

**Егоров С. Н.<sup>1</sup>,**

*старший преподаватель*

*кафедры физической подготовки*

*учебно-научного комплекса специальной подготовки*

*Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя*

**Терентьев И. В.<sup>2</sup>,**

*старший преподаватель*

*кафедры физической подготовки*

*учебно-научного комплекса специальной подготовки*

*Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя*

## **ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ УМЕНИЯМ И НАВЫКАМ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ**

Одним из основных направлений в процессе обучения курсантов и слушателей в образовательных учреждениях системы МВД России является организация физической подготовки. Данная дисциплина направлена на выработку и закрепление определенного перечня качеств как физических, так и психологических, которые позволят в дальнейшем осуществлять на высоком уровне основные задачи и функции сотрудника органов внутренних дел, с учетом особенностей профессиональной деятельности. Структура обучения представлена двумя блоками: теоретическим и практическим. В данной статье уделяется внимание именно практическому блоку, а точнее, основным методам, применяемым сотрудниками кафедр при проведении занятий, направленных на формирование общих и специальных физических качеств.

Профессорско-преподавательский состав кафедр физической подготовки учебно-научного комплекса, опираясь на основной нормативный правовой акт – «Наставление по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации», утвержденное приказом МВД России от 1 июля 2017 г. №450 [1], осуществляют построение практических занятий по приобретению общих и специальных навыков и умений курсантами и слушателями путем использования следующих основных методов:

---

<sup>1</sup> © Егоров С. Н., 2021.

<sup>2</sup> © Терентьев И. В., 2021.

- повторный;
- интервальный;
- равномерный;
- моделирования;
- групповой и другие [2].

Рассмотрим каждый из представленных методов подробнее.

*Повторный метод.* Специфика данного метода отражена в том, что во время проведения занятия преподаватель предлагает выполнить курсантам и слушателям определенный перечень заданий, направленных на развитие двигательных качеств, по окончании выполнения которых, дается достаточное количество времени, позволяющее организму восстановиться, а затем осуществляется повтор данных упражнений. Ключевым отличием от второго метода – интервального является промежуток времени, выделяемый в качестве отдыха. Так, при организации занятия с помощью интервального метода перед курсантами и слушателями ставится задача о необходимости повтора определенных преподавателем действий спустя избранные временные интервалы.

*Равномерный метод* применяется практически при каждом проводимом с курсантами и слушателями практическом занятии. Цель – выполнить упражнения в едином темпе, непрерывно. Такая нагрузка позволяет выработать у курсантов и слушателей силовую и скоростную выносливость.

Наиболее специфическим методом является *метод моделирования*, поскольку он направлен на организацию симитированных ситуаций, с которыми в дальнейшем, учитывая специфику служебной деятельности, могут столкнуться курсанты и слушатели образовательных учреждений системы МВД России. Такой метод применяется в процессе изучения основных навыков и приемов борьбы. С учетом тематики представляется возможным реализовать модель боевой обстановки или модель задержания.

*Групповой метод.* Его применение основано на реализации учебно-тренировочного процесса курсантами и слушателями в составе взвода и преследуется цель наделить всех обучающихся едиными базовыми знаниями в области физической подготовки.

Таким образом, в данной статье рассмотрены пять основных методов организации занятий, позволяющих приобрести необходимые двигательные умения и навыки курсантами и слушателями образовательных организаций системы МВД России. Отмечу, что это далеко не весь перечень методов, применяемых профессорско-преподавательским составом кафедр физической подготовки учебно-научного комплекса специальной подготовки. Однако представленные способы

наиболее распространенные и эффективные, позволяют провести практические занятия по физической подготовке реализуя все поставленные перед курсантами и слушателями цели и задачи.

### Список литературы

1. Приказ МВД России от 01.07.2017 №450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» // Официальный интернет-портал правовой информации. [Электронный ресурс] URL: <http://www.pravo.gov.ru> (дата обращения: 01.06. 2020).

2. Ефременко, М. А. Педагогический контроль уровня освоения боевых приемов борьбы у курсантов организаций МВД России / М. А. Ефременко // Известия Тульского университета. Физическая культура. Спорт. – 2018. – № 2. – С. 35–40.

3. Карданов, А. К. Значение физической подготовки в профессиональной деятельности современного полицейского / А. К. Карданов // Теория и практика общественного развития. – 2014. – № 14. – С. 118–120.

4. Мешев, И. Х. Средства и методы развития приоритетных профессиональных качеств сотрудников специальных подразделений в процессе физической подготовки / И. Х. Мешев // Наука и спорт: современные тенденции. – 2018. – № 3.

5. Факов, А. М. Методы и способы развития физической выносливости у сотрудников спецподразделений МВД России / А. М. Факов // Теория и практика общественного развития. – 2015. – № 15.

6. Факов, А. М. Развитие общей выносливости у сотрудников ОВД : учебное пособие / А. М. Факов. – Нальчик, 2013. – С. 22–24.