёмов борьбы, специальных средств и огнестрельного оружия, обеспечат эффективность занятий и совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки. Известно, что основными средствами физической подготовки являются физические упражнения, которые подразделяются на развивающие силу, быстроту, ловкость и выносливость, а также формирующие профессионально-прикладные навыки ускоренного передвижения, преодоления полосы препятствий, применения боевых приёмов борьбы [4, 6]. Навыки формируются и совершенствуются путём многократного повторения упражнений.

Использование на занятиях по физической подготовке специально оборудованных полос препятствий, моделирующих ситуации оперативно-служебной деятельности по преодолению различных искусственных и естественных, горизонтальных и вертикальных препятствий (в т. ч. в средствах индивидуальной и бронезащиты), позволяет комплексно совершенствовать все основные физические качества: быстроту, ловкость, силу и

выносливость. При организации учебно-тренировочного процесса следует учитывать взаимосвязь структуры двигательного действия на полосе препятствий с другими разделами физической подготовки (например, техника ходьбы, бега, прыжков на полосе препятствий аналогична технике этих же действий при выполнении упражнений по ускоренному передвижению, а также занятия по прикладной и атлетической гимнастике, в которые включены упражнения на перекладине, брусках, лазание по канату, шесту, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, жим гири и акробатические упражнения, формирующие ловкость, силу, силовую выносливость, смелость и решительность также являются базисом для формирования навыков преодоления препятствий). Для совершенствования профессионально-прикладной физической подготовки и качественной организации учебно-тренировочного процесса необходимо определить методы обучения. Освоение структуры двигательных действий возможно при помощи двух подходов: с расчленением упражнения на составные части и без его расчленения [6].

В первом случае упражнение или их совокупность подразделяют на элементы и осваивают их поочерёдно (например, преодоление лабиринта, рва, разрушенных мостов, лестниц т. д.) с тем, чтобы в дальнейшем полностью освоить всю технику элементов данного двигательного действия и выполнить её в целостном виде на время.

Во втором случае движение по полосе препятствий уже с самого начала разучивается в его целостной структуре.

Преодоление полосы препятствий возможно также с изменением (усложнением) условий упражнения (путём изменения параметров движения в контексте скорости и темпа, смены способов выполнения заданий, изменения высоты препятствия, его последовательности, протяжённости и числа этапов), что предъявляет к организму тренирующихся повышенные координационные требования двигательного характера, что, в свою очередь, увеличивает его функциональные возможности [5].

Выполняя задачи по пресечению противоправных действий и охране общественного порядка, сотрудники правопорядка имеют право на применение физической силы, в т. ч. боевые приёмы борьбы, если ненасильственные способы не возымели должного эффекта на правонарушителей. Главным условием успешного выполнения служебных задач сотрудниками правоохранительных органов является способность эффективно и обоснованно применять физическую силу. Здесь им на помощь приходят занятия по физической подготовке, а именно раздел «Боевые приёмы борьбы», который осваивается слушателями в несколько этапов [4, 9]:

- этап базовой специализации, направлен на освоение техники выполнения боевых приёмов борьбы до уровня умения;
- этап углубленной специализации позволяет освоить технику выполнения боевых приёмов борьбы до уровня навыка;
- этап индивидуального мастерства предполагает выработку у каждого занимающегося эталон технико-тактических действий с учётом индивидуальных особенностей;
- этап специальной подготовки предназначен для осуществления действий в опасных, экстремальных ситуациях.

Особое место в этом направлении деятельности занимает готовность к профессиональному применению боевых приёмов борьбы. Поэтому сотрудники правопорядка во время учебно-тренировочного процесса должны получать необходимые знания, умения и навыки, а также постоянно их совершенствовать с целью профессионального мастерства [3].

Применение боевых приёмов борьбы при задержании правонарушителей должны основываться на формировании навыка выполнения быстрых и чётких защитных атакующих действий и занимающийся должен понимать ситуацию боя, чтобы дать адекватную оценку действиям правонарушителя.

В процессе изучения раздела «Боевые приёмы борьбы» совершенствуется технико-тактические качества сотрудников, тактика действий в различных экстремальных ситуациях, тактическое мышление, навыки быстрого ответного реагирования на действия противников. Реализация совокупности принципов обучения боевым приёмам борьбы повышает эффективность процесса физической подготовки и обуславливает включенность в программу занятий по боевым приёмам борьбы гражданско-патриотических и профессионально-значимых физических качеств [2]. На сегодняшний день эффективна та система, при которой применение боевых приёмов борьбы строится на комбинированной основе и рациональной технике. Так, при подборе элементов следует отказаться от сложной техники и отдавать предпочтение эффективным приёмам в реальной боевой ситуации. Известно, что чем проще действие, тем легче оно выпадает из-под динамического контроля с привлечением концентрированного внимания, который переключается на результат действия или ситуацию.

