

УДК 378

**АДЕКВАТНОСТЬ В ДЕЙСТВИЯХ КАК КРИТЕРИЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
КУРСАНТОВ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ МВД РФ**

*Анатолий Петрович Стрижак, доктор педагогических наук, профессор,
Московский университет МВД РФ (МосУ МВД РФ),*

*Геннадий Николаевич Германов, доктор педагогических наук, профессор,
Московский городской педагогический университет, педагогический институт физиче-
ской культуры и спорта (ПИФКС МГПУ),*

*Ирина Александровна Сабирова, кандидат педагогических наук, доцент,
Воронежский государственный институт физической культуры (ВГИФК)*

Аннотация

В статье обсуждается проблема адекватности действий работников правоохранительных органов и других категорий граждан, владеющих специализированными навыками в стрельбе и единоборствах в складывающихся экстремальных ситуациях по защите жизни, чести и достоинства человека. На примере курсантов учебных заведений МВД показано, что отлично владеющие навыками стрельбы и проявляющие высокую результативность испытуемые, не склонны к применению оружия, отодвигают свои решения и реализуют их в максимально далеких действиях применения табельных средств для пресечения противоправных поступков нарушителей, проявляют адекватность в своих действиях. Вместе с тем в статье утверждается методология адекватности при подборе упражнений, нормировании нагрузки в двигательных заданиях, сходных по своим режимам условиям оперативно-служебной деятельности сотрудника полиции. В статье разрабатывается педагогическая технология профессионально-прикладной физической подготовки курсантов образовательных учреждений МВД России к служебной деятельности.

Ключевые слова: оперативно-служебная деятельность, адекватность действий, профессионально-прикладная физическая подготовка, специализированные навыки владения оружием и приемами борьбы, сотрудник полиции, курсанты, учебные заведения МВД РФ, технологии физической подготовки.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2012.08.90.p90-94

**ADEQUACY IN ACTIONS AS CRITERION OF EFFICIENCY OF PROFESSIONAL
AND APPLIED PHYSICAL PREPARATION OF CADETS OF EDUCATIONAL
INSTITUTIONS OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OF THE RUSSIAN
FEDERATION**

*Anatoly Petrovich Strizhak, the doctor of pedagogical sciences, professor,
Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation,*

*Gennady Nikolaevich Germanov, the doctor of pedagogical sciences, professor,
Moscow City Teacher Training University, Pedagogic institute of physical culture and sport*

*Irina Aleksandrovna Sabirova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Voronezh State Institute of Physical Education*

Annotation

The article analyzes the problem of adequacy of actions of employees of law enforcement agencies and other categories of the citizens, possessing specialized skills in shooting and single combats in developing extreme situations of protection of life, honor and dignity of the person. It has been shown on the example of cadets of MIA educational institutions that those, possessing fine shooting skills and showing high performance, are not inclined to use weapons, push away their decisions and implement them in the

most distant actions of application of table of allowance items to suppress unlawful acts of offenders, express adequacy in their actions. However, the article states the methodology of adequacy in selection of exercises, regulation of motor load that are similar in terms of their modes to the operational activity of the police officer. The pedagogical technology of professionally-applied physical training of cadets at educational institutions of the Russian Interior Ministry to the official activity have been developed in the article.

Keywords: operative and office activity, adequacy of actions, professional and applied physical preparation, specialized skills of the weapon and combat possession, police officer, cadets, educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, technology of physical preparation.

