

С. А. Жарков, В. И. Косяченко

**ТЕХНОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ
МВД РОССИИ**

Статья посвящена технологии профессионально-прикладной физической подготовки курсантов учебных заведений МВД России.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка, задачи профессионально-прикладной физической подготовки.

S. A. Zharkov, V. I. Kosyachenko

**TECHNOLOGY OF PROFESSIONALLY APPLIED PHYSICAL TRAINING
OF CADETS IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE MINISTRY
OF INTERIOR OF THE RUSSIAN FEDERATION**

The article is devoted to the technology of professionally applied physical training of cadets in educational institutions of the Ministry of Interior of Russia.

Keywords: professionally applied physical training, professionally applied physical training goals.

Профессионально-прикладная физическая и боевая подготовка представляет собой одно из важных направлений системы физического воспитания, призванных формировать определенные прикладные знания, качества, умения и навыки, способствующие достижению объективной готовности человека к успешной профессиональной деятельности [1].

Профессиональная деятельность работников ОВД требует необходимости повышенных требований не только к определенным двигательным способностям человека (выносливость, сила, ловкость), но и к двигательным навыкам: быстро и точно выполнять сложно-координационные двигательные действия, применять табельное оружие в обстановке значительного

физического и психологического напряжения [2].

Постановка задач профессионально-прикладной физической подготовки предполагает конкретную целевую ориентацию на профессиональную деятельность, особенности выполняемых операций, требований к двигательным способностям, уровню их проявления.

В литературе нам удалось обнаружить работы, рассматривающие профессионально-прикладную физическую подготовку будущих специалистов, но, к сожалению, выявлено сравнительно небольшое количество работ, в которых рассматривалась данная проблема курсантов учебных заведений МВД Российской Федерации: это исследования В. И. Андреева, С. В. Непомнящего, Г.

В. Антонова, А. Я. Слепнев, Ю. Ф. Подлипняка, В. В. Яншина, И. М. Медведева [3, 4, 5, 6].

Авторы единодушно отмечают, что традиционная методика обучения не способствует подготовке работников органов внутренних дел к действию в экстремальных условиях. При возникновении экстремальных ситуаций всех масштабов и видов (природные, техногенные, социальные и т. д.) личный состав подразделений ОВД продолжает решать оперативно-служебные задачи: задержание вооруженного преступника, борьба с террористами, оперативные действия при стихийных бедствиях, массовых беспорядках. Результаты исследований Ю. Ф. Подлипняка [5] свидетельствуют о том, что 93 % работников правоохранительных органов, действовавших в экстремальных условиях, указали на неадекватное самочувствие и поведение в этих ситуациях, 34 % опрошенных испытывали растерянность при возникновении необходимости применять оружие, 21 % респондентов указали на боязнь стрельбы в человека, хотя и преступника. Оружие в руках преступника порой действует парализующе на сотрудника и заставляет забыть навыки самообороны, сформированные в спортивном зале.

Многие специалисты отмечают необходимость существенного совершенствования системы профессионально-прикладной физической подготовки в учебных заведениях системы МВД Российской Федерации. Существующая модель

профессионального обучения в учебных заведениях МВД России исчерпала себя и возникла необходимость поиска более совершенных систем подготовки молодых кадров. По мнению многих специалистов, система физической и огневой подготовки курсантов учебных заведений МВД России требует серьезной корректировки, ими называются основные причины изменения программы:

- отсутствие единых критериев оценки психофизической подготовленности в решении служебно-боевых задач;

- отрыв содержания физической и боевой подготовки в учебных заведениях от современной практики;

- изоляция системы физической и боевой подготовки кадров для ОВД от аналогичных зарубежных структур;

- недооценка роли науки и как следствие эмпирический путь совершенствования образовательного процесса данной направленности.

Анализ программ по физической и боевой подготовке курсантов высших учебных заведений и собственные экспериментальные данные свидетельствуют о том, что существующая система подготовки не обеспечивает полноценной готовности к выполнению своих профессиональных обязанностей, а применяемые нормативы не в полной мере отражают действительный уровень готовности к служебной деятельности. Нормативы по физической и боевой подготовке такие, как подтягивание на перекладине, челночный бег 10x10 м, бег на 100 и 5 000 м, преодоление специализированной полосы препятствий, выполнение второго упражнения из ПМ, отражают лишь уровень развития основных

двигательных способностей и умение стрелять из ПМ в стандартных условиях. Тогда как профессиональная деятельность требует от работников ОВД интегрального проявления всех вышеперечисленных качеств и умений на фоне максимального напряжения.

