

УДК 796/799

СРЕДСТВА И МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ ПРИОРИТЕТНЫХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ СОТРУДНИКОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

И.Х. Мешев

Северо-Кавказский институт повышения квалификации (филиал) Краснодарского университета МВД России, г. Нальчик, Россия

Для связи с автором: shmv1978@yandex.ru

Аннотация

Профессиональная деятельность сотрудников специальных подразделений России предъявляет всё более жёсткие требования к их физической подготовленности. В ходе оперативно-служебной деятельности указанная категория сотрудников подвергается экстремальным по величине и продолжительности нагрузкам, требующим предельной мобилизации функциональных возможностей организма и предъявляющим достаточно высокие требования к физической подготовке. Сотрудникам спецподразделений в служебной деятельности необходимо всегда быть готовыми обеспечивать личную и общественную безопасность, противопоставлять полученные теоретические знания и практические умения, двигательные навыки физически, морально и материально подготовленным правонарушителям и преступникам. Эти факторы обуславливают высокие требования, предъявляемые к уровню физической подготовленности сотрудников ОВД и к уровню их физического совершенства. По роду своей деятельности сотрудникам спецподразделений приходится осуществлять охрану общественного порядка, общественную безопасность при проведении массовых, спортивно-зрелищных мероприятий, охранять специализированные и государственные объекты, принимать меры пожаротушения, конвоирования, а в необходимых случаях – осуществлять преследование, задержание, огневое поражение правонарушителей и преступников. В этой связи высокая физическая подготовленность является одним из главных требований, предъявляемых к ним, и вопрос об определении наиболее важных физических качеств для их профессиональной деятельности остаётся наиболее актуальным.

Ключевые слова: сотрудник, физическая подготовка, тренировка, профессиональные качества, оперативно-служебная деятельность.

MEANS AND METHODS OF DEVELOPMENT OF PRIORITY PROFESSIONAL QUALITIES OF SPECIAL FORCES PERSONNEL IN PHYSICAL TRAINING PROCESS

I.Kh. Meshev

North Caucasian Institute of Professional Development (branch) of Krasnodar University under the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, Nalchik, Russia

Abstract

Professional activity of Special Forces officers of Russia imposes more and more strict requirements to their physical fitness. During operative-service activities the specified category of officers endure extremely heavy and long physical efforts demanding maximum mobilization of body functions and good physical fitness. Significant requirements for carrying out official activities of Special Forces personnel include willingness to secure personal and public safety, to struggle with well-trained offenders and criminals, both mentally and physically, using theoretical knowledge, practical skills and motor abilities. These factors are followed by high requirements for physical fitness and excellence of internal affairs officers. The list of Special Forces duties include community policing, crowd control during large public events, protection of special and public facilities, responding to fire incidents, escorting, and in particular cases – pursuit, arrest, fire attacking of offenders and criminals. In this regard the high physical fitness is one of the major requirements imposed to them, and the essential issue is identification of the physical qualities which are significant for professional activity.

Keywords: officer, physical training, training, professional qualities, operative-service activity.

Как известно, развитие российской государственности происходило в несколько этапов, каждый из которых предъявлял всё более высокие и жёсткие требования к профес-

сиональным качествам сотрудников силовых подразделений МВД России и Росгвардии. Не стали исключением и служащие спецподразделений России. Ввиду постоянно

существующей угрозы со стороны членов бандитских формирований и организованной преступности, которая в разное время достигает довольно высокого качественного и количественного уровня, отстаивая свои интересы не только перед конкурентами, но и перед государством, постоянно требуется адекватное реагирование со стороны силовых ведомств [7]. Особая роль здесь отводится развитию приоритетных профессиональных качеств служащих специальных подразделений и отделов, занимающихся профессиональным задержанием, сопровождением и обезоруживанием правонарушителей, что ставит перед ними определённые задачи по достижению высокого квалификационного уровня физической подготовки.

В настоящее время имеется значительный позитивный опыт по разработке программ физического воспитания и подготовки для различных категорий сотрудников силовых ведомств. Общей основой всех программ по достижению и (или) повышению квалификации по спортивному мастерству является получение высоких показателей двигательных умений и навыков [5].

