

УДК 796

DOI 10.34670/AR.2019.45.4.035

Актуальные вопросы совершенствования общей и специальной физической подготовки сотрудников органов внутренних дел РФ

Хажироков Валерий Ахиедович

Капитан полиции,
старший преподаватель кафедры физической подготовки,
Северо-Кавказский институт повышения
квалификации сотрудников МВД России (филиал),
Краснодарский университет МВД России,
360016, Российская Федерация, Нальчик, ул. Мальбахова, 123;
e-mail: hajirov@mail.ru

Аннотация

Статья посвящена вопросам совершенствования общей и специальной физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации на занятиях по физической подготовке в образовательных организациях МВД России. Профессиональная, служебная и боевая деятельность сотрудников органов внутренних дел осуществляется на фоне значительных физических нагрузок, и эта деятельность не будет эффективной без надлежащего уровня физического совершенствования каждого сотрудника. Процесс физической подготовки в образовательных организациях МВД России направлен на решение как общих задач, так и задач оперативно-служебной деятельности сотрудников. Занятия по физической подготовке развивают профессионально значимые качества и способствуют поддержанию должного уровня физической и умственной работоспособности. Физическая подготовка в образовательных организациях МВД России структурно подразделяется на общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка представляет собой процесс, направленный на совершенствование двигательных физических качеств, обеспечивающих всестороннее и гармоничное физическое развитие личности. Специальная направленность физической подготовки означает такие особенности ее различных компонентов, которые обеспечивают эффективное решение как общих, так и специализированных задач физической подготовки.

Для цитирования в научных исследованиях

Хажироков В.А. Актуальные вопросы совершенствования общей и специальной физической подготовки сотрудников органов внутренних дел РФ // Педагогический журнал. 2019. Т. 9. № 4А. С. 336-341. DOI 10.34670/AR.2019.45.4.035

Ключевые слова

Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, двигательный навык, совершенствование, МВД России.

Введение

Профессиональная, служебная и боевая деятельность сотрудников органов внутренних дел осуществляется, как известно, на фоне значительных физических нагрузок. И эта деятельность не будет эффективной без надлежащего уровня физического совершенствования каждого сотрудника.

Физическая подготовка в образовательных организациях МВД России выступает в роли целенаправленной деятельности для улучшения физического развития и функционального состояния, повышения уровня физической подготовленности, осуществляемой в условиях служебно-профессиональной деятельности, находящей выражение в качественно новом состоянии организма занимающихся и проявляющейся в высоком уровне развития физических качеств и степени сформированности двигательных навыков [Кануков, 2018].

Физические качества в контексте физической подготовки представляют собой свойства организма, обеспечивающие двигательную деятельность и выражающиеся в проявлении силы, быстроты, ловкости и выносливости. В свою очередь, двигательные навыки находят выражение в доведенных до автоматизма практических действиях, выполняемых в соответствии с поставленной задачей.

Основная часть

Основным средством физической подготовки выступают физические упражнения – двигательные действия, используемые в целях улучшения физического состояния личности, в частности повышения физической подготовленности.

Процесс физической подготовки в образовательных организациях МВД России направлен на решение как общих задач, так и задач оперативно-служебной деятельности сотрудников. Занятия по физической подготовке развивают профессионально значимые качества и способствуют поддержанию должного уровня физической и умственной работоспособности. Физическая подготовка в образовательных организациях МВД России структурно подразделяется на общую (далее – ОФП) и специальную физическую подготовку (далее – СФП).

ОФП представляет собой процесс, направленный на совершенствование двигательных физических качеств, обеспечивающих всестороннее и гармоничное физическое развитие личности. Посредством общей физической подготовленности повышаются функциональные возможности организма и общая работоспособность. Вместе с тем ОФП выступает основой для специальной подготовки и достижения высоких результатов в выбранной профессиональной или спортивной деятельности [Ахматгатин, Толстихин, 2011]. К средствам ОФП относятся физические упражнения, в том числе бег, плавание, спортивные и подвижные игры, лыжный спорт, велосипедная езда, упражнения с отягощениями и т. д., оздоровительные процедуры и гигиенические факторы.

