

стью понимается выносливость, проявляемая в относительно длительной работе при функционировании основных мышечных групп, совершаемой в режиме аэробного обмена. К специфической выносливости относят силовую, скоростную и другие типы выносливости. Силовая выносливость определяется как способность длительное время поддерживать необходимые силовые характеристики движений. Скоростная выносливость проявляется в деятельности, которая предъявляет неординарные (более высокие, чем при умеренной интенсивности работы) требования к скоростным параметрам движений (скорости, темпу и т. д.) и совершается в силу этого в режиме, выходящем за рамки аэробного обмена (Л.П. Матвеев, 1991).

Быстрота – специфическая двигательная способность человека к экстремальным двигательным реакциям и высокой скорости движений.

Гибкость – свойство упругой растяжимости телесных структур (главным образом мышечных и соединительных), определяющее пределы амплитуды движений звеньев тела (Л.П. Матвеев, 1991).

Ловкость определена Н.А. Берштейном как универсальное, разностороннее качество, способность двигателью выйти из любого положения, т. е. способность справиться с любой возникшей двигательной задачей.

Результаты каждой из семи групп сотрудников и всей выборки были подвергнуты статистическому анализу. Вычислялись средние арифметические величины и ошибки средней по каждому качеству, представленному в опроснике. Первое ранговое место присваивалось за максимальную сумму выставленных баллов.

На первое место по значимости для успешной профессиональной деятельности респонденты поставили такое физическое качество, как быстрота. Его значимость обусловлена спецификой несения службы в пунктах пропуска. С одной стороны, сотрудники при исполнении обязанностей должны внимательно и досконально проверять документы и транспортные средства, с другой – по причине лимита времени и в целях недопущения образования очередей уметь быстро и квалифицированно осуществлять указанные виды проверки. Респонденты 1, 2, 4 и 7-й групп отнесли это качество к необходимому, оценив соответственно: 1-я группа – $2,18 \pm 0,07$ балла; 2-я – $2,08 \pm 0,15$; 4-я – $2,04 \pm 0,13$ и 7-я группа – $2,22 \pm 0,11$. Респонденты совокупной выборки, 3, 5 и 6-й групп отнесли быстроту к обязательным качествам и оценили: совокупная выборка – $1,93 \pm 0,05$ балла, 3-я группа – $1,65 \pm 0,06$; 5-я – $1,89 \pm 0,11$ и 6-я – $1,73 \pm 0,09$.

Второе по значимости место с минимальным перевесом заняла выносливость. Необходимость ее наличия связана с высокой интенсивностью и плотностью грузопотока в пунктах пропуска, что налагает дополнительную нагрузку на сотрудников пограничного контроля, предъявляя высокие требования к длительному сохранению работоспособности. Респонденты совокупной выборки и четырех групп отнесли это качество к необходимому, оценив соответственно: совокупная выборка – $2,00 \pm 0,04$ балла; 1-я группа – $2,24 \pm 0,03$; 2-я – $2,04 \pm 0,15$; 4-я – $2,06 \pm 0,16$ и 5-я – $2,00 \pm 0,22$. Респонденты 3, 6 и 7-й групп отнесли рассматриваемое качество к обязательным и оценили: 3-я группа – $1,77 \pm 0,05$ балла; 6-я – $1,44 \pm 0,09$ и 7-я – $1,78 \pm 0,22$. Кроме выносливости респонденты высоко оценили значимость такого качества, как способность противостоять сенсорному утомлению. Респонденты 7-й группы отнесли указанное качество к необходимому ($2,00 \pm 0,34$ балла), остальные – к обязательным и оценили соответственно: совокупная выборка – $1,78 \pm 0,05$ балла, 1-я группа – $1,85 \pm 0,10$, 2-я – $1,57 \pm 0,19$; 3-я – $1,86 \pm 0,06$; 4-я – $1,66 \pm 0,16$; 5-я – $1,78 \pm 0,22$ и 6-я – $1,69 \pm 0,13$.

