

3. Яковлева, И.Г. Лекция как форма контекстного обучения в среднем профессиональном образовании / И.Г. Яковлева, С.А. Яковлев // Ярославский педагогический вестник. – 2014. – № 2 (2). – С. 113-118.

DOI 10.51980/2021_16_80

А.Г. Литвиненко

МОРАЛЬНАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА СОТРУДНИКА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ

Во время производства выстрела стрелок может испытывать психологическую нагрузку, напрямую связанную с этим действием. На фоне таких нагрузок на занятиях по огневой подготовке у сотрудника начинают развиваться и закрепляться ряд ошибок в технике производства выстрела, что негативно отражается на конечном результате качественного обучения сотрудника. В основе таких ошибок лежит плохое или недостаточное развитие психологических качеств, необходимых для данного вида деятельности. Стоит учитывать, что техника производства выстрела – это не только физическая и статическая работа, направленная на удержание оружия и нажим на хвост спускового крючка, но в равной степени и психологическая. При неправильной или недостаточной психологической подготовке резко изменяются восприятия окружающей действительности, а также снижаются внимание, мышление, быстрота реакции, двигательная память, волевые процессы, которые специфичны в стрельбе.

Психологические качества можно и нужно воспитывать путем преодоления трудностей и накопления опыта такого преодоления для дальнейшего его применения на практике. Достаточно результативными приемами являются различные методы регуляции психологического состояния, которые носят вспомогательный характер.

Русский ученый-физиолог Иван Петрович Павлов и его ученики в своих многочисленных работах доказательно обосновали, что функционирование всех внутренних органов человека напрямую зависит от состояния деятельности коры головного мозга. Импульсами головного мозга деятельность органа может быть возбуждена, или его текущая деятельность заторможена. Известно, что при определенных условиях воздействие на человека, а именно на его психологическое состояние возможно одним словом или специально составленными фразами. В определенный промежуток времени психическое состояние характеризует психику человека. Психическое состояние влияет на психические процессы и приобретает устойчивость при многократном повторении.

Правильное и грамотное применение системы психологических воздействий в процессе преодоления влияния внешних негативных факторов на человека является залогом формирования устойчивой здоровой психики, способной противостоять разного рода психологическому давлению, что, в свою очередь, способствует правильному разучиванию и дальнейшему совершенствованию двигательного навыка.

Такую систему воздействий принято называть моральной и специальной психической подготовкой.

Задачей моральной и специальной подготовки сотрудника на занятиях по огневой подготовке является умение создать у сотрудника психическое состояние, благоприятствующее для развития правильного двигательного действия, которое ложится в основу модели техники производства выстрела и способствует дальнейшему совершенствованию.

Когда сотрудник в процессе обучения не применяет или недостаточно правильно пользуется приемами саморегуляции, то степень влияния и проявления ошибок, возникающих при психологической нагрузке, возрастает в разы. Эти ошибки проявляются в технике производства выстрела (боязнь произвести плохой выстрел), в несогласованности действий, в прицеливании и нажиге на хвост спускового крючка, в сбое дыхания и т.д.

Вполне закономерно, что на начальном этапе обучения большая работа возложена на проводящем занятия преподавателе, который обязан создать для понимания обучающимся общую модель применения способов преодоления психологических препятствий, возникающих при стрельбе из боевого оружия, и обеспечить возможность совершенствования путем применения приемов моральной и специальной психической подготовки. В дальнейшем обучающийся самостоятельно должен применять приемы регуляции эмоционального состояния для преодоления психологических препятствий. Эти приемы условно можно разделить на две группы:

- 1) приемы, направленные на снижение уровня возбуждения:
 - словесное воздействие (переключение мыслей на образы и явления);
 - контроль функций тела (регуляция дыхания, регуляция мышечного тонуса);
- 2) приемы, способствующие повышению уровня возбуждения:
 - идеомоторное представление о выполнении отдельных технических элементов и выстрела в целом;
 - использование движений, поз и внешних воздействий для повышения уровня возбуждения;
 - произвольная регуляция дыхания с кратковременной гипервентиляцией.