Задачами ОФП являются:

- укрепление и сохранение здоровья, совершенствование телосложения, гармоничное физическое развитие, поддержание общего уровня функциональных возможностей организма, сохранение высокого уровня работоспособности на долгие годы;
- развитие всех основных физических качеств – силы, быстроты, ловкости и выносливости;
- создание базовой основы для специальной физической подготовленности.

При организации учебно-тренировочного процесса по физической подготовке ОФП

является основной целевой задачей, которая ориентирована на укрепление здоровья занимающихся, повышение общей работоспособности и эффективности служебно-профессиональной деятельности [Бокий, 2015]. Вместе с тем необходимо помнить, что даже достаточно высокая общефизическая подготовленность не всегда может обеспечить в полной мере успех в подготовке к конкретному виду профессиональной или спортивной деятельности [Настуев, 2018]. В этих случаях на помощь приходит СФП, которая в области профессиональной деятельности именуется профессионально-прикладной физической подготовкой (далее – ППФП).

Специальная направленность физической подготовки означает такие особенности ее различных компонентов, которые обеспечивают эффективное решение как общих, так и специализированных задач физической подготовки.

Сущностно СФП состоит в наиболее эффективном использовании всех компонентов системы с целью обеспечения на базе разносторонней физической подготовленности сотрудников преимущественного развития физических, специальных, психологических качеств и двигательных навыков, а также отдельных сторон функционального состояния организма и его устойчивости, наиболее важных для повышения профессионального мастерства [Гусев, 2014]. Обучение основам ППФП в образовательных организациях МВД России имеет большое практическое значение, так как способствует сокращению сроков освоения профессиональных знаний, умений и навыков, вселяет в занимающегося уверенность в своих силах, способствует увеличению производительности труда [Кануков, 2018].

Согласно Приказу МВД России от 1 июля 2017 г. № 450, на занятиях по профессионально-служебной и физической подготовке осуществляются поддержание и совершенствование физических качеств, а также двигательных навыков и умений сотрудников.

ППФП представляет собой процесс специально направленного и избирательного использования средств физической культуры и спорта для подготовки сотрудника к определенной профессиональной деятельности.

В целом требования к физической подготовке слушателей зависят от особенностей двигательного режима их оперативно-служебной деятельности и находят свое выражение в целях и задачах ППФП как самостоятельного раздела учебной дисциплины «Физическая подготовка». Следовательно, целью ППФП выступает формирование физической готовности у слушателей к успешной профессиональной деятельности [Карданов, 2017]. Для достижения указанных целей необходимо создать занимающимся определенные условия для формирования физической готовности, в том числе:

- ускорение профессионального обучения;
- достижение высокоэффективной деятельности в избранной профессии;
- предупреждение профессиональных заболеваний и травматизма, обеспечение профессионального долголетия;
- использование средств физической подготовки и спорта для активного отдыха и восстановления общей и профессиональной работоспособности в рабочее и свободное время;
- выполнение служебных и общественных функций по внедрению физической подготовки и спорта в профессиональном коллективе.

Задачами ППФП слушателей в контексте особенностей их профессиональной деятельности выступают:

- осваивание необходимых прикладных знаний;
- формирование прикладных умений и навыков;
- развитие прикладных психических и физических качеств;
- развитие специальных прикладных качеств (см. Приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450).

Прикладные знания находятся в непосредственной связи с профессиональной деятельностью слушателей. Их можно получить в процессе физического воспитания, во время методических бесед и установок, на практических и учебно-тренировочных занятиях по физической подготовке, а также путем самостоятельного изучения специальной литературы.

Прикладные умения и навыки обеспечивают безопасность в повседневной профессиональной деятельности и способствуют быстрому и экономичному передвижению при решении служебно-прикладных задач (ускоренное передвижение, плавание, ходьба на лыжах, стрельба, управление транспортным средством и т. д.).

