

Министерство образования и науки Российской Федерации

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных игр

**«ОРГАНИЗАЦИОННОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ МВД
В УСЛОВИЯХ ЦЕНТРА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ»**

АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

студента 3 курса
направление подготовки 49.04.01 Физическая культура
профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Института физической культуры и спорта

Токарева Александра Юрьевича

Научный руководитель

Доцент, к.ф.н.

_____ Р.С. Данилов
подпись, дата

Зав. кафедрой,

Доцент, к.ф.н.

_____ Р.С. Данилов
подпись, дата

САРАТОВ 2018

Введение

Актуальность. Высокий уровень профессиональной подготовленности работников органов МВД к эффективным действиям в штатных и, особенно, экстремальных ситуациях является залогом успешного решения задач обеспечения соответствующего правопорядка и общественной безопасности в государстве.

В условиях напряженной криминогенной обстановки физическая подготовленность сотрудников является решающим фактором эффективной правоохранительной деятельности при охране правопорядка и борьбы с преступностью.

В нашей стране вопросу совершенствования процесса подготовки сотрудников органов внутренних дел уделяется достаточно большое внимание, что способствует формированию высокопрофессиональных кадров, а, следовательно, и развитию эффективной системы охраны правопорядка, стоящей на страже и защите прав и свобод граждан.

Однако проблема повышения уровня служебной и физической подготовленности курсантов-слушателей и сотрудников различных служб и подразделений МВД России является, на наш взгляд, все еще актуальной, так как в ходе проверок различных подразделений МВД достаточно часто выявляется недостаточный уровень развития физических и психических качеств сотрудников ОВД. [1].

На слабую физическую подготовку современных сотрудников силовых органов различного уровня указывают в своих публикациях ряд специалистов (В.И. Ильинич, М.А. Москвичев, Р.В. Пузыревский) [11, 23, 27]

К сожалению, действительно, можно привести множество фактов, когда в противостоянии с преступниками, особенно вооруженными, работники полиции оказываются не достаточно подготовленными. Анализ публикаций на эту тему И.В. Герасимова (2003), А. Ф. Калашникова (1997, 2008), П.П. Михеева (2001, 2004), В.А. Тарасова и Ю.А. Умрихина (2006), Н.Н. Силкина (2001) и ряда других авторов позволил нам определить, что зачастую главными

факторами такого положения в подготовке работников правоохранительных органов являются малые объемы общей и специальной физической подготовки, низкий методический уровень организации и проведения занятий на местах, отсутствие соответствующей материальной базы, допуск к проведению занятий лиц, не имеющих соответствующей профессиональной подготовки, опыта обучения и образования в отрасли физического воспитания и спорта [5, 12, 13, 21, 22, 29, 28].

Как показывает практика деятельности правоохранительных органов, исход любой операции по пресечению преступных действий зависит не только от умения сотрудника органов МВД владеть табельным оружием и уверенно использовать освоенные приемы рукопашного боя, но и, прежде всего, от степени общей физической подготовленности, а именно: высокого уровня развития основных функциональных и двигательных способностей. Что и явилось *проблемой* настоящего исследования.

Решение сформулированной проблемы нашло свое отражение в рамках избранной нами *темы* исследования «Организационное и методическое обеспечение функционального состояния сотрудников органов МВД в условиях Центра профессиональной подготовки».

Цель исследования: выявить влияние профессионально-прикладной физической культуры на функциональную подготовку сотрудников МВД.

Объектом исследования является процесс функциональной подготовки сотрудников органов внутренних дел.

Предметом исследования является содержание специально направленной физической подготовки сотрудников МВД в условиях Центра профессиональной подготовки.

В основу исследования была положена следующая *гипотеза*: средствами целенаправленной физической подготовки, в течение учебно-тренировочного цикла возможно нивелировать отставание в уровне функционального состояния занимающихся, имеющих различный уровень физической подготовленности.

В соответствии с объектом, предметом и целью исследования были поставлены и решались следующие задачи:

1. проанализировать освещение данной проблемы в теории и практике профессиональной подготовки работников МВД;
2. представить средства и методы профессионально-прикладной физической подготовки данных работников;
3. выявить влияние целенаправленной системы физической подготовки на уровень функционального состояния занимающихся в условиях Центра профессиональной подготовки ГУ МВД России по Саратовской области.