На третье место респонденты поставили такое качество, как ловкость. Все опрошиваемые отнесли это качество к обязательным и оценили: совокупная выборка – $1,61 \pm 0,05$ балла, 1-я группа – $1,67 \pm 0,05$; 2-я – $1,71 \pm 0,19$; 3-я – $1,76 \pm 0,03$; 4-я – $1,43 \pm 0,20$; 5-я – $1,67 \pm 0,22$; 6-я – $1,29 \pm 0,11$ и 7-я – $1,29 \pm 0,11$. Значимость рассматриваемого качества обусловлена тем, что специалист должен производить досмотр труднодоступных мест транспортных средств, где может находиться контрабанда, для чего нужна хорошая координация движений. Технические средства пограничного контроля не всегда могут быть использованы.

На четвертое место респонденты совокупной выборки, 1, 2, 3 и 6-й групп поставили силу, отнеся ее к обязательным качествам и оценили соответственно: совокупная выборка – $1,27 \pm 0,05$ балла; 1-я группа – $1,33 \pm 0,10$; 2-я – $1,53 \pm 0,15$; 3-я – $1,55 \pm 0,06$ и 6-я – $1,00 \pm 0,13$. Респонденты 4-й и 5-й групп отнесли это качество к желательным и оценили: $0,67 \pm 0,45$ балла и $0,67 \pm 0,56$ балла. Несмотря на то что на вооружении подразделений пограничного контроля находится большое количество технических средств, облегчающих профессиональную деятельность сотрудников, специалисты считают это качество важным для применения физической силы с целью предотвращения противоправных действий и наведения законного порядка.

Гибкость респонденты поставили на пятое место.

Результаты практической проверки уровня физической подготовленности указанной категории сотрудников свидетельствуют о недопустимо низком уровне развития физических качеств, прежде всего выносливости, что обусловило актуальность разработки технологии применения средств физической подготовки и спорта для формирования профессионально значимых качеств сотрудников ОПС.

УДК 796.8+796.015.132:36

А. Ч. Марцулевич

ДВИГАТЕЛЬНАЯ КООРДИНАЦИЯ – КАЧЕСТВЕННАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел уникальна по своей сути. Аналогичных и похожих систем подготовки нет ни в одном из видов профессиональной деятельности человека. Анализ накопленного отечественного и зарубежного опыта подготовки спортсменов различных видов спорта не дает ответов на большинство вопросов, возникающих при освоении этой системы подготовки. Уникальность профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников органов внутренних дел основана на многообразии разноплановых и технических сложных действий из различных видов спортивной и сугубо профессиональной деятельности. Система подготовки объединила эффективные приемы из различных видов спорта (бокс, карате, гимнастика, акробатика, легкая атлетика, тяжелая атлетика), видов борьбы в одежде (самбо, дзюдо и др.), борьбы без одежды (вольная борьба, греко-римская борьба), восточных единоборств и рукопашный бой. Наряду со спортивной профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников аккумулировала в себе еще и профессиональную практическую составляющую деятельности сотрудников органов

внутренних дел, основанную на правовых нормах применения физической силы, в том числе боевых приемов борьбы. Это приемы и технические действия, встречающиеся только в профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел: приемы задержания и сопровождения, защитные действия от нападения вооруженного и невооруженного противника, приемы наружного досмотра, приемы сковывания наручниками, приемы связывания ремнем и подручными средствами, специальные приемы использования спецсредств, взаимодействие двух сотрудников и другие тактико-технические действия специального характера. Научиться всему этому многообразию технических, тактических, психологических и других действий, направленных на решение профессиональных задач, на сегодняшний день можно только в учреждениях образования системы МВД.

Каждый сотрудник органов внутренних дел, имея такой богатый арсенал профессионально-прикладной физической подготовки, должен всегда оставаться в рамках закона, который регламентирует применение им физической силы, специальных средств, оружия, боевой и специальной техники. Он также должен уметь оперативно и правильно оценить ситуацию, действовать адекватно складывающейся служебно-оперативной обстановке, нередко связанной с риском для здоровья и жизни, уметь выбрать оптимальный путь решения служебной задачи, при этом всем своим видом и действиями олицетворять законность, гуманизм, справедливость. И все это на фоне реалий сегодняшнего дня, когда правонарушитель проявляет повышенную агрессию и, как правило, имеет отличную спортивную подготовку. Сотруднику необходимо задержать и обезвредить его, стремясь причинить наименьший вред жизни, здоровью, чести, достоинству и имуществу гражданина, а также принять меры по немедленному оказанию медицинской и иной необходимой помощи.