ВВЕДЕНИЕ

Повышение требований к служебной деятельности сотрудников полиции обуславливает необходимость повышения качества учебного процесса в учебных заведениях МВД РФ, в которых обучается основная масса курсантов и слушателей – будущих офицеров правоохранительных органов. Формирование профессионально значимых физических качеств и двигательных навыков осуществляется средствами профессионально-прикладной физической подготовки. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел направлена на формирование у них соответствующих физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости), технической, психологической готовности к применению физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия. В структуре профессиональной подготовленности сотрудников полиции важнейшими ее составляющими являются общая физическая (бег на скорость, выносливость, силовые упражнения) и специальная (единоборства, огневая) подготовленность. Современные требования к сотрудникам полиции требуют комплексного проявления обеих сторон подготовленности для успешного противоборства с правонарушителями, и это особенно актуально в случаях, когда в ограниченное время сотрудник должен принять решение по пресечению противоправного деяния, его предотвратить, используя либо физическую силу, либо табельное оружие, и в то же время выжить, выполняя свой профессиональный долг. В эти мгновения очень остро актуализируется вопрос адекватности ответных действий сотрудника полиции в складывающихся ситуациях оперативно-служебной деятельности по пресечению противоправных поступков со стороны нарушителей.

В последнее время в быту очень часто встречается неоправданное использование населением травматического оружия, использование специализированных умений и навыков единоборств в ситуациях, не связанных с самозащитой и охраной жизни и здоровья близких людей (например, действия спортсмена Р. Мирзоева). К сожалению это встречается и в среде сотрудников органов внутренних дел (вспомним хотя бы скандальное дело майора Евсеева о применении табельного оружия с нападением на гражданских лиц). В обществе все чаще слышатся суждения в пользу разрешить гражданам России носить и использовать оружие для целей самообороны, подобно тому, как это принято в США. Именно здесь актуализируется проблема адекватности встречных и ответных действий гражданина, равно как и сотрудника внутренних дел, к применению оружия, специальных средств и проявлению специализированных навыков единоборств в важных для жизни человека ситуациях. В утверждениях оппонентов мы слышим обратное, что население России еще не готово к адекватным и правильным действиям по использованию оружия в экстремальных ситуациях, связанных с охраной жизни, чести и достоинства человека, подчеркивается отсутствие навыков специальной стрелковой подготовки у владеющих оружием людей, вопрос рассматривается в плоскости психологической и нравственно-этической ответственности за предполагаемые поступки.

Цель нашего исследования – совершенствование педагогических технологий профессионально-прикладной физической подготовки курсантов образовательных учрежде-

ний МВД России к служебной деятельности, связанных с совершенствованием специализированных умений и навыков и адекватным их применением в условиях служебно-боевой и правоохранительной деятельности. Адекватность в действиях мы связываем с подбором упражнений, нормированием нагрузки в двигательных заданиях, проявлением физической активности по запросу потребного будущего, рассматриваем ее как соответствие целевой задаче достижения планируемого уровня подготовленности, проявляемого в модельной двигательной деятельности сотрудника полиции в условиях принятия экстремальных двигательных решений в постоянно меняющейся обстановке на улице, в окружении людей, в зданиях, на транспорте, в условиях ограниченного пространства действий, в других способах служебной деятельности.

МЕТОДИКА

На первом этапе анкетированию были подвержены 146 курсантов и слушателей 1 и 2 курсов обучения Московского университета и Воронежского института МВД РФ. Предварительно студенты сдали контрольные тесты по курсу стрельб (АК-1, 1 и 2 упражнение ПМ по курсу стрельб), у курсантов тестировались навыки защитно-атакующих действий. Было выделено три группы испытуемых: «отлично», «хорошо» и «удовлетворительно» владеющих специализированными навыками в стрельбе из пистолета и навыками защиты и нападения в условиях пассивного и активного сопротивления. Курсантам и слушателям были предложены игровые ситуации нарушения правопорядка и заданы вопросы, в которых выяснялась их позиция: стали бы они в данной ситуации использовать табельное оружие, применять специализированные навыки борьбы. Игровые ситуации предусматривали усложняющуюся степень принятия поведенческих решений. Одновременно на данном этапе изучались психофизиологические показатели курсантов (подвижность, уравновешенность и сила нервных процессов) по методике В.А. Таймазова и Я.В. Голуб (2004 г). Тестирование проводилось на программно-аппаратурном комплексе (ПАКФ-1).