В квалификационной работе использовались следующие методы исследования:

- а) методы содержательного анализа научных источников: нормативных документов и образовательных программ по физической культуре федерального и регионального уровней,
- б) педагогическое исследование организации образовательного процесса в сфере ППФК;
- в) формирующий эксперимент;
- г) методы педагогических измерений.

Глава 1. «Аналитический обзор литературы» раскрывает роль и место физической подготовки в профессиональной деятельности работников МВД, цели и задачи физической подготовки работников МВД, организацию физической подготовки работников органов МВД, а также содержание программы по физической подготовке для рядового и начальствующего состава органов внутренних дел Российской Федерации, структуру учебного процесса по физической подготовке, порядок проверки и оценки физической подготовленности.

Глава 2. «Физическая подготовка в Центре профессиональной подготовки ГУ МВД сотрудников органов внутренних дел» рассматривает профессиональную подготовку сотрудников ОВД в Центрах профессиональной

подготовки МВД России, вопросы организации учебного процесса в Центрах профессиональной подготовки МВД, в том числе и организацию физической подготовки на базе Центра профессиональной подготовки МВД России по Саратовской области.

Глава 3. «Констатирующий эксперимент» представляет вопросы организации и проведения констатирующего эксперимента, а также анализ его результатов.

Основное содержание работы

Констатирующий эксперимент

Организация и проведение констатирующего эксперимента

Эффективность физической подготовки слушателей в условиях Центра профессиональной подготовки мы выявляли посредством констатирующего эксперимента, в котором исследовали динамику функционального состояния женщин, сотрудников ГУВД по городу Саратову, прошедших обучение на курсах повышения квалификации в Центре профессиональной подготовки ГУВД по Саратовской области. Женщина-полицейский, как показывает практика, в настоящее время достаточно частое явление, и их физическая и техническая готовность к силовому противостоянию с правонарушителями является актуальной. Ведь женщины-полицейские все чаще работают в должности полицейских в патрульно-постовой службе, на должности участковых уполномоченных полиции, на должности оперуполномоченных уголовного розыска и из-за особенностей своего телосложения сильнее испытывают стресс, например, вступая в физическое противостояние с правонарушителем противоположного пола [1], а в некоторых ситуациях и сама нуждается в помощи и поддержке сослуживцев. Поэтому для женщин необходимо организовать соответствующую физическую подготовку для достижения продуктивных результатов в профессиональной деятельности.

Физическая подготовка настоящего Центра профессиональной подготовки в отношении слушателей женского пола направлена на достижение и поддержание физической подготовленности, обеспечивающей выполнение

ими служебно-профессиональных обязанностей, на укрепление здоровья с учетом особенностей женского организма.

Для женщин моложе 40 лет на занятиях по физической подготовке в нашем Центре профессиональной подготовки базовыми видами являются легкая атлетика, спортивные игры, гимнастика, спортивные единоборства, плавание, прикладные и зимние виды спорта, способствующие как разностороннему развитию различных кондиционных способностей, так и психических, морально-волевых и нравственных и качеств.

На учебных занятиях по физической подготовке женщин мы уделяем большое внимание всестороннему развитию физических качеств, придерживаясь строго анатомо-физиологических особенностей их организма.

В нашем исследовании принимали участие девушки до 25 лет, по результатам медицинского освидетельствования отнесенные к первой группе здоровья.

В связи с возрастными особенностями данной группы девушек упражнения, используемые нами в учебных занятиях, преимущественно имеют скоростно-силовую направленность, с ограничением силовых статических компонентов. Упражнения силовой направленности направлены на развитие крупных мышечных групп спины и живота, от которых зависит правильная осанка, а также тех мышечных групп, которые в обычной жизни развиваются слабо (косые мышцы туловища, отводящие мышцы конечностей, мышцы задней поверхности бедра и др.).

Типичными средствами развития силовых качеств являются: упражнения с набивными мячами, гантелями небольшого веса, силовые игры типа «перетягивание каната», подтягивания, стойки и т. п. Вес внешних отягощений у девушек ограничен (примерно 60-70 % от максимального), кроме того, строго не выполняются упражнения до отказа, упражнения с отягощением весом собственного тела, большей долей локальных силовых упражнений, с использованием в качестве внешних отягощений преимущественно гимнастических предметов или других нетяжелых снарядов.

С целью развития динамической силы во время занятий по физической подготовке мы использовали следующие средства: напрыгивания и спрыгивания, прыжки, подскоки, ускорения в беге и др.

