ты их общеобразовательных программ советского периода, задавать тренд на анализируемую сферу, поддерживать его со стороны государства, а также обеспечить доступность общества к информации и иным средствам, направленным на развитие культуры здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дружилов, С.А. Здоровый образ жизни как целесообразная активность человека // Современные научные исследования и инновации. – 2016. – № 4. – С. 654–648.
2. Гуляихин, Е.С. Здоровый образ жизни молодежи: механизм мыследеятельности в системе заботы о себе / Е.С. Гуляихин, О.Е. Андрющенко // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. –2014. – № 5 (111). – С. 154–159.
3. Изуткин, Д. А. Формирование здорового образа жизни / Д.А. Изуткин // Советское здравоохранение. – 1984. – № 11. – С. 8–11.
4. Николаева, И.В. Значимость занятий физической культурой в социализации личности / И.В. Николаева, Д.В. Кичук // Российская наука: актуальные исследования и разработки. Сборник статей IX Всероссийской научно-практической конференции : в 2 ч. – Самара, 2020. – С. 538–542.
5. Шиховцова, Л.Г. Физическая культура и спорт в жизни женщины / Л.Г. Шиховцова, С.Ф. Лучков, Ю.В. Шиховцов // Вестник Самарской государственной экономической академии. – 2003. – № 3. – С. 309–312.
6. Шиховцов, Ю.В. История физической культуры – составная часть исторической науки / Ю.В. Шиховцов, Л.Г. Шиховцова, С.Ф. Лучков // Вестник учетно-экономического факультета. – 2003. – № 8. – 148–150.

REFERENCES

1. Druzhilov, S. A. (2016), “Healthy lifestyle as an appropriate human activity”, *Modern scientific research and innovation*, No. 4. pp. 654–648.
2. Gulyikhin, E.S. and Andryushchenko, O.E. (2014). “Healthy lifestyle of youth: the mechanism of mental activity in the system of self-care”, *Uchenye zapiski universiteta imeni Lesgafta*, No. 5 (111). pp. 154–159.
3. Izutkin, D. A. (1984), “Formation of a healthy lifestyle”, Soviet healthcare, No. 11. pp. 8–11.
4. Nikolaeva, I.V. and Kichuk, D.V. (2020), “Significance of physical culture classes in the socialization of the individual*”, Russian science: current research and development. Collection of articles of the IX all-Russian scientific and practical conference*, In 2 parts, Samara, pp. 538–542.
5. Shikhovtsova, L.G., Luchkov, S.F. and Shikhovtsov, Yu.V. (2003), “Physical culture and sport in the life of a woman”, *Bulletin of the Samara State Academy of Economics*, No. 3, pp. 309–312.
6. Shikhovtsov, Yu.V., Shikhovtsova, L.G. and luvhkov, S.F. (2003), “History of physical culture – an integral part of historical science”, *Bulletin of the faculty of accounting and Economics*. No. 8. pp. 148–150.

Контак**тная информация:** shikhovtsovy@bk.ru

Статья поступила в редакцию 20.10.2020

УДК 769.011.3

РАЦИОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД К ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ В РАМКАХ ПЕРВОНАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ИСПОЛНЕНИЯ НАКАЗАНИЙ РОССИИ

***Михаил Юрьевич Нохрин**, кандидат педагогических наук, Пермский институт Федеральной службы исполнения наказаний; **Алексей Валентинович Муравьев**, кандидат педагогических наук, Владимирский юридический институт Федеральной службы исполнения наказаний; **Василий Николаевич Михалев**, доцент, Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний, г. Рязань; **Александр Владимирович Мельников**, Вологодский институт права и экономики Федеральной службы исполнения*

наказаний; ***Павел Николаевич Терехов****, Московский университет Министерства внутренних дел Российской федерации имени В.Я. Кикотя*

Аннотация

В статье рассматривается проблема организации занятий по дисциплине «Физическая подготовка», в рамках первоначальной подготовки курсантов образовательных организаций ФСИН России. Необходимо отметить актуальность темы исследования, так как согласно руководящим документам – первоначальную подготовку должны проходить все вновь принятые на службу сотрудники не исключение и курсанты вузов ФСИН России. Нами проанализированы нормативно-правовые акты регламентирующие организацию первоначальной подготовки, выявлены недостатки в тематическом плане дисциплины «Физическая подготовка». Исходя из анализа, был предложен новый тематический план, который прошел апробацию с курсантами первого курса, был получен положительный эффект и сформулированы методические рекомендации по изучению боевых приемов борьбы на занятиях первоначальной подготовки.

Ключевые слова: физическая подготовка, первоначальная подготовка, боевые приемы борьбы, образовательные организации, уголовно-исполнительная система.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.10.p258-262

RATIONAL APPROACH TO THE ORGANIZATION OF PHYSICAL TRAINING CLASSES AS PART OF THE INITIAL TRAINING OF CADETS OF THE EDUCATIONAL ORGANIZATIONS OF THE FEDERAL PENITENTIARY SERVICE OF RUSSIA

Mikhail Yuryevich Nokhrin*, the candidate of pedagogical sciences, Perm Institute of the Federal Penitentiary Service, Perm;* ***Aleksey Valentinovich Muravyov****, the candidate of pedagogical sciences, Vladimir Law Institute of the Federal Penitentiary Service;* ***Vasily Nikolaevich Mikhalev****, the senior lecturer, Academy of Law and Management of the Federal Penitentiary Service, Ryazan;* ***Alexander Vladimirovich Melnikov****, Vologda Institute of Law and Economics, Federal Penitentiary Service;* ***Pavel Nikolaevich Terekhov****, Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation named after V.Ya. Kikot*