Существующие типовые программы учебных заведений МВД Российской Федерации предусматривают обучение разнообразным техническим действиям, развитие профессионально значимых физических способностей. Рассматривая особенности управления системой подготовки курсантов учебных заведений МВД Российской Федерации, можно проследить отсутствие взаимосвязи между общей физической и специальной физической подготовкой, навыками единоборства и навыками стрельбы в рамках учебно-воспитательного процесса в целом. По мнению И. М. Медведева [6], отчетливо выражено разобщенное функционирование составляющих компонентов учебного процесса, поскольку последние не объединены единой целевой направленностью.

Специалисты единодушно отмечают, что комплексное развитие двигательных способностей и профессионально-прикладных умений и навыков должно формироваться в обстановке, максимально приближенной к реальной.

Для совершенствования содержания профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников правоохранительных органов применяются традиционные упражнения как для военных специалистов, так и для сотрудников МВД России [8]. Лишь в

отдельных случаях разрабатываются специальные упражнения и тренажерные устройства.

Для повышения должного уровня профессионально значимых физических качеств курсантов применяются в основном стандартные упражнения [4]. Выбор технологии учебного процесса должен осуществляться на основе учета динамического соответствия реальным действиям в профессиональной деятельности [2].

Специалисты отмечают, что одной из главных причин низкого уровня специальной физической подготовки сотрудников ОВД является отставание научно-методического обеспечения учебного процесса от потребностей практики.

Учебная работа по физической подготовке в образовательных заведениях МВД Российской Федерации классифицируется по следующим направлениям: освоение нового материала, совершенствование и закрепление уже освоенного материала, контрольно-проверочные занятия и занятия смешанного (комплексного) типа.

Еще одним доводом в пользу применения комплексной формы построения занятий может служить тот факт, что формирование и совершенствование нервно-мышечной координации происходит лишь на фоне оптимального состояния возбудимости центральной нервной системы. Достичь оптимальный фон возбудимости центральной нервной системы и, главное, сохранить его на протяжении всего занятия возможно лишь при постоянном переключении занимающихся с решения одной двигательной задачи на другую.

На начальных этапах освоения двигательного умения очень быстро наступает утомление, поскольку непривычные движения совершаются с излишними мышечными напряжениями [7]. Нецелесообразно давать большой объем нагрузки в отдельном занятии, необходимо переключать на выполнение других действий, так как в связи с быстро развивающимся утомлением ухудшается качество движения.

Большое количество повторений невозможно и на этапе совершенствования уже освоенного двигательного навыка. Двигательные действия, обусловленные максимальным проявлением физических качеств, должны совершенствоваться на фоне полной мобилизации двигательных возможностей. Большое количество повторений на максимуме невозможно. Кроме того, постоянное переключение с одной двигательной задачи на другую позволит сохранять на высоком уровне интерес, активность и сознательность у занимающихся. Чередование двигательных заданий выгодно отличается от однообразия и монотонности занятия, посвященного решению одной задачи.

По мнению специалистов [7], в процессе совершенствования техники движения необходимо обеспечить широкий диапазон вариативности (подвижности) создаваемых двигательных навыков. Совершенствование процесса обучения проходит эффективно лишь при постоянном изменении внешних условий, чередовании

последовательности решения различных двигательных задач.

Высокая эффективность учебных занятий по физической подготовке достигается за счет включения разнохарактерных упражнений, способствующих не только развитию физических, но и психических качеств. Высокий тренирующий эффект, способствующий повышению эффективности учебных занятий по физической и боевой подготовке, можно получить при использовании элементов различных игровых и модельных ситуаций.

Специалисты полагают, что для учебных заведений МВД Российской Федерации наиболее приемлем следующий вариант организации учебного процесса по физической подготовке: последовательное развитие профессионально важных двигательных способностей и формирование умений, комплексная реализация их в обстановке, приближенной к реальной. Данные умения последовательно проверяются в комплексных зачетных упражнениях повышающейся сложности от первого до четвертого курсов.

Основная цель контроля физической подготовки курсантов — проверить эффективность технологии учебного процесса. В практике физической подготовки выделяют три основных вида контроля: этапный, текущий и оперативный.