Таким образом, совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки и поддержание своей физической подготовленности на должном уровне, способствует формированию необходимым сотрудникам правоохранительных органов навыков, движения по успешному выполнению поставленных оперативно-служебных задач и базируется на тесном взаимодействии всех разделов. От комплексного сочетания всех возможных средств и методов по моделированию экстремальных условий зависит уровень сформированности у сотрудников устойчивых навыков осуществления грамотных тактических действий с применением физической силы, в том числе боевых приёмов борьбы во время выполнения оперативно-служебных задач по охране общественного порядка и обеспечении общественной безопасности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Броев А.Х., Физическая подготовка в образовательных организациях МВД России // В сборнике: Взаимодействие науки и общества: проблемы и перспективы сборник статей международной научно-практической конференции: в 3 частях. 2016. С. 76-78.
2. Воротник А.Н., Клименко Б.А., Средства и методы воспитания приоритетных физических качеств у сотрудников специальных подразделений МВД России // Вестник Белгородского юридического института МВД России. 2010. №2. С. 52-55.
3. Дадов А.В., Состояние и проблемы физической подготовки личного состава ОВД // Историческая и социально-образовательная мысль. 2016. Т.8. №3-1. С. 174-177.
4. Доттуев Т.И., Специфика профессиональной физической подготовки сотрудников ОВД // В сборнике: Развитие научных направлений в современных условиях. В 2-х частях. 2017. С. 29-32.
5. Карданов А.К., Хажироков В.А., Некоторые аспекты совершенствования физической подготовки слушателей по программам профессиональной подготовки МВД России // Современное общество и власть. 2017. № 3(13). С. 90-94.
6. Кодзоков А.Х., Канукоев А.М., Оптимизация структуры физической подготовки в образовательных организациях МВД России // В сборнике: Развитие научных направлений в современных условиях. 2017. С. 41-43.
7. Кулиничев А.Н., Воротник А.Н., Некоторые особенности профессионально-прикладной физической подготовки курсантов образовательных организаций системы МВД России // В сборнике: Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств. 2016. С. 145-150.
8. Кулиничев А.Н., Клименко Б.А., Воротник А.Н., Лопатин И.И., Служебно-прикладные виды спорта как основа профессионального становления сотрудника ОВД // Вестник Белгородского юридического института МВД России. 2016. №1. С. 71-73.
9. Леонов В.А., Горбатов В.В., Совершенствование служебно-боевой подготовки сотрудников полиции как одно из основных направлений профессионального обучения // В сборнике: Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности: современные направления и образовательные технологии сборник материалов IV Международной научно-практической конференции. 2016. С. 208-212.
10. Ярославский М.А., Методология и интенсивность нагрузки при тренировке скоростно-силовых качеств // В сборнике: Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики. 2017. С. 185-192.

Gubzhokov Anzor Khadisovich

Krasnodar university of the ministry of internal affairs of the Russian Federation
North Caucasian institute of professional development of police officers of Russia (branch), Nalchik, Russia
E-mail: shmv1978@yandex.ru

Questions of improvement of professional and applied physical training of students of the educational organizations Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation

Abstract. Modern practice of activity of law enforcement officers of the Russian Federation demonstrates to us that the successful solution of quick and office tasks directly depends on the level of their psychophysical preparation and degree of professional and applied physical fitness. Law enforcement officials have to be able to carry out protection of safety of the personality, public order and public safety, to stop illegal acts with use of physical force, special means and firearms. Existence of set of skills of professional and applied physical training provides effective implementation of the professional tasks facing law enforcement officers. Requirements of normative legal acts order to the educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation to prepare the shots focused not only on mastering of a certain set of knowledge, but also on development of the identity of the trainee and assimilation of concrete spheres of professional activity, as the most important of which professional and applied physical training which needs serious improvement acts. In this article the author has made attempt to disclose structure and content of professional and applied physical training. Also the author has defined problems of professional and applied physical training and has proved conditions of her improvement that will promote formation of the movement skills necessary for law enforcement officials providing success of performance of quick and office tasks. The author has determined by one of the main directions of the solution of problems of optimization of physical training improvement of methodical bases of an intensification of professional and applied physical training which allows to form applied skills in short terms and to improve physical activity, and at the same time, will consider features of quickly office activity that in turn, will promote formation of skills necessary for law enforcement officials on successful performance of the set quick and office tasks.

Keywords: professional and applied physical training; movement skill; fighting methods of fight; special obstacle course; law enforcement