В то же время практическая деятельность сотрудников спецподразделений, кроме хорошей физической подготовленности, требует достаточно высокого уровня развития приоритетных профессиональных качеств для действий в экстремальных ситуациях. Решению этих задач отводится специальный раздел профессионально-прикладной физической подготовки.

Становление профессионально значимых качеств сотрудников спецподразделений в процессе физической подготовки базируется на методике комплексного развития профессионально значимых качеств, к которым можно отнести освоение боевых приёмов борьбы, владение табельным оружием, развитие силовых, скоростных, двигательско-координационных качеств. Высокий уровень физической подготовленности несомненно способствует повышению эффективности выполнения сотрудниками оперативно-служебных задач [6].

Ввиду того что профессиональная деятель-

ность сотрудников спецподразделений связана с большими затратами функциональных, психологических и резервных возможностей организма, необходима их оптимизация на качественно новом уровне. Мобилизация функциональных, психологических и резервных возможностей организма, происходящая в процессе обучения и физической подготовки, помогает активизировать физический потенциал, одновременно оказывая положительное влияние на психоэмоциональное состояние занимающихся.

Целью профессиональной подготовки сотрудников спецподразделений является их готовность к выполнению оперативно-служебных задач, для решения которых применяются различные направления обучения (юридическое, боевое и физическое, психологическое и т.д.) с той или иной долей преобладания. Анализ учебной и научной литературы показывает, что в зависимости от специфики служебной деятельности достичь реальных профессионально значимых физических показателей можно лишь за счёт целенаправленного воздействия средствами и методами физической подготовки путём постоянных нагрузок на определённые мышечные группы на тренировках [2,3,4,5]. Подготовка сотрудников спецподразделений должна включать два основных момента: своевременное принятие рациональных решений и их претворение в жизнь.

Для эффективного и действенного осуществления поставленных профессиональных задач необходим детальный анализ условий служебной деятельности сотрудников спецподразделений в целях обоснования средств, методов и форм их физической подготовки. Для этого проводится подробный мониторинг двигательной активности сотрудников правоохранительных органов в рабочее время, на основании которого необходимо построить учебный процесс по физической подготовке и разработать требования и нормативы.

Для сотрудников специальных подразделений рабочие сутки по большей части являются подготовкой к выполнению обязанностей (проведению задержания) в процессе несения

дежурства. Несение службы во время дежурных суток состоит преимущественно в малоинтенсивной работе, пассивной форме отдыха, точнее, в ожидании вызова на операцию [1]. А в случаях задержания правонарушителей двигательная деятельность происходит на пределе физических возможностей организма, то есть сотрудники находятся всегда в состоянии «необходимой обороны» и «крайней необходимости».

В этой связи даже к относительно простой в координационном отношении деятельности (спортивные ходьба и бег), которую требуется осуществлять на высоком уровне энергетических затрат, необходимо соответствующим образом подготавливаться, применяя определённую систему тренировки, одной из важнейших составных частей которой является акцентированная профессионально-прикладная физическая подготовка [1,4].

Постоянное повышение специальной физической подготовленности и совершенствование способности к целенаправленному и эффективному использованию физических качеств представляются нам основными моментами тренировочного процесса, а степень полноты использования моторных возможностей – критерием его эффективности [4]. Одним из составляющих факторов здесь выступает постоянное наращивание силы тренирующих воздействий на организм. Это означает, что повышение моторного потенциала организма по мере роста результата требует возрастающего прироста силы тренирующих воздействий [3].

Тем самым моторный потенциал занимающегося и умение эффективно его использовать определяют способность организма работать в специфических условиях деятельности. В процессе тренировки это обеспечивается совершенствованием соревновательного мастерства, а также высоким уровнем технико-тактической, психологической и специальной физической подготовки. Следует обратить внимание, что последняя является главнейшим фактором, обеспечивающим прирост силы тренирующих воздействий на организм, необходимым для повышения его моторного потенциала и создания благопри-

ятных условий для решения задач профессиональной деятельности [2].

