

На 1-й минуте ортостаза прирост ЧСС у лиц с сосудистым ТСК (на 15,8%) был выражен в меньшей степени, чем у представителей с сердечным ТСК (на 22,8 %). Этот факт свидетельствует о том, что у лиц с сердечным ТСК ортостатическое влияние вызывало напряжение нервных процессов в большей степени, чем у спортсменов с сосудистым ТСК, т.к. известно, что ЧСС отражает результирующую активность симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы.

Таким образом, дифференциация спортсменов по ТСК дает возможность обнаружить отличия в реакции сердечно-сосудистой системы на постральное воздействие и более корректно оценить результаты выполнения ОП.

Библиографический список

1. Граевская, Н.Д. Влияние занятий спортом на сердце / Н.Д. Граевская // БМЭ. – 1984. – Т. 23. – С. 185-186.
2. Дембо, А.Г. Актуальные проблемы современной спортивной медицины / А.Г. Дембо. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 295 с.
3. Зуйкова, А.А. Методология и теоретические основы комплексного анализа адаптационных возможностей организма человека при стрессовых ситуациях различного генеза : дис. ... докт. мед. наук: 05.03.11 / А.А. Зуйкова. – Воронеж, 2006 – 298 с.
4. Функциональное состояние вегетативной и центральной нервной системы у лиц, занимающихся экстремальными видами спорта / М.А. Попова [и др.] // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 1. – С. 105.

DOI 10.51980/2021_16_213

С.С. Тютин

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА И ПУТИ ОПТИМИЗАЦИИ

На сегодняшний день криминогенная ситуация в государстве набирает все большие обороты, что обусловлено многими факторами. К сожалению, этот уже запущенный процесс остановить просто невозможно, но правоохранительным органам предоставлена возможность держать его под контролем.

Совершенные преступления дестабилизируют состояние общества и угрожают перспективе его дальнейшего развития. Для предотвращения этого процесса во всем мире стали рассматриваться все новые и новые

способы их пресечения, что, соответственно, привело к повышению требований и запросов государства по подготовке квалифицированных сотрудников.

Во всем мире уже не одно столетие ведут свою работу образовательные организации различных уровней, целью деятельности которых является подготовка кадров для органов внутренних дел. Обучение проходит по различным направлениям и специальностям, будущие специалисты проходят массу различных проверок начиная с физических заканчивая психологическими.

Ни для кого не секрет, что для того, чтобы работать в правоохранительных органах, мало быть просто здоровым, на первый план также выносятся такие качества, как сообразительность, внимательность, выносливость и, конечно же, отличная физическая подготовка.

И уже в учебных заведениях бремя ответственности за эффективность работы будущего сотрудника ложится на его преподавателей и начальников, ведь именно они из обычного человека формируют сильного и квалифицированного полицейского, закладывая в него все свои знания навыки.

Характерной и в большей степени отличительной чертой ведомственных учебных заведений является внедрение учебно-тренировочного процесса в образовательную систему.

Учебно-тренировочный процесс – достаточно сложное педагогическое явление, успешное выполнение которого достигается лишь путем продуманного и четкого плана действий преподавателя. Для того чтобы представленный процесс был эффективен и шел только на пользу, педагог должен располагать определенными знаниями и навыками, чтобы передавать свои умения следующему поколению.

Преподаватели данных направлений (физической, огневой и тактико-специальной подготовки) должны быть не только наставниками и тренерами, но и психологами для личного состава, стараться найти подход к каждому обучающемуся в зависимости от его темперамента и возможностей. На сегодняшний день педагоги ежегодно проходят курсы повышения квалификации, повышают уровень своих знаний, что приводит к положительным результатам обучения.

Как уже было сказано ранее, учебно-тренировочный процесс имеет сложную структуру и требует хорошо продуманной организации. Исходя из этого тезиса, можно сформулировать несколько актуальных проблем и оптимальных способов их разрешения, касающихся указанного процесса.

1. Весьма важно учитывать эмоциональное состояние обучающегося, его психологическую готовность действовать в экстремальных условиях, применять огнестрельное оружие, физическую силу и специальные средства. Для решения этого вопроса преподавателям стоит чаще моделировать экстремальные, но жизненные ситуации в процессе обучения [2].

2. Несмотря на то, что физические качества являются одними из важных при поступлении в образовательные организации, следует особое внимание уделять и другим, не менее важным (например, решительность, смелость, самообладание и др.). Для этого стоит немного расширить привычный перечень испытаний для кандидатов на обучение, добавить что-то новое, что поможет абитуриенту раскрыться не только со стороны спорта, но и с других [3].

3. В процесс обучения стоит добавить больше ситуационных задач, ведь большая часть занятий основана лишь на повторении ранее изученных приемов и упражнений. Также чаще стоит проводить занятия не в привычном тире или спортивном зале, а в какой-либо неординарной обстановке.

4. Особое внимание со стороны преподавателей должно быть обращено на курсантов женского пола, ведь в первую очередь те же боевые приемы они должны уметь без колебаний применить для личной самообороны. Для этого стоит выделить наиболее важные, несложные, но эффективные техники для отражения нападения правонарушителя.

5. Также стоит внедрить в учебно-тренировочный процесс больше информационных технологий, ведь в современном мире без них уже никуда.

Моделирование – процесс сам по себе не из легких, он требует сильной подготовки и продуманности до мелочей, но именно с его помощью новоиспеченные сотрудники могут «пощупать» свою будущую профессию и понять, что их ждет [1].

Таким образом, в данной работе нам удалось рассмотреть значение учебно-тренировочного процесса для формирования квалифицированных кадров, а также рассмотреть его актуальные проблемы и оптимальные пути их решения.

Библиографический список

1. Бальсевич, В.К. Естественно научные предпосылки разработки высоких технологий подготовки спортивной элиты / В.К. Бальсевич. – М.: СпортАкадемПресс, 2019. – 360 с.

2. Меерсон, Ф.З. Адаптация к стрессорным ситуациям и физическим нагрузкам / Ф.З. Меерсон, М.Г. Пшенникова. – М.: Медицина, 2016. – 256 с.

3. О принципе неопределенности в спортивной педагогике / И.Г. Герасценко, А.И. Шамардин, Ю.А. Зубарев [и др.] // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 9. – С. 2-6.