

Филиппович В.А. к.п.н.

Доцент кафедры физической подготовки

СибЮИ МВД России

г. Красноярск

**СПЕЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ
КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКОЙ
ГОТОВНОСТИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
МВД РОССИИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Аннотация: В предложенной статье рассматриваются вопросы применения в учебно-воспитательном процессе по физической подготовке в образовательных организациях МВД России активных форм и методов обучения курсантов и слушателей с использованием специальной психологической полосы препятствий. Это позволит преподавателям более качественным образом формировать у обучающихся психофизическую готовность к профессиональной деятельности.

Abstract: The proposed article discusses the application in the educational process of physical training in educational institutions of the Ministry of internal Affairs of Russia active forms and methods of teaching cadets and students using a special psychological obstacle. This will allow teachers to better form students ' psychophysical readiness for professional activities.

Ключевые слова: Физическая подготовка, курсанты и слушатели, психофизическая готовность, специальная психологическая полоса препятствий.

Keywords: Physical training, cadets and students, psychophysical readiness, special psychological obstacle course.

В приказе МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 говорится, что целью физической подготовки сотрудников органов внутренних дел является формирование у них физической готовности к успешному выполнению оперативно-служебных задач, умелому применению физической силы, в том числе боевых приемов борьбы, а также обеспечение высокой работоспособности в процессе служебной деятельности [1].

Отсюда следует, что основная социально-педагогическая задача профессиональной подготовки курсантов – формирование у них должной готовности к профессиональной деятельности, с учетом современных требований.

По нашему мнению, наиболее значимым результатом процесса профессиональной подготовки курсантов юридических вузов является психофизическая готовность, которая определяется как способность выпускника быстро и эффективно адаптироваться в процессе профессиональной деятельности к интенсивно меняющимся требованиям к специалисту правоохранительных органов.

Безусловно, профессиональное образование любого уровня призвано обеспечивать получение обучающимися профессии и соответствующей квалификации. Одним из важнейших компонентов профессиональной подготовки специалистов является содержание образования, которое в конкретной образовательной организации определяется программой, разрабатываемой этой организацией самостоятельно.

Как известно, в современной педагогике профессионального образования для определения профессиональной готовности вводится понятие профессиональной компетенции, выражающее единство теоретической и практической готовности курсантов и слушателей к осуществлению профессиональной деятельности.

Решая в плане социальной жизни общества свои задачи по профилактике, раскрытию и расследованию преступлений, охране

общественного порядка, участию в контртеррористических операциях, обеспечению безопасности дорожного движения и т.д., сотрудники правоохранительных органов сталкиваются с самыми различными проявлениями человеческих убеждений, интересов, взаимоотношений, позиций и других психологических особенностей. При выполнении своих функциональных обязанностей они зачастую вступают в силовое противостояние и психологически обостренные отношения с частью граждан, особенно с теми, кто встал на путь конфликта с законом, либо обладает деформированным правосознанием.

Профессиональная деятельность сотрудников ОВД не редко сопровождается значительным эмоциональным напряжением (стрессом), обусловленным большой ответственностью за принятые решения, здоровье и жизнь людей.

Стрессы резко отрицательно влияют на работоспособность людей, приводят к ошибкам, конфликтным ситуациям, негативно влияют на состояние здоровья и ведут к заболеваниям сердечно-сосудистой и центральной нервной систем.

В этой связи, организация и содержание профессионально-прикладной физической подготовки будущих сотрудников правоохранительных органов, должны быть направлены на физическую и психологическую подготовку, которая отражает развитие не только физических качеств, но и волевых качеств и психических свойств личности.

Важным условием, способствующим формированию перечисленных качеств личности сотрудников правоохранительных органов, является построение учебно-воспитательного процесса на базе широкого внедрения проблемного обучения через систему поиска и решения обучающимися учебно-практических заданий [3].

На занятиях по физической подготовке эти вопросы могут решаться путём создания учебно-практических ситуаций, требующих быстрой оценки

обстановки, принятия незамедлительных решений, активных и инициативных действий по их реализации. На наш взгляд это возможно при преодолении специальной психологической полосы препятствий, выполнении защиты от нападения вооружённого и невооружённого противника, в процессе учебно-тренировочных поединков (спаррингов) по различным видам единоборств и т.п.

Умелое применение в учебно-воспитательном процессе по физической подготовке активных форм и методов обучения курсантов и слушателей позволит преподавателям наилучшим образом развивать не только их познавательную деятельность, но и психомоторные реакции, что будет способствовать повышению качества и результативности усвоения полученных двигательных умений и навыков с прикладной направленностью.

На занятиях по физической подготовке следует создавать такие организационно-педагогические условия, которые будут стимулировать курсантов и слушателей к активным физическим упражнениям прикладного характера, направленные на освоение приемов рукопашного боя и способов преодоления психологической напряженности[2].