На основании вышесказанного отметим, что при организации учебно-тренировочного процесса должны быть соблюдены два важнейших условия: направленность нагрузки (на какие физиологические и функциональные свойства она направлена) и обозначение цели тренировки (что конкретно требуется достичь) [4].

Структура учебно-тренировочного занятия для сотрудников спецподразделений главным образом состоит в определённо установленной оптимизации режима работы организма. Такая оптимизация начинается с применения средств специальной физической подготовки, продолжается последовательным применением средств технической подготовки и, наконец, соревнованиями, подводящими к профессиональной деятельности [3].

Учебно-тренировочный процесс служебно-боевой подготовки сотрудников спецподразделений, составленный в определённой последовательности и ограниченный конкретными временными рамками, позволяет сформировать необходимый уровень физической подготовленности [6]. Нам представляется целесообразным построение учебно-тренировочного периода, разделённого на циклы.

Так, во время первого цикла сотрудники спецподразделений сконцентрированы на развитии специальной физической подготовки, которая будет направлена на повышение морфофункциональной профильности организма и оптимальную работу в специфическом двигательном режиме, тем самым подготавливая организм к следующим циклам.

Во время второго цикла необходимо совершенствовать специальную техническую подготовку, целью которой является наращивание мощности работы организма в специфическом двигательном режиме, в условиях, адекватных профессиональным.

В третьем, заключительном, цикле применяется технико-тактическая подготовка, предусматривающая работу в специфическом двигательном режиме. При этом происходит реализация задач предшествующих циклов.

Вместе с тем хотим обратить внимание на то, что повышение мощности работы организма должно происходить строго дозированно и регламентированно, чтобы не вызвать чрезмерного и длительного перенапряжения организма [5].

Основным содержанием процесса физической подготовки выступают физические упражнения различной направленности, специальные знания и организаторско-методические умения и навыки. Выполнение физических упражнений должно сопровождаться строжайшим соблюдением мер личной безопасности и гигиенических условий [1].

От сотрудников спецподразделений в процессе их повседневной профессиональной деятельности требуется проявление определённых физических качеств, таких как абсолютная и взрывная сила, так как при силовом задержании правонарушителей они сталкиваются с активным сопротивлением, с необходимостью сдерживать толпу, с изъятием зачинщиков массовых беспорядков и т.п.; скоростные качества, которые имеют большое значение в преследовании правонарушителей [8]. Помимо указанных характеристик большое значение имеет также общая, специальная и силовая выносливость, необходимая при проведении патрулирования, поиска, преследования, окружения, сдерживания, вытеснения, рукопашных схваток и т.п.

Обобщая необходимые приоритетные профессиональные качества сотрудников спецподразделений правоохранительных органов России, отметим, что в процессе физической подготовки необходимо адекватно и рационально сочетать средства и методы подбора физических упражнений. Здесь мы предлагаем использовать прыжковые и метательные упражнения, основные и специальные упражнения из лёгкой и тяжёлой атлетики, единоборств, спортивных игр. Также можно активно применять упражнения на преодоление специальной полосы препятствий, направленные на развитие всех групп мышц. При подборе определённых упражнений важно комплектовать их таким образом, чтобы они были направлены на эффективное развитие психических и морально-волевых качеств занимающихся [5]. Учебно-тренировочное занятие по физической подготовке следует построить методически правильно, так как задачи, решаемые с помощью физической подготовки, должны быть в тесной взаимосвязи с задачами психологической подготовки средствами и методами физического воспитания. Таким образом, для достижения целей физического совершенства сотрудники спецподразделений правоохранительных органов должны сконцентрировать внимание на развитии профессионально значимых качеств и характеристик.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации».
2. Воротник, А. Н. Средства и методы воспитания приоритетных физических качеств у сотрудников специальных подразделений МВД России / А. Н. Воротник, Б. А. Клименко // Вестник Белгородского юридического института МВД России. – 2010. – № 2. – С. 52-55.
3. Губжоков, А. Х. Методы оптимизации физической подготовки сотрудников силовых ведомств МВД России / А. Х. Губжоков, А. В. Дадов // Инновации и традиции в современном образовании, психологии и педагогике : сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2017. – С. 63-65.
4. Губжоков, А. Х. Некоторые вопросы оптимизации физической подготовки слушателей и курсантов в системе МВД России / А. Х. Губжоков, А. В. Дадов

// Современное общество и власть. – 2017. – № 3 (13). – С. 80-84.