2.2. Анализ результатов констатирующего эксперимента

Анализируя результаты контрольного тестирования на первом и втором этапах, мы выявили положительную динамику результатов, показанных нашими курсантами, и сравнили их с нормативными требованиями Наставления.¹

Как видно из приведенной сводной таблицы выполнение данного комплексного упражнения имеет положительную динамику, и результаты его соответствуют нормативным требованиям, что свидетельствует о нормальном функциональном состоянии опорно-двигательного аппарата.

Отрицательная динамика результатов в данном упражнении свидетельствует об улучшении координационных и скоростных способностей девушек.

Согласно результатам данного контрольного упражнения показатели выносливости у исследуемых также улучшились, а значит, в функциональном состоянии сердечно-сосудистой системы также произошли положительные сдвиги.

На основании результатов контрольного тестирования мы можем сделать следующий вывод, что исследование динамики **функционального состояния** опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы слушателей, женского пола ЦПП имеет положительные тенденции. Уровень выносливости, силовых качеств, скоростных и координационных способностей соответствует нормативам по физической подготовке, представленных в Наставлении по физической подготовке в органах внутренних дел Российской Федерации, что непосредственно сказывается на функциональном состоянии курсантов.²

Выводы

¹ см Приложение

² См Приложение

В ходе настоящего исследования мы проанализировали тридцать один литературный источник, освещающих проблемы физической и функциональной подготовленности сотрудников в теории и практике профессиональной служебной подготовки в образовательных организациях и подразделениях МВД России

В работе были представлены средства и методы профессионально-прикладной физической подготовки данных сотрудников;

Посредством констатирующего эксперимента мы выявили влияние целенаправленной системы физической подготовки на уровень функционального состояния занимающихся в условиях Центра профессиональной подготовки ГУ МВД России по Саратовской области.

На основании вышесказанного мы можем сделать вывод, что учебно-тренировочные занятия в Учебном Центре подготовки и переподготовки сотрудников ОВД по физической подготовке направлены на укрепление здоровья сотрудников, улучшения функционального состояния их организма и кондиционных способностей, способствуя развитию у них профессиональных значимых двигательных качеств.

Заключение

Профессиональная деятельность сотрудников полиции связана со значительными физическими нагрузками.

Во время выполнения служебных обязанностей сотрудникам органов внутренних дел приходится выполнять разнообразные двигательные действия, связанные с перемещением (ходьба и бег), подъемом на этажи зданий и спуск с них, преодолением различных препятствий, проведением силовых действий по задержанию правонарушителей и другие. Все это должно учитываться при организации занятий по физической подготовке в рамках служебной подготовки и самостоятельных занятий, кроме того. Кроме того физическая подготовка является средством активного отдыха, поддержки оптимального уровня умственной деятельности и снижения негативного влияния на организм

эмоционального напряжения, с которым связана служебная деятельность сотрудников МВД.

На занятиях по физической подготовке отрабатываются практические навыки применения боевых приемов борьбы (в том числе в средствах индивидуальной бронезащиты, летней и зимней форме одежды, на фоне физической и психической нагрузки в условиях, максимально приближенных к реальным ситуациям силового единоборства с правонарушителями; формируются профессионально важные физические качества сотрудников, знания и умения применять средства физической культуры и спорта для обеспечения здоровья и высокой работоспособности и другие вопросы физической подготовки, возникающие в процессе оперативно-служебной деятельности.

Однако, по мнению специалистов, за последние годы повсеместно наблюдается снижение уровня профессионально ориентированной физической подготовки значительной части сотрудников МВД, ухудшение состояния их здоровья, низкий уровень мотивации здорового образа жизни. Эти явления приобретают обобщенный характер, о чем свидетельствует динамика результатов сдачи ряда контрольных нормативов.

Анализ программы физической подготовки сотрудников полиции в нашем Учебном Центре показывает, что этот процесс имеет свою специфическую особенность. Она проводится с учетом особенностей профессиональной деятельности сотрудников органов МВД.

Учебно-тренировочные занятия в Учебном Центре подготовки и переподготовки сотрудников ОВД по физической подготовке направлены на укрепление здоровья сотрудников, способствуя овладению ими навыками выполнения профессиональных двигательных действий в различных условиях, воспитание умения управлять своим организмом. Эта форма физической подготовки предполагает также формирование у слушателей умения управлять своими психическими процессами, происходящими в центральной нервной системе, а также умения вести себя в экстремальных ситуациях, способствуя

формированию основ здорового образа жизни среди личного состава учреждений МВД РФ, привлечению его к регулярным занятиям физическими упражнениями, организации активного досуга.