

² Филиппович В.А., Завьялов Д.А. Педагогические аспекты формирования психофизической готовности студентов к профессиональной деятельности средствами физической культуры и спорта // Педагогическое образование в России. 2012. № 2. С. 125-128.

³ Педагогика : учебное пособие / под ред. В.А. Слостенина. М. : Академия, 2002.

⁴ Физическая подготовка сотрудников органов наркоконтроля : заключительный отчет о НИР. Красноярск: СибЮИ ФСКН России, 2014.

Р.А. Гавриленко,

кандидат педагогических наук
Управление кадров Департамента
кадрового обеспечения ФСКН России
(г. Москва)

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ВЕДУЩИХ КОМПОНЕНТОВ ПРИ ПОСТРОЕНИИ МОДЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ НАРКОКОНТРОЛЯ

Криминализация основных сфер социально-экономической жизни в России приводит к повышению организованности, технической оснащенности и физической подготовленности членов преступных группировок. В результате этого происходит существенное обострение их конфронтации с правоохранительной системой. Это приводит к тому, что значительная часть повседневной оперативно-служебной деятельности в органах наркоконтроля осуществляется в условиях повышенного социального риска и все чаще сопряжена с экстремальными ситуациями активного противостояния правонарушителей.

Это говорит о необходимости совершенствования качественной стороны профессиональной подготовленности сотрудников органов наркоконтроля.

При этом одним из важных компонентов является служебно-прикладная физическая подготовка (СПФП), которая определяется, во-первых, условиями служебной деятельности, в которых происходит задержание правонарушителя; во-вторых, профессионально важными физическими качествами, соответствующими специфике данной деятельности.

На этом основании строится физическая подготовка личного состава подразделений органов наркоконтроля. Указанные призна-

ки должны соответствовать организационной структуре всей служебно-боевой подготовки сотрудника.

На протяжении ряда лет нами проводилось исследование, в ходе которого была изучена информативность различных тестовых показателей, оценивающих уровень общей физической и специальной скоростно-силовой подготовленности сотрудников органов наркоконтроля и спортсменов-рукопашников, тренирующихся в условиях, моделирующих ситуации реальной служебной деятельности.

В соответствии с поставленными задачами в исследовании были определены факторы, воздействующие на систему СПФП. К их числу относятся:

– требования профессиональной деятельности к физической подготовке;

– характер приемов и действий при выполнении задач (приоритетные физические качества, являющиеся ведущими при выполнении приемов и действий; двигательный навык, необходимый для осуществления данной деятельности);

– условия, в которых проходит деятельность (для каждого подразделения специфичны и зависят от внешних и внутренних параметров);

– характер и величина физических нагрузок и психических напряжений, испытываемых в процессе профессиональной деятельности.

Физическая подготовка в целом является основой, обеспечивающей сотрудникам органов наркоконтроля решение профессиональных задач.

По биоэнергетическим и интеллектуальным особенностям реализации эти задачи могут быть сведены преимущественно к трем основным разновидностям:

– связанные преимущественно с аналитической деятельностью, не требующей больших затрат энергии и специальной физической подготовленности сотрудников. Физическая подготовка при этом должна обеспечивать сохранение высокой работоспособности, сохранение служебного долголетия;

– связанных преимущественно с реализацией оперативно-розыскных и специальных мероприятий, требующих повышенного уровня развития скоростно-силовых качеств и выносливости, а также владения боевыми приемами борьбы;

– преимущественно двигательные, связанные с силовым задержанием и обезоруживанием преступников, освобождением заложников и физической защитой граждан, ликвидацией банд фор-

мирований, пресечением захвата транспортных средств охраной и обороной объектов особой важности.

Очевидно, что именно последняя категория служебных задач определяет требования к физической подготовленности личного состава, т.к. эти требования наиболее высокие. Теоретический анализ проблемы позволил определить профессионально важные физические качества сотрудников органов наркоконтроля. Результаты исследования позволяют представить структуру соподчиненности физических качеств, обеспечивающих оптимальный уровень профессиональной готовности сотрудника (рис.).

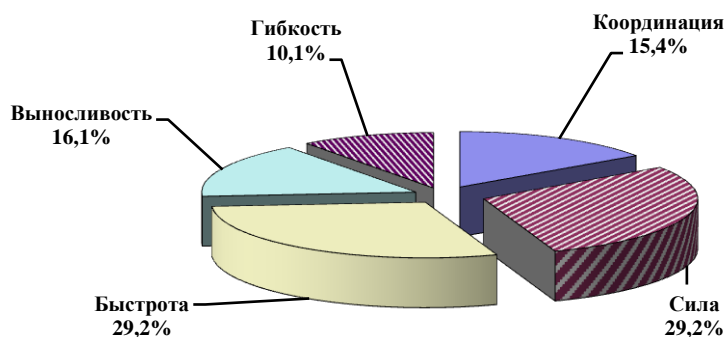


Рис. Приоритет развития основных физических качеств у сотрудников спецподразделений органов наркоконтроля