Педагогические наблюдения и анализ рабочих учебных программ позволили более отчетливо увидеть проблемы подготовки молодых специалистов и выявить возможность их решения на занятиях по физической подготовке с прикладной направленностью.

Современные научные данные и накопленный практический опыт свидетельствуют о том, что процесс психофизической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России может и должен совершенствоваться организационно и методически. Необходимо обеспечить педагогические условия подготовки с учетом данных и рекомендаций современной психологии, профессиональной дидактики по интенсификации,

которые способствуют повышению качества и профессионального уровня обучающихся.

Осуществляя психофизическую подготовку курсантов и слушателей, необходимо создавать в ходе практических занятий напряженную обстановку, моделировать психологические трудности, развивать профессионально важные физические качества и психические свойства личности. В этом случае может хорошо сочетаться интеграция физической и психологической подготовки курсантов и слушателей.

Эти занятия могут:

- повышать у обучающихся уверенность в себе при действиях в сложной и опасной для жизни и здоровья обстановке;
- развивать выдержку, самообладание, умение контролировать свои действия, работать быстро и расчетливо;
- формировать смелость, настойчивость, решительность и т.д.;
- укреплять чувство долга и ответственности, стойкость к временным неудачам, волю к победе и ведению борьбы до конца, преодолевая противодействие.

Задачи по формированию психофизической подготовленности курсантов и слушателей на занятиях по физической подготовке в Сибирском юридическом институте МВД России решаются не только общепринятыми средствами и методами, но и посредством преодоления специальной психологической полосы препятствий (СППП). Методика обучения заключается в последовательной отработке отдельных элементов СППП, как в условиях спортивного зала, так и на местности с дальнейшим совершенствованием ее в целом.

После отработки всех элементов СППП преодолевается на время по одному, в парах и с гандикапом, при этом один обучаемый имитирует роль убегающего преступника, а второй преследующего полицейского. После преодоления всех элементов СППП, включая метание гранаты в удаленную

цель, обучаемые проводят спарринг по рукопашному бою, боксу или кикбоксингу (в зависимости от условий и времени года) под контролем преподавателей в течение определенного времени. После окончания спарринга производится стрельба на фоне усталости из табельного оружия с забеганием в тир или пневматического оружия (в зависимости от возможности) до попадания в цель за контрольное время.

Занятия на СППП проводятся как на стадионе, так и в зале, моделируя ситуации и изменяя задания, используя внезапное нападение вооруженного и невооруженного преступника.

Специальная психологическая полоса препятствий в условиях улицы в себя включает:

- бег по стадиону (300 м);
- преодоление различных препятствий (параллельные брусья в упоре, рукоход в висе и по верху, преодоление забора высотой 2 метра, прыжки через яму длиной 3 м и глубиной 1 м, лабиринт, разрушенный мост с узкой и высокой опорой, качающийся мост, разрушенную лестницу, блиндаж);
- метание учебной гранаты по удаленной цели;
- спарринг по правилам рукопашного боя или бокса (1-2 мин.);
- стрельба из пневматического оружия в цель или боевого оружия (ПМ) по мишени.

Специальная психологическая полоса препятствий в условиях спортивного зала в себя включает следующие элементы:

- челночный бег;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- прыжок через гимнастического коня;
- забегание на балкон и прыжок вниз с высоты 4 метра на маты;
- кувырки;
- выполнение бросков с партнером;
- переноска тяжести на определенное расстояние;

- защита от нападения вооруженного и невооруженного преступника;
- лазание по канату и по гимнастической скамейке на животе;
- выход в упор на перекладине любым способом;
- стрельба из пневматического оружия по цели с расстояния 10 м.

Для юношей и девушек условия преодоления СППП применяются различные.

Широкое использование специальной психологической полосы препятствий и различных видов единоборств на практических занятиях по физической подготовке позволяет существенно повысить физическую и психологическую подготовленность курсантов и слушателей.

Таким образом, использование в учебном процессе специальной психологической полосы препятствий со стрельбой и различных видов единоборств, ориентация сознания обучающихся на решение тренировочных и соревновательных задач положительно влияет на курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России и обеспечивает готовность к профессиональной деятельности, а также к действиям в различных экстремальных ситуациях.

Использованные источники

1. Приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 «Об утверждении наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации».

2. Гуралев В. М., Гуралев А. В., Осипов А. Ю., Филиппович В. А. Обеспечение практической направленности обучения на занятиях по физической подготовке в вузах МВД РФ // Проблемы современного педагогического образования. – 2016. № 52-3. С. 34-41

3. Филиппович В.А. Организационно-педагогические условия формирования психофизической готовности студентов юридических вузов к профессиональной деятельности в правоохранительных органах средствами

прикладной физической культуры : автореф. дис. ... канд. пед. наук – СПб. :
ВИФК, 2013. – 24 с.