5. Дадов, А. В. Состояние и проблемы физической подготовки личного состава ОВД / А. В. Дадов // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2016. – Т. 8, № 3-1. – С. 174-177.
6. Карданов, А. К. Вопросы организации физической подготовки с сотрудниками специальных подразделений, обучающихся по программам профессиональной подготовки (на примере деятельности кафедры физической подготовки СКИ(ф) КрУ МВД России) / А. К. Карданов // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики : сборник научных трудов участников Всероссийской научно-практической конференции, 2017. – С. 69-72.
7. Торопов, В. А. Психологическая подготовка сотрудника ОВД средствами физических упражнений / В. А. Торопов, А. И. Ушенин, Р. Б. Хыбыртов // Научно-методические проблемы подготовки инструкторско-педагогических кадров по боевой

и физической подготовке для органов внутренних дел : сборник материалов VI межвузовской научно-практической конференции, 2013. – С. 147-151.

8. Ярославский, М. А. Методология и интенсивность нагрузки при тренировке скоростно-силовых

качеств / М. А. Ярославский // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики : сборник научных трудов участников Всероссийской научно-практической конференции, 2017. – С. 185-192.

LIST OF REFERENCES

1. Order of the Ministry of Internal Affairs of Russia dated 01 July 2017 № 450 « On approval of Manual on physical training organization in internal affairs bodies of the Russian Federation».
2. Vorotnik, A. N. Means and methods of development of priority physical qualities of special forces personnel under the Ministry of Internal Affairs of Russia / A. N. Vorotnik, B.A. Klimenko // Bulletin of Belgorodsky Law Institute under the Ministry of Internal Affairs of Russia. – 2010. – 2010. – № 2. – P. 52-55.
3. Gubzhokov, A. H. Optimization methods of physical training for the officers of law-enforcement agencies of Ministry of Internal Affairs of Russia / A. H. Gubzhokov, A.V. Dadov // Innovations and traditions in contemporary education, psychology and pedagogics : the collection of articles of International Conference on Science and Practice. – 2017. - P. 63-65.
4. Gubzhokov, A. H. Certain issues of physical training optimization for students and cadets in the system of Ministry of Internal Affairs of Russia / A. H. Gubzhokov, A. V. Dadov // *Sovremennoe obshchestvo i vlast'* [Modern society and authority]. - 2017. – № 3 (13). – P. 80-84.
5. Dadov, A. V. Status and problems of physical training of internal affairs personnel / A. V. Dadov // *Istoricheskaja i social'no-obrazovatel'naja mysl'* [Historical and socio-educational thought]. – 2016. – Vol. 8, № 3-1. – P. 174-177.
6. Kardanov, A. K. The issues of physical training organization for special forces personnel studying the professional training programs (on the example of the Physical Training Department of SKI(f) KRU under the Ministry of Internal Affairs of Russia) / A. K. Kardanov // Physical education and sport: actual issues of theory and practice : the collection of research papers by participants of All-Russian Conference on Science and Practice, 2017. – P. 69-72.
7. Toropov, V. A. Psychological training of an internal affairs officer by means of physical exercises / V. A. Toropov, A. I. Ushenin, R. B. Hybyrtov // Scientific and methodical problems of combat and physical training of instructors and educators for internal affairs agencies : The collection of materials of VI Inter-University Conference on Science and Practice, 2013. – P. 147-151.
8. Jaroslavskij, M. A. Methodology and intensity of physical efforts during speed-power training / M. A. Jaroslavskij // Physical education and sports: actual issues of theory and practice : the collection of research papers by participants of All-Russian Conference on Science and Practice, 2017. - S. 185-192.