Анализ профессионально важных физических качеств и способностей сотрудников органов наркоконтроля показывает, что приоритет имеют силовые и скоростно-силовые качества. Общая и силовая выносливость также важны, но в данном состоянии они выступают в качестве опосредованного влияния на специфику подготовки в отличие от армейских подразделений. Это связано с тем, что сотрудникам органов наркоконтроля нет необходимости совершать длительные переходы и марш-броски, поэтому выполнение специфических для органов наркоконтроля задач требует только оптимального уровня развития общей и силовой выносливости, необходимого для обеспечения высокой работоспособности и быстрого восстановления организма после выполнения скоростно-силовой и силовой работы.

Приоритетной задачей совершенствования профессионально важных физических качеств является эффективное выполнение боевых приемов борьбы при задержании правонарушителя.

Проблема совершенствования стабильности двигательных навыков к предстоящим условиям служебной деятельности диктует

необходимость выявления наиболее типичных ситуаций противостояния, требующих специального учета и моделирования при подготовке сотрудников органов наркоконтроля. Для решения этой проблемы были проведены специальные опросы сотрудников. В частности, как показал анализ, наиболее типичными условиями проведения задержаний правонарушителя являются условия ограниченного пространства – 72% сотрудников проводят задержание в ограниченном пространстве, 24% опрошенных сотрудников осуществляют задержание редко и только 4% сотрудников констатируют, что задержание в ограниченном пространстве они за свою служебную практику не применяли вообще.

Это указывает на необходимость специального моделирования учебного процесса по освоению навыков выполнения приемов рукопашного боя против активно сопротивляющихся правонарушителей в условиях ограниченного пространства и характеризующихся определенной спецификой проявления тактико-технических возможностей атакующего – 51%, контратакующего – 31% и защитного – 18% противостояния с правонарушителем.

Результаты комплексного тестирования морфофункционального развития, физической работоспособности и психофизического состояния, а также показатели сдачи ежеквартальных контрольных нормативов по физической подготовке определили следующие приоритеты в совершенствовании физической подготовленности сотрудников оперативно-боевых подразделений органов наркоконтроля ЦФО Российской Федерации.

У большинства сотрудников уровень развития морфофункциональных показателей несколько ниже, чем у представителей спорта высших достижений. 65% личного состава имеют показатели подготовленности аэробных возможностей (выносливость) в диапазоне «среднего» и «ниже среднего».

Для развития способностей поддерживать уровень высокого потребления кислорода длительное время и увеличения быстроты развертывания дыхательных процессов до максимальных величин, необходимы тренировки, которые требуют участия в работе большего числа мышечных групп (плавание, лыжный спорт, в меньшей степени бег).

Необходимо выполнять тренировки с использованием «переменной» работы на пульсе 160-170 ударов в минуту с целью довести общее время работы до получаса.

Для сохранения достигнутого уровня общей выносливости, также для его дальнейшего развития тренировки должны быть ре-

гулярными. Уровень физической подготовленности при прекращении занятий уже через два месяца заметно снижается, а через 3-8 месяцев возвращается к исходному.

Для достижения высоких результатов необходима тренировка не реже трех раз в неделю, по 30-90 минут.

Говоря о биоэнергетических возможностях организма, которые являются наиболее важным фактором, лимитирующим его физическую работоспособность, наши рекомендации выглядят следующим образом:

– длительность выполнения специальных упражнений должна продлиться не менее 7 секунд, в то же время работу не доводить до полного отказа мышц, и нагрузка не должна длиться дольше 15 секунд, рекомендуемое количество повторений составит 4-6 раз;

– отдых между подходами около 3-5 минут;

– количество подходов должно составлять от 5 до 10 раз.

Упражнения, способствующие развитию максимальных анаэробных возможностей:

– бег с ускорением 30-100 метров, бег в гору по 15-25 метров с отягощением (пояса, жилеты);

– прыжковые упражнения с места в длину и высоту;

– различные варианты;

– упражнения из единоборств (броски чучела, в течение 10-15 секунд, скоростные преодоления отягощений).

Таким образом, при формировании модели физической подготовки сотрудников органов наркоконтроля должны развиваться физические качества и формироваться двигательные навыки, необходимые для осуществления служебной деятельности.

Д.А. Черменев,

кандидат педагогических наук
Сибирский юридический институт
ФСКН России (г. Красноярск)

**ТЕХНОЛОГИЯ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ
ОРГАНОВ К ЭКСТРЕМАЛЬНЫМ УСЛОВИЯМ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
(НА ПРИМЕРЕ ОБУЧЕНИЯ В СИБЮИ ФСКН РОССИИ)**

В «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года» ставится задача вовлечь в заня-