К прикладным психическим и физическим качествам относится обширный перечень необходимых для каждой профессиональной группы прикладных качеств, которые можно формировать на занятиях различными видами спорта [Настуев, 2018]. Так, физические качества (быстрота, сила, ловкость и выносливость) необходимы во многих видах профессиональной деятельности. Указанные качества формируются как на учебно-тренировочных занятиях, проводимых в обстановке максимально приближенных к реальным, так и самостоятельно [Ахматгатин, Толстихин, 2011]. Именно на спортивных тренировках, при самостоятельных занятиях физической подготовкой создаются условия для формирования и развития таких волевых качеств, как настойчивость, решительность, смелость, выдержка, самообладание, самодисциплина.

Специальные прикладные качества представляют собой способность организма противостоять специфическим воздействиям окружающей среды, в том числе холоду, жаре, укачиванию в автомобиле, в водоемах, недостаточному парциальному давлению кислорода в горах и т. д. Указанные способности можно развивать процедурами закаливания, дозированной тепловой тренировки, специальными упражнениями для развития вестибулярного аппарата, упражнениями на выносливость и т. д. Специальные прикладные качества формируются в процессе ППФП не только с помощью специально подобранных упражнений, но и при регулярных самостоятельных занятиях упражнениями, соответствующими особенностям профессионально-служебной деятельности.

Вместе с тем при проведении практических и учебно-тренировочных занятий содержание ППФП должно быть согласовано с возможностями каждого сотрудника в зависимости от состояния его здоровья, уровня физической подготовленности и степени адаптации [Гусев, 2014; Карданов, 2017].

Заключение

Общая и специальная (профессионально-прикладная) физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел, а следовательно, и поддержание их физической подготовленности на должном уровне способствуют формированию необходимых им в служебной и боевой деятельности двигательных навыков. От комплексного сочетания средств и методов физической подготовленности зависит уровень сформированности у них устойчивых умений и навыков осуществления грамотных тактических действий, разученных на основе компетентно

подобранных физических упражнений, при выполнении оперативно-служебных задач по охране общественного порядка и обеспечении общественной безопасности.

Библиография

1. Ахматгатин А.А., Толстихин А.Н. Направленность общей и специальной физической подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России // Материалы Международной научно-практической конференции «Совершенствование боевой и физической подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений силовых ведомств». Иркутск, 2011. С. 10-15.
2. Бокий А.Н. Особенности организации физической подготовки в вузах МВД России // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные вопросы совершенствования специальной подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России». Краснодар, 2015. С. 30-33.
3. Гусев А.А. Интегрированный подход к служебно-прикладной физической подготовке слушателей образовательных организаций МВД России // Концепт. 2014. № S20. С. 26-30.
4. Кануков А.М. Совершенствование общей физической подготовки слушателей программ профессионального обучения в образовательных организациях МВД России // Педагогический журнал. 2018. Т. 8. № 3А. С. 74-80.
5. Карданов А.К. Вопросы оптимизации организации физической подготовки слушателей по программам профессиональной подготовки МВД России // Современный ученый. 2017. № 3. С. 149-152.
6. Настуев Э.Б. Значение физической подготовки в профессиональной деятельности слушателей программ профессионального обучения в образовательных организациях МВД России // Педагогический журнал. 2018. Т. 8. № 4А. С. 75-81.
7. Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 01.07.2017 № 450. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_223221/

Topical issues of the improvement of general and special physical training of the staff of internal affairs bodies of the Russian Federation

Valerii A. Khazhirokov

Police Captain,
Senior Lecturer at the Department of physical training,
North Caucasus Institute of Advanced Training of Employees
of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation (branch),
Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation,
360016, 123 Malbakhova st., Nalchik, Russian Federation;
e-mail: hajirov@mail.ru

Abstract

The article aims to study the improvement of general and special physical training of the staff of internal affairs bodies of the Russian Federation during physical training classes in the educational organisations of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation. Professional, service and fighting activities of the staff of internal affairs bodies are carried out against the background of considerable physical exercise. And these activities are not effective without the appropriate level of the fitness of each employee. The process of physical training in the educational organisations of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation is directed to the solution of both the general tasks, and tasks of operational and service activities of the staff. Physical training classes develop professionally significant qualities and promote maintenance of the due level of physical and intellectual working capacity. Physical training in the educational organisations of the Ministry

Valerii A. Khazhirokov

of Internal Affairs of the Russian Federation is structurally subdivided into general and special physical training. General physical training represents the process directed to the improvement of motor qualities providing comprehensive and harmonious physical development. The special orientation of physical training means such features of its various components that provide an effective solution of general and specialised tasks of physical training.

