

А.Н. Новиков, преподаватель кафедры профессионально-прикладной физической подготовки Академии МВД Республики Беларусь;

Р.В. Равко, преподаватель кафедры профессионально-прикладной физической подготовки Академии МВД Республики Беларусь

**УСЛОВИЯ ЭФФЕКТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ
САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ
В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ
УЧРЕЖДЕНИЙ ОБРАЗОВАНИЯ
МИНИСТЕРСТВА ВНУТРЕННИХ ДЕЛ**

Служебная деятельность сотрудников правоохранительных органов достаточно специфична. Особенность ее заключается в решении поставленных двигательных задач по обеспечению правопорядка, предотвращению и пресечению общественно опасных деяний, преследованию и задержанию лиц, совершивших преступления. Все это сопряжено с высокими психофизическими и эмоциональными нагрузками и предъявляет высокие требования к уровню физической подготовленности сотрудников силовых структур. Развитие и тренировка профессиональных физических качеств, формирование психической и эмоциональной устойчивости для адекватного поведения сотрудников правоохранительных структур в особых, а иногда и экстремальных условиях служебной деятельности первоначально осуществляется в специальных учреждениях образования в процессе профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП). Вопросы оптимизации и совершенствования ППФП в учреждениях образования Министерства внутренних дел в настоящее время по-прежнему остаются достаточно актуальными. Это обусловлено не только активным поиском инновационных средств и методов обучения, внедрением информационных технологий в процесс ППФП, но и ориентацией обучающихся на самостоятельную работу по физическому совершенствованию с целью подготовки к профессиональной деятельности.

Так, проведенное исследование динамики показателей физической подготовленности курсантов Академии МВД в процессе четырехлетнего обучения свидетельствует о том, что при организации двух учебных занятий в неделю по учебной дисциплине ППФП не происходит планомерного поэтапного развития большинства профессионально значимых

физических качеств, что может отрицательно сказываться на формировании профессиональных компетенций будущего специалиста. Одним из возможных направлений решения данной проблемы может стать системная организация самостоятельных занятий в процессе ППФП курсантов во внеучебное время.

Такая форма организации самостоятельной работы по физическому совершенствованию должна дополнять учебные занятия, реализовывать индивидуальный подход при построении тренировочной программы, подобранной в соответствии с исходным уровнем физической подготовленности и функционального состояния организма курсантов.

Необходимым условием успешной организации самостоятельной физической подготовки являются познавательная и психологическая готовность курсантов к такой деятельности. Познавательная характеризуется наличием у курсантов необходимых знаний об основных положениях анатомии, физиологии, теории и методики физического воспитания и умении применять их непосредственно в процессе занятий. Таким образом, теоретическая подготовка курсантов должна содержать не только фундаментальные основы физической культуры, но и актуализировать методы физического самовоспитания: самонаблюдение, самоанализ, самооценку, самоконтроль.

Психологическая предполагает наличие мотивов и потребностей физического совершенствования, достаточного уровня развития морально-волевых качеств. Важнейшим условием систематического выполнения курсантами физических упражнений является сформированная осмысленная необходимость физического совершенствования, которая воплощается в самостоятельных действиях, направленных на достижение соответствующих результатов.

Наибольшую значимость среди выделенных условий эффективной самостоятельной деятельности курсантов занимает личность преподавателя, уровень его квалификации при планировании и организации занятий с соответствующими методами контроля и последующей коррекцией индивидуальных тренировочных программ, ориентированных на развитие отстающих двигательных действий и способностей.

Таким образом, соблюдение условий эффективной организации самостоятельных занятий курсантов учреждений образования МВД может существенно повысить качество образовательного процесса, а самостоятельная подготовка – способствовать развитию профессионально значимых двигательных действий и способностей, стать одним из факторов формирования морально-волевых качеств, выступать постоянной формой физического совершенствования не только во время обучения, но и в дальнейшей служебной деятельности.