

Алдошин Андрей Витальевич

канд. пед. наук, профессор

ФГКОУ ВО «Орловский юридический институт

МВД России им. В.В. Лукьянова»

г. Орёл, Орловская область

Носов Станислав Андреевич

канд. пед. наук, доцент

ФГКОУ ВО «Сибирский юридический институт МВД РФ»

г. Красноярск, Красноярский край

DOI 10.31483/r-168379

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Аннотация: статья посвящена анализу системы спортивной подготовки курсантов МВД России. Современная служебная деятельность сопряжена с необходимостью действовать в нестандартных, быстро меняющихся ситуациях, где шаблонное применение заученных приемов часто неэффективно. В работе критически рассматриваются традиционные подходы к тренировкам, ограниченные отработкой стандартных действий в предсказуемых условиях, и обосновывается необходимость внедрения инновационных методик.

Ключевые слова: физическая подготовка, курсанты, сотрудники правоохранительных органов, физическое воспитание, профессиональные качества, боевые приемы борьбы, психофизическая подготовка.

Спортивная подготовка курсантов образовательных организаций.

МВД России – это важный процесс, который помогает им оставаться выносливыми, сильными и способными действовать в любых ситуациях. Их работа требует высокой скорости реакции, хорошей координации и силы, поэтому тренировки должны быть не только регулярными, но и правильно организованными. Чтобы этого добиться, используется определенный алгоритм подготовки, который включает в себя несколько этапов.

В самом начале необходимо определить уровень физической подготовленности каждого человека. Все курсанты разные: кто-то уже обладает отличной спортивной формой, а кому-то требуется дополнительная работа над развитием физических качеств. Поэтому перед началом интенсивных тренировок проводится тестирование, которое помогает выявить сильные и слабые стороны. На основе этих данных строится индивидуальная программа, позволяющая постепенно улучшать физические показатели [1, с. 139].

Изучают и совершенствуют боевые приемы борьбы курсанты в парах с партнерами примерно одинакового роста и веса. В основном тренируются только на правую руку и используют стандартные макеты оружия. Но в реальных условиях им приходится действовать против противников разного телосложения, которые могут быть вооружены штатным оружием и использовать левую руку. Соответственно, успешное применение приемов в таких ситуациях зависит от того, насколько быстро сотрудник может подстроиться под нестандартные условия и изменить технику боя. Это также является показателем хорошо развитой двигательной ловкости.

Исследования в области обучения боевым приемам борьбы подтверждают, что эффективность освоения техники зависит от уровня координации. Н.А. Бернштейн выделял два типа ловкости: телесную и предметную. Первая отвечает за быстрые и точные перемещения тела в пространстве, а вторая – за умение действовать с различными предметами. В условиях полицейской работы предметная ловкость важна при использовании наручников, палок специальных, электрошокеров и других спецсредств. Телесная же проявляется во время схватки без оружия. Интересно, что оба типа ловкости наиболее ярко проявляются не в стандартных тренировочных условиях, а в неожиданных и нестандартных ситуациях, где приходится импровизировать [2, с. 45].

Работа полицейских связана с постоянной необходимостью быстро реагировать на неожиданные ситуации. При этом им приходится адаптировать приемы ограничения подвижности, чтобы добиться наилучшего результата. Даже если операция тщательно спланирована, всегда остается вероятность, что собы-

тия развернутся непредсказуемо, а задерживаемый человек будет действовать нестандартно.

Каждый случай, когда приходится применять физическую силу, по-своему уникален. Чем решительнее и подготовленнее преступник, тем быстрее и точнее должен действовать полицейский. В ситуации сопротивления важно не просто применять известные приемы, а гибко подстраивать их под реальные условия. На это влияет многое: одежда и вес нарушителя, его рост, уровень физической подготовленности и наличие оружия. Полицейскому нужно уметь правильно передвигаться в пространстве, использовать любые предметы вокруг, если ситуация того требует.

Главное – не просто выполнять отработанные движения, а находить новые решения в неожиданных обстоятельствах. Поэтому тренировки в заранее отработанных вариантах малоэффективны и не дают значительного результата. Необходимо разрабатывать новые методы подготовки, которые помогут сотрудникам правоохранительных органов становиться быстрее, сообразительнее и увереннее в нестандартных ситуациях. Важно вводить эти методики в учебный процесс, чтобы будущие полицейские могли совершенствовать ловкость, необходимую в их профессиональной деятельности [3, с. 67].

