

в наибольшей мере – функциональной адаптации организма обучающихся к различным по характеру и величине нагрузкам. Данную форму построения практического занятия по физической подготовке следует использовать на этапах углубленного разучивания, закрепления и дальнейшего совершенствования двигательного навыка, при этом целесообразно использовать метод сопряженного воздействия, что позволяет одновременно совершенствовать разучиваемое действие и улучшать его качествен-

ную основу за счет повышения уровня развития физических качеств.

¹ Теоретические и методические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации : учебник / С.В. Кузнецов, А.Н. Волков, А.И. Воронов ; под ред. С.В. Кузнецова. – М.: ДГСК МВД России, 2016. С. 255.

² Физическая подготовка : учебное пособие / под ред. Ю.К. Демьяненко. М.: Воениздат, 1987. С. 91.

³ Нестеров А.А. Рекомендации по интенсификации учебных занятий по физической подготовке военнослужащих срочной службы : учебно-методическое пособие. М.: Воениздат, 1992. 56 с.

Филиппович В.А.,

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

МОДЕЛИРОВАННАЯ ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ КУРСАНТОВ ЮРИДИЧЕСКИХ ВУЗОВ МВД РОССИИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Основная социально-педагогическая задача профессиональной подготовки курсантов – формирование у них должной готовности к профессиональной деятельности с учетом современных требований.¹

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

Профессиональное образование любого уровня должно обеспечивать получение обучающимися профессии и соответствующей квалификации. Важнейшим компонентом профессиональной подготовки специалистов является содержание образования, которое в конкретном образовательном учреждении определяется программой, разрабатываемой этим учреждением самостоятельно.²

В современной педагогике профессионального образования для определе-

ния профессиональной готовности вводится понятие профессиональной компетенции, выражающее единство теоретической и практической готовности обучающихся к осуществлению профессиональной деятельности.

Решая в плане социальной жизни общества свои задачи по профилактике, раскрытию и расследованию преступлений, охране общественного порядка, обеспечению безопасности дорожного движения, сотрудники правоохранительных органов сталкиваются с самыми различными проявлениями человеческих убеждений, интересов, потребностей, 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 зачастую 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, пагубно отражаются на состоянии здоровья и ведут к заболеваниям сердечнососудистой и центральной нервной систем.

В связи с этим 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, но и волевых качеств и психических свойств личности.

Важным условием, способствующим формированию этих качеств личности будущих работников правоохранительных органов, является построение учебно-воспитательного процесса на базе широкого внедрения проблемного обучения через систему поиска и решения обучаемыми учебно-практических задач.

На занятиях по физической подготовке эти вопросы могут решаться путем 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 комплексной полосы препятствий, выполнении защиты от нападения вооруженного и невооруженного 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 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 к

активным физическим упражнениям прикладного характера, направленным на освоение приемов рукопашного боя и способов преодоления психологической напряженности.

Педагогические наблюдения и анализ рабочих учебных программ позволили отчетливо увидеть проблемы подготовки молодых специалистов и выявить возможности 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 юридических вузов может и должен совершенствоваться организационно и методически. Необходимо обеспечить педагогические условия подготовки с учетом рекомендаций современной психологии, профессиональной дидактики по интенсификации, которые способствуют повышению качества и профессионального уровня обучаемых. Этот процесс должен, по нашему мнению, преобразоваться в стройную подсистему целенаправленной и организованно осуществляемой учебной и педагогической работы учебного заведения юридического профиля.

Осуществляя психофизическую подготовку, необходимо создавать в ходе практических занятий напряженную обстановку, моделировать психологические трудности, развивать профессионально важные качества. В этом случае занятия физической подготовкой, спортом сочетаются с психологической подготовкой курсантов.

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 на занятиях по физической подготовке в Сибирском юридическом институте МВД России решаются не только общепринятыми средствами и методами, но и посредством преодоления моделированной психологической полосы препятствий (МППП). Моделированная психологическая полоса препятствий включает в себя: бег по стадиону (300 м); преодоление различных препятствий (параллельные брусья в упоре, рукоход в висе и по верху, преодоление забора высотой 2 м, 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 (1-2 мин.); стрельбу из пневматического оружия в цель. Методика обучения заключается в последовательном изучении отдельных элементов МППП как в условиях спортивного зала, так и на местности с дальнейшим совершенствованием ее в целом.

После отработки всех элементов МППП 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 МППП, 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 одной минуты. После окончания спарринга производится стрельба на фоне усталости из табельного оружия или

пневматического оружия (в зависимости от возможности) с забеганием в тир, до попадания в цель за контрольное время.

Занятия на МППП проводятся как на стадионе, так и в зале, с моделированием ситуации и изменением заданий, использованием внезапного нападения вооруженного и невооруженного преступника.

Широкое использование специальной психологической полосы препятствий и различных видов единоборств на практических занятиях по физической подготовке, как показали проведенные нами исследования, позволило существенно повысить физическую и психическую подготовленность курсантов.³

Таким образом, использование в учебном процессе моделированной психологической полосы препятствий и различных видов единоборств, ориентация сознания обучаемых на решение тренировочных и соревновательных задач положительно влияют на курсантов юридических вузов и обеспечивают реальную готовность к профессиональной деятельности, а также к действиям в различных экстремальных ситуациях.

¹ Трефилов В.А. Формирование физической готовности выпускников вуза к профессиональной деятельности // Теория и практика физической культуры. 2002. № 7. С. 49-50.

² Чергинец В.П. Формирование профессионально важных качеств у студентов юридических вузов средствами физической культуры : автореф. дис. ... канд. пед. наук Улан-Удэ, 2004. 24 с.

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.