Приемы могут носить как аутогенный (самостоятельный), так и гетерогенный (тренерский) характер воздействий и помогут решить широкий круг практических задач подготовки сотрудника, включающих:

- повышение осознания и четкости представлений осваиваемых действий;
- более яркое восприятие мысленных процессов, протекающих обычно на неосознаваемом уровне;
- произвольное сохранение внимания на отстающих элементах выполнения выстрела, которые обычно вытесняются из сознания более ответственными участками работы;
- тренировку устойчивости внимания, сосредоточенного на процессах деятельности.

Приемы регуляции и саморегуляции эмоционального состояния целесообразно использовать на занятиях по огневой подготовке в случаях проявления у обучаемых неблагоприятных состояний, таких как стартовая лихорадка, стартовая апатия, самоуспокоенность.

Стартовая лихорадка – это состояние, которое характеризуется сильным волнением, неустойчивостью эмоций, их быстрой сменой, ослаблением внимания, несобранностью, рассеянностью.

Внешние признаки (проявления): напряжение лица, болтливость, румянец на щеках, напряжение в действиях, шевеление губ, забывчивость.

Внутренние признаки: неустойчивое дыхание, повышение процессов возбуждения и снижение процессов торможения, суетливость, лишние движения, резкость движений, увеличение тремора отдельных мышц, повышение артериального давления и частоты сердечных сокращений.

Стартовая апатия – это состояние, характеризующееся пониженной возбудимостью, заторможенностью психических процессов, а также отсутствием желания выполнять действие.

Внешние признаки: безразличие, отсутствие желания выполнять упражнение, неуверенность, сонливость, вялость, рассеянность.

Внутренние признаки: резкое снижение внимания, ухудшение координации движений, снижение быстроты двигательной реакции.

Самоуспокоенность характеризуется отсутствием необходимой для успеха собранности и мобилизационной готовности, пониженной интенсивностью внимания.

Внешние признаки: излишняя уверенность, пренебрежение к товарищам, излишняя веселость.

Внутренние признаки: отсутствие мобилизации, все процессы заторможены.

При умелом использовании перечисленных выше методов как гетерогенным, так и аутогенным воздействием формируется психическое состояние, называемое психологической готовностью, которая характеризуется следующими признаками:

- 1) уверенность в своих силах;
- 2) стремление до конца бороться за достижение цели;

- 3) оптимальный уровень эмоционального возбуждения;
- 4) высокая помехоустойчивость;
- 5) способность произвольно управлять своими действиями, чувствами, поведением.

Проблема преодоления сотрудниками психологических трудностей на сегодняшний день стоит особо остро, поэтому формированию психической готовности сотрудника к предстоящей деятельности следует уделять внимание как в подготовительной, так и в основной части занятия.

Библиографический список

1. Вайнштейн, Л.М. Оружие – пистолет / Л.М. Вайнштейн. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 96 с.
2. Вяткин, Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях / Б.А. Вяткин. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 112 с.
3. Юрьев, А.А. Пулевая спортивная стрельба / А.А. Юрьев. – М.: Физкультура и спорт, 1973. – 3-е изд., перераб. и доп. – 446 с.

DOI 10.51980/2021_16_83

С.В. Малетин

К ВОПРОСУ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ К ПРИМЕНЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ СИЛЫ СРЕДСТВАМИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Применение сотрудниками полиции физической силы в отношении лиц, совершивших правонарушение и пытающихся оказать сопротивление в отношении представителей органов правопорядка, несет в себе логическое заключение, вытекающее из правоприменительной практики. Но, как показывают современные реалии, каждый случай применения физической силы сотрудниками полиции должен рассматриваться индивидуально. В связи с этим возникает множество споров на юридическом уровне: как, когда и в какой мере применять обоснованные законом меры силового характера сотрудником полиции.

Следует подчеркнуть, что сотрудник полиции имеет право на применение физической силы в отношении определенного круга лиц при наличии обстоятельств, вследствие которых несилловые методы будут неэффективными. С другой стороны, практически любое применение физической силы сотрудником полиции можно трактовать как умышленное причинение боли и физического страдания, что недопустимо. Возникает противоречие, а именно: в каких пределах разрешается применять сотрудникам правопо-