Оперативно-текущий контроль успеваемости осуществляется на учебных занятиях по завершении изучения определенной темы или технического действия. В учебных заведениях МВД Российской Федерации уделяют особое

внимание этапному контролю, который позволяет оценивать динамику развития основных сторон профессиональной подготовленности и определяет меру их рассогласования с конкретными нормативами, характерными для данного этапа подготовки курсантов. В качестве этапного контроля применяются нормативы, отражающие различные уровни развития двигательных способностей и демонстраций техники приобретенных навыков в различных разделах спортивных единоборств.

Ю. А. Чистяков, В. И. Андреев, В. Г. Колюхов предлагают варианты комплексного контроля физической подготовленности курсантов, в качестве которого выступает показатель преодоления полосы препятствий. Данная методика предназначена для оценки физической подготовленности курсантов пожарно-технических училищ и включает в себя такие узкопрофильные показатели:

- лазанье на руках по штурмовой лестнице в окна учебной башни;
- спуск по штурмовой лестнице;
- лазанье по лестнице в окна третьего этажа учебной башни;
- переноска двух гирь по 24 кг на 20 м.

Данная полоса препятствий информативна лишь для курсантов пожарнотехнических училищ и мало подходит для курсантов учебных заведений МВД Российской Федерации следственного и оперативного профиля. В качестве комплексного этапного контроля за

уровнем физической и боевой подготовки курсантов учебных заведений МВД Российской Федерации предлагается набор тестов по общей и специальной физической и огневой подготовке, состоящий из разного количества упражнений. Одни специалисты предлагают использовать пять упражнений, другие — восемь, а Е. И. Свалов — даже девять упражнений.

И. М. Медведев [6] предлагает комплексный тест, который интегрально характеризует уровень боевой и физической подготовленности курсантов учебных заведений МВД Российской Федерации. По нашему мнению, это наиболее перспективное направление решения проблемы оценки подготовленности данного контингента обследуемых.

Комплексная подготовка (физическая, боевая, техническая, психологическая и интеллектуальная) обеспечивает реальную готовность сотрудников ОВД к действиям в различных экстремальных условиях по схеме: поиск — преследование — силовое задержание — огневое поражение.

Профессиональная деятельность сотрудников ОВД предъявляет повышенные требования к уровню развития специальных двигательных способностей, формированию умений и навыков, и, главным образом, к интегральному их проявлению. Мы разделяем точку зрения специалистов, что система физической и огневой подготовки в учебных заведениях МВД России не в полной мере отвечает этим требованиям.

Особая роль в формировании профессиональной подготовки будущих сотрудников ОВД принадлежит учебным заведениям МВД России, на которые возложена ответственная задача — готовить высококвалифицированные кадры.

Данные предварительных исследований позволили разработать комплексные нормативы по физической и боевой подготовке, отражающие реальное умение интегрального проявления необходимых двигательных способностей и умений на максимально возможном уровне.

Список библиографических ссылок

1. Дементьев В. А. Формы и методы повышения эффективности занятий по физической подготовке // Проблемы боевой и физической подготовки слушателей вузов МВД СССР: материалы Всесоюз. науч.-практ. конф. Омск: Высшая школа МВД СССР, 1982. С. 24—27.
2. Анохин П. К. Теория функциональных систем. М.: Медицина, 1975.
3. Андреев В. И. Профессиональная направленность физической подготовки курсантов пожарно-технических училищ МВД России: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1995.
4. Антонов Г. В., Слепнев А. Я. Содержание и основные направления профессионально-прикладной физической подготовки // Вопросы эффективности профессионально-прикладной подготовки сотрудников ОВД: сб. науч. тр. Минск, 1991. С. 3—9.
5. Подлипняк Ю. Ф. Педагогические основы системы физической подготовки слушателей вузов МВД СССР: дис. ... д-ра пед. наук. М., 1986.
6. Медведев И. М. Организация профессионально-прикладной физической подготовки в учебных заведениях МВД России: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Волгоград, 1999.
7. Носуля В. Н. Технология обучения самозащите без оружия в учебных заведениях МВД России: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Краснодар, 1998.
8. Вдовиченко В. П., Лавров В. И. Содержание силовой подготовки слушателей учебных заведений МВД СССР // Проблемы совершенствования боевой и физической подготовки в учебных заведениях МВД СССР: межвуз. сб. науч. ст. Минск: ВШ МВД СССР, 1985. С. 53—54.