На втором этапе исследования были применены инструментальные методики, позволившие оценить функциональную активность курсантов 1-5 курсов в естественных условиях учебных занятий при обучении и выполнении базовых физических упражнений, включенных в наставление по физической подготовке, что дало возможность установить адекватность режимов тренирующих воздействий в двигательных заданиях различным условиям оперативно-служебной деятельности сотрудника полиции. Основные результаты исследования были получены с использованием методики «Polar Team System», которая по своим функциональным возможностям отвечает инновационным технологиям. Использование методики «Polar Team System» позволило получить объективную информацию о реакции организма курсантов на нагрузку, оценить плотность и двигательную активность на занятиях, оценить упражнения и приемы задержания в ситуациях правонарушения сквозь призму адекватности физической подготовленности тем физическим проявлениям, которые показывали курсанты в ситуациях оперативно-служебной деятельности.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

На первом этапе исследования после проведенного опроса и анализа игровых служебных действий была установлена тенденция, что курсанты, отлично владеющие навыками стрельбы и показывающие высокую результативность, высказываются в пользу применения своих специализированных навыков в самой последней стадии конфликтности сложившихся экстремальных ситуаций по защите жизни, чести и достоинства граждан и работников полиции. Они отодвигают свои решения и реализуют их в максимально далеких действиях применения табельного оружия для пресечения противоправных поступков нарушителей, проявляют адекватность в своих действиях, показывают убежден-

ность, настойчивость, проявляют сознательность. Вместе с тем, сравнительный анализ полученных показателей психофизиологического тестирования курсантов и показателей огневой подготовки позволил выявить высокую плотность прямых корреляционных взаимосвязей в показателях устойчивости нервных процессов и качеством огневой подготовки в 1 и 2 упражнении ПМ по курсу стрельб ($r=0,661 \div 0,782$) и в упражнении АК-1 ($r=0,678 \div 0,851$). Отмечено, что курсанты, имеющие более высокие и стабильные результаты по огневой подготовке, могут в ограниченное время и более быстро решать оперативные задачи по устранению нарушителя в условиях отданного приказа. Поясним, что практика применения огнестрельного оружия сотрудниками полиции (по результатам ежедневных сводок о происшествиях, поступавших в дежурную часть УВД г. Воронежа) характеризуется сложными и подчас неожиданными оперативно-боевыми условиями осуществления стрельбы: ограниченное время на стрельбу – 96% случаев; в 52% случаев прицеливание было затруднено; в 6% случаев стрельба велась «навскидку»; стрельба велась из различных положений: стоя – 62%, сидя из машины – 9,6%, с колена – 7,2%, лежа – 21,2%; при встречном бое с применением пистолетов время огневого контакта составляло от 2 до 5 сек, количество выстрелов от 2 до 4, основная дистанция – до 10 метров.

Дальнейший анализ результатов исследования показал, что курсанты, показывающие удовлетворительную результативность в стрельбе, убеждены в применении оружия и проявлении специализированных навыков огневой подготовки на ранней стадии конфликтности в ситуациях оперативно-служебной деятельности. Они считают, что внешний вид полицейского с оружием страшит нарушителя, принуждает сдаться, при этом данная группа испытуемых очень часто в своих суждениях проявляла агрессивность, враждебность. Подобная аналогия наблюдалась и в группах курсантов, отлично и удовлетворительно владеющих навыками единоборств.