Обучение должно строиться по определенным принципам. Во-первых, важно создать условия, при которых курсанты не смогут заранее предугадать ход действий. Это может быть неожиданный поворот событий, новые внешние условия или нестандартное поведение тренирующего их оппонента. Во-вторых, во время работы с противником необходимо развивать у обучающихся навык предугадывать его дальнейшие шаги и уметь действовать на опережение [4, с. 36].

В учебном процессе такие навыки лучше всего формировать с помощью практических занятий на специализированных полигонах, где курсантам предлагаются конкретные ситуации, максимально приближенные к реальности. Необходимо в программу включать ситуации, моделирующие различные служебно-боевые задачи, с которыми сотрудники полиции могут столкнуться в

своей практике. Эти задачи разделены на три группы: действия в помещениях, работа с гражданами, находящимися в транспортных средствах, и выполнение задач на улице.

Каждая такая задача включает несколько ключевых моментов: какие цели преследует наряд, в каких условиях происходит выполнение задания, сколько человек участвует в событии и насколько они активны или вооружены. Определяется, насколько эффективно обучающийся справляется с заданием, на основе оценки тактики всей группы, действий каждого курсанта в отдельности и правильности использования приемов рукопашного боя и специальных средств [5, с. 55].

Кроме того, занятия должны носить прикладной характер, соответствующий специфике профессиональной деятельности. Специалисты отмечают, что в образовательных организациях МВД России уделяется большое внимание психофизической подготовке курсантов как на занятиях по физической подготовке. Однако иногда курсанты недооценивают важность физической подготовки, считая, что в их будущем рабочем процессе не придется применять приобретенные навыки. Тем не менее, основной целью дисциплин является укрепление физического здоровья, что крайне важно для представителей данной профессии.

Это широкая концепция, в которой так много тем, таких как кинезиология, биомеханика, йога, физиология, психология в спорте и т. д., изучаются в рамках физического воспитания.

Необходимо чередование нагрузки и отдыха, наращивание развивающих и тренировочных воздействий, скорректированная компенсация динамики напряжения, циклическая структура занятий и возрастные особенности занятия физической культурой.

Физическая культура – отличный способ познать себя, свое тело и то, как оно работает, в каких видах деятельности вы можете преуспеть, а в каких нет.

Из этих знаний могут проистекать гибкость, сила, ловкость, равновесие, координация, тренировка сердечно-сосудистой системы, дух товарищества и даже история и культура, связанные со спортом.

Кроме того, командная работа, саморазвитие и даже практические навыки, такие как ситуационная осведомленность, умение слушать инструкции тренера.

Таким образом, в физическом воспитании существует определенная иерархия воспитательных принципов. Вся практическая деятельность тренера строится на идейных основах общих принципов. Методические принципы определяют общие правила методики обучения. Правила системного построения процесса обучения основаны на определенных принципах.

Список литературы

1. Кузнецов М.Б. Метод спортивной тренировки в процессе обучения боевым приемам борьбы курсантов и слушателей в образовательных организациях МВД России / М.Б. Кузнецов // Наука и инновации в сфере образования и производства: сборник научных трудов конференции (Орел, 1–3 июня 2015 г.). – Орел: ОГУ, 2015. – С. 138–143. EDN UIUVEB
2. Громов М.А. Особые условия как универсальное понятие для деятельности органов и подразделений ОВД России: виды, характеризующие признаки классификация / М.А. Громов // Труды Академии управления ОВД России. – 2013. – №4 (28). – С. 44–46.
3. Василенко Е.В. Психологические особенности экстремальных ситуаций в деятельности полиции / Е.В. Василенко // МНКО. – 2014. – №6 (49). – С. 66–68.
4. Геляхова Л.А. Устойчивость сотрудников ОВД к экстремальным ситуациям служебной деятельности / Л.А. Геляхова // Теория и практика общественного развития. – 2021. – №2. – С. 34–37.
5. Виноградова О.П. К вопросу о концепции «обоснованного риска» при осуществлении профессиональной деятельности сотрудниками полиции / О.П. Виноградова, А.В. Армянинова // Юридическая техника. – 2019. – №13. – С. 54–57. EDN PPZLMV