For citation

Khazhirokov V.A. (2019) Aktual'nye voprosy sovershenstvovaniya obshchei i spetsial'noi fizicheskoi podgotovki sotrudnikov organov vnutrennikh del RF [Topical issues of the improvement of general and special physical training of the staff of internal affairs bodies of the Russian Federation]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 9 (4A), pp. 336-341. DOI 10.34670/AR.2019.45.4.035

Keywords

General physical training, special physical training, motor skill, improvement, Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation.

References

1. Akhmatgatin A.A., Tolstikhin A.N. (2011) Napravlennost' obshchei i spetsial'noi fizicheskoi podgotovki kursantov i slushatelei obrazovatel'nykh uchrezhdenii MVD Rossii [The orientation of general and special physical training of cadets and students of the educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation]. *Materialy Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii "Sovershenstvovanie boevoi i fizicheskoi podgotovki kursantov i slushatelei obrazovatel'nykh uchrezhdenii silovykh ведомств"* [Proc. Int. Conf. "The improvement of combat and physical training of cadets and students of educational institutions of law enforcement agencies"]. Irkutsk, pp. 10-15.
2. Bokii A.N. (2015) Osobennosti organizatsii fizicheskoi podgotovki v vuzakh MVD Rossii [The features of the organisation of physical training in the higher education institutions of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation]. *Materialy Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii "Aktual'nye voprosy sovershenstvovaniya spetsial'noi podgotovki kursantov i slushatelei obrazovatel'nykh organizatsii sistemy MVD Rossii"* [Proc. Conf. "Topical issues of improving special training of cadets and students of the educational organisations of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation"]. Krasnodar, pp. 30-33.
3. Gusev A.A. (2014) Integrirovannyi podkhod k sluzhebno-prikladnoi fizicheskoi podgotovke slushatelei obrazovatel'nykh organizatsii MVD Rossii [An integrated approach to service-applied physical training of cadets of the educational organisations of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation]. *Kontsept* [Concept], S20, pp. 26-30.
4. Kanukoev A.M. (2018) Sovershenstvovanie obshchei fizicheskoi podgotovki slushatelei programm professional'nogo obucheniya v obrazovatel'nykh organizatsiyakh MVD Rossii [Improving the fitness of cadets of vocational training programs in the educational organisations of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 8 (3A), pp. 74-80.
5. Kardanov A.K. (2017) Voprosy optimizatsii organizatsii fizicheskoi podgotovki slushatelei po programmam professional'noi podgotovki MVD Rossii [Issues of the optimisation of the organisation of physical training of cadets of vocational training programs of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation]. *Sovremennyyi uchenyi* [Modern scientist], 3, pp. 149-152.
6. Nastuev E.B. (2018) Znachenie fizicheskoi podgotovki v professional'noi deyatel'nosti slushatelei programm professional'nogo obucheniya v obrazovatel'nykh organizatsiyakh MVD Rossii [The significance of physical training in professional activities of cadets of vocational training programs in the educational organisations of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 8 (4A), pp. 75-81.
7. *Ob utverzhdenii Nastavleniya po organizatsii fizicheskoi podgotovki v organakh vnutrennikh del Rossiiskoi Federatsii: prikaz MVD Rossii ot 01.07.2017 № 450* [On approving the Instruction on organising physical training in internal affairs bodies in the Russian Federation: Order of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation No. 450 of July 1, 2017]. Available at: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_223221/ [Accessed 30/07/19].