На втором этапе исследования оценивались текущие реакции курсантов в стандартных двигательных заданиях, широко используемых при оценке физической подготовленности сотрудников полиции (бег на 100, 1000, 2000, 3000 м, челночный бег, подтягивание на перекладине, борьба в стойке и т.д.). Первые результаты были получены на соревнованиях по кроссу на 1000 и 3000 м. Выявлено, что участие курсантов в соревнованиях проходит при максимальной мобилизации психофизиологических возможностей организма, пульсовой режим в зоне высокой интенсивности составляет 94-98%, максимальный показатель ЧСС достигает 200 уд/мин. При оценке плотности учебных занятий, оценке двигательной активности курсантов на занятиях при выполнении приемов защиты и нападения в условиях пассивного и активного сопротивления, установлено, что основную нагрузку определяют упражнения малых и средних напряжений. Нагрузка в зоне высокой интенсивности составила не более 10-15%, она имеет место только тогда, когда в учебном занятии совершенствуются приемы борьбы с сопротивлением, когда в интенсивном режиме отрабатываются ударные защитно-атакующие действия, когда в учебное занятие включаются элементы игрового характера. В этой связи заметим, что высокая надежность технико-тактических действий в единоборствах у курсантов реализуется в условиях жесткой конкуренции тогда, когда объем тренировочных заданий в развивающем режиме (зона 90-100% индивидуальных возможностей) достигает 50%. Далее в нашем исследовании оценивалась пульсовая стоимость двигательной активности курсантов в условиях моделирования контакта с правонарушителем. В качестве моделируемой ситуации была выбрана борьба в стойке с активным противодействием в течение 30 сек, одной, двух, трех минут. Оценивались и другие варианты: бой с тенью; освобождение от захвата, и другие. В эксперименте приняли участие курсанты (в том числе и женщины) разного уровня подготовленности. Установлено, что пульсовой режим в условиях моделирования ситуаций гораздо выше, чем в естественном учебном процессе единоборств, двигательная деятельность курсантов в пульсовом режиме 160-200 ударов в минуту составила 80-85%. Очевидно, что в реальной экстремальной ситуации эти показатели еще

выше.

ВЫВОДЫ

Итак, можно заключить, что в свете повышения требований к сотрудникам МВД РФ, система профессионально-прикладной физической подготовки курсантов к служебной деятельности имеет значительные резервные возможности. Повышение качества учебного процесса связано, прежде всего, с внедрением инновационных технологий, основанных на соответствии и адекватности двигательных заданий условиям оперативно-служебной деятельности. В наших технологиях – это целевое изменение средств, методов физической подготовки, форм организации двигательной деятельности как системы взаимосвязанных элементов, целенаправленных на достижение планируемого целевого уровня подготовленности. Очевидно, что принятие тактических и стратегических управленческих решений в этом направлении должно основываться на научной основе. Научная основа преподавания – это путь к повышению качества учебного процесса, это путь к повышению уровня физической подготовленности выпускников образовательных учреждений МВД России к служебной деятельности.

Контактная информация: genchay@mail.ru

Статья поступила в редакцию 01.09.2012.

УДК 796:612

ИЗМЕНЕНИЯ ЭХОКАРДИОГРАММЫ СПОРТСМЕНА ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ ОДНОКРАТНЫХ, РАЗЛИЧНЫХ ПО ХАРАКТЕРУ НАГРУЗОК

*Абсет Хакиевич Талибов, кандидат педагогических наук, доцент,
Национальный государственный университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

Работа посвящена влиянию тренировочных нагрузок на динамику сердечно-сосудистой системы спортсменов. Различие нагрузок по объему, длительности, интенсивности и специфичности отражено в динамике эхокардиографических показателей. Из представленного материала в оценке реакции сердечно-сосудистой системы на предельную нагрузку большое значение имеет исходные эхокардиографические показатели и их динамика. После выполнения нагрузки у хорошо тренированных спортсменов основные эхокардиографические показатели к 15-й минуте восстановления приближаются к своим исходным величинам, а к 30-й минуте ряд показателей приобретает даже несколько меньшие, чем исходные, значения. Эту реакцию следует расценивать как адекватную на предельную нагрузку, вызывающую значительное напряжение адаптации.

Ключевые слова: физиология, эхокардиография, сердце, напряжение, левый желудочек.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2012.08.90.p94-98

CHANGES IN ECHOCARDIOGRAPHY OF ATHLETE UNDER THE INFLUENCE OF A SINGLE, DIFFERENT BY NATURE LOADS

*Abset Hakievich Talibov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg*

Annotation

The work is devoted to the influence of the training loads on the dynamics of the cardiovascular system of the sportsmen. The difference of loads by volume, duration, intensity and specificity is reflected in the dynamics of echocardiographic indicators. From the presented material in the assessment of the reaction of the cardiovascular system on the maximum load the initial echocardiographic indicators and