Успешность профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел определяется важностью подготовки к ней – обучением в учреждении образования Министерства внутренних дел. Исходя из этого, одна из основных целей, которая должна стоять перед выпускником учреждения образования системы МВД, – это успешное освоение программы по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка».

Решая задачи, стоящие перед дисциплиной «Профессионально-прикладная физическая подготовка», следует прежде всего обращать внимание на двигательную координацию, необходимую для освоения профессиональных умений и навыков практической деятельности сотрудников органов внутренних дел:

темпы и ритмы: при выполнении технических действий занимающимся необходимо соотносить свои движения с темпоритмовой структурой конкретного приема; точно воспринимать и отражать в своих движениях темпы и ритмы атакующих и защитных действий и их комбинаций; соизмерять свои усилия во времени и пространстве; согласовывать длительность каждого своего движения с учетом действий партнера;

равновесие как одна из составляющих вестибулярной устойчивости: повороты на месте и в движении, вращения, прыжковые упражнения являются неотъемлемыми компонентами освоения программы обучения;

опорность, сохранение устойчивого положения тела и внесение корректировок в ходе выполнения технических действий для сохранения устойчивого и динамического равновесия;

совершенствование навыка как высшая форма проявления двигательной координации: освоенные технические действия выполняются в новых, необычных для занимающихся условиях (образуя связки и комбинации); происходит взаимодействие участников в группе, парах, при перемещениях в различных направлениях и т. д. Таким образом, качественное выполнение двигательных действий участниками процесса обучения предполагает развитие способности к дифференцированию различных параметров движения, ориентированию в пространстве, комбинированию движений, приспособлению к изменяющейся ситуации и необычной постановке двигательной задачи, учит рациональному расслаблению мышц.

Рассматривая, к примеру, техническое действие освобождение от объёма туловища сзади, необходимо технически правильно выполнить сам прием освобождения от объёма, не забывая при этом скоординировать свои действия, поставив противника в наилучшие для себя условия для проведения броска. Выполняя бросок, необходимо скоординировать свои действия, заняв наиболее удобное положение для дальнейшего перехода на задержание и сопровождение. Приведенный пример показывает высокую степень согласованности разнохарактерных и разноплановых действий для решения оперативно-служебной задачи. Профессиональные действия сотрудника органов внутренних дел связаны с высоким уровнем проявления двигательной координации. Это необходимо учитывать при построении процесса обучения по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка», так как двигательная координация является основополагающей во всех профессиональных действиях.

Данный подход ложится в основу методики обучения и позволяет добиваться более качественной подготовки будущих сотрудников органов внутренних дел, что, в свою очередь, поможет в будущем решать стоящие перед ними оперативно-служебные задачи.

Рассмотренный выше технический прием является только одним из множества изучаемых действий в этой теме. В учебной программе по вышеназванной дисциплине необходимо освоить девять тем. Часто решение оперативно-служебных задач требует сочетания различных технических действий, изучаемых в различных темах. В связи с этим построение процесса обучения строится на основе создания высокой степени мотивации, адекватных психических установок, модульного подхода в организации и оценке при проведении рубежного и итогового контроля, создания условий для сопряженного формирования профессиональных двигательных навыков и физических качеств.

УДК 796

Н.А. Михеев, Е.С. Тищенко, О.И. Белевич

ОСОБЕННОСТИ ОПЕРАТИВНО-СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

В настоящее время преступность является одной из главных проблем на пути демократизации и экономического развития общества. Преступные группировки становятся не только более агрессивными и дерзкими, но часто имеют высокий уровень подготовленности, хорошо экипированы и вооружены.

Сотрудникам правоохранительных органов приходится действовать в ситуациях, в которых правонарушители могут оказывать неповиновение законным распоряжениям или требованиям. В подобных случаях в деятельности милиции пре-