Abstract

The article deals with the problem of organizing classes in the discipline "Physical training", as part of the initial training of cadets of the educational organizations of the Federal penitentiary service of Russia. It is necessary to note the relevance of the research topic, since according to the guidance documents, all newly recruited employees must undergo initial training, and cadets of higher education institutions of the Federal penitentiary service of Russia are of no exception. We analyzed the legal acts regulating the organization of initial training, identified shortcomings in the thematic plan of the discipline "Physical training". Based on the analysis, the new thematic plan was proposed, which was tested with first-year cadets, a positive effect was obtained and methodological recommendations were formulated for the study of combat techniques in the initial training classes.

Keywords: physical training, initial training, fighting techniques, educational organizations, penal system.

На сегодняшний день к процессу первоначальной подготовки будущих сотрудников уголовно-исполнительной системы (УИС) уделяется огромное внимание, как специалистов в области физической подготовки, так и инспекторов по служебно-боевой подготовке в учреждениях УИС. Это во многом связано с утверждением нового Федерального закона о службе в уголовно-исполнительной системе. В данном нормативно-правовом акте регламентируется порядок прохождения службы сотрудников УИС. В частности статья 12 пункт 6 ФЗ от 19 июля 2018 года №197 ФЗ О службе в УИС РФ и о внесении изменений в закон РФ «Об учреждениях и органах, исполняющих уголовное наказание в виде лишения свободы» (с изменениями и дополнениями) гласит – сотрудник обязан поддерживать уровень квалификации, необходимой для надлежащего исполнения служебных

обязанностей, в установленном порядке проходить профессиональное обучение и (или) получать дополнительное профессионально обучение. Статья 78 часть 1, пункт 1, подпункт – а, гласит, что подготовка граждан для уголовно-исполнительной системы осуществляется путём: профессионального обучения граждан, впервые принятых на службу в УИС, по программам профессиональной подготовки, в целях приобретения ими профессиональных знаний, умений, навыков и компетенций, необходимых для исполнения служебных обязанностей [1].

На основании вышеуказанных нормативно-правовых актов разработана программа первоначальной подготовки лиц, впервые принятых на службу в УИС. Дисциплина «Физическая подготовка» (ФП), предусмотренная программой организуется в размере 45 часов. Тематический план включает в себя 8 тем и не дифференцированный зачет в конце курса. Содержание тем практических занятий обеспечивает обучение слушателей технике боевых приемов борьбы (БПБ) и силового задержания [2].

На сегодняшний день нам пришлось столкнуться с рядом проблем, связанных с организацией учебного процесса по данной дисциплине:

1. Отведённое количество часов для изучения дисциплины «Физическая подготовка» не рационально распределены по изучаемым темам.
2. Содержание тематического плана в учебной программе по «Физической подготовке» одинаково для разных категорий сотрудника, вновь прибывших на службу (курсанты, младший начальствующий состав, офицерский состав).

Существуют противоречие между будущими условиями прохождения службы сотрудников разных категорий и одинаковым тематическим планом первоначальной подготовки по ФП.

Исходя из проблем, необходимо определить цель нашего исследования – разработать и методически обосновать тематический план для изучения БПБ в рамках первоначальной подготовки курсантов.

Задачи исследования:

1. Проанализировать нормативно-правовую базу по организации первоначальной подготовки сотрудников вновь прибывших на службу в УИС;
2. Разработать оптимально эффективный тематический план для освоения слушателями дисциплины – «Физическая подготовка» и дать методические рекомендации по его реализации;
3. Провести анализ успеваемости курсантов прошедших курсы первоначальной подготовки по предложенному нами тематическому плану.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исходя из предложенного нам примерного тематического плана по изучению дисциплины ФП, мы видим, что на изучении БПБ отведено всего 45 часов из них: 30 часов практических занятий, а это значит 15 аудиторных занятий; 11 часов самостоятельных занятий и 4 часа отведено на зачет. На этих занятиях необходимо рассмотреть 9 тем.

Организуя занятия с курсантами 1-го курса в рамках первоначальной подготовки, мы определили, что количество часов отведенных на изучение дисциплины не обеспечат формирование навыков БПБ. Первоначальная подготовка курсантов должна обеспечивать краткий курс по изучению БПБ, создавать зрительный образ выполнения приемов задержания. Для этого приходится структурировать образовательный процесс по изучению БПБ от простых двигательных действий к сложным. Исходя из 10-летнего педагогического опыта по обучению БПБ и разработанной ранее – универсальной структуры методики формирования навыков боевых приемов борьбы, нами сформирован тематический план по изучению дисциплины «Физическая подготовка» для первоначальной подготовки курсантов 1-го курса (таблица 1) [3].

Таблица 1 – Примерный тематический план по изучению дисциплины «Физическая подготовка», для первоначальной подготовки курсантов (1-го курса) вновь прибывших на службу

№ темы	Раздел и наименование тем	И	С	К	С\З	Всего часов
		Учебные часы				
1	Меры безопасности на занятиях по БПБ, приемы страховки и самостраховки.	2			1	3
Задержание при неповиновении						
2	Техника ударов.	2			1	3
3	Техника базовых приемов задержания.	4	2		2	8
4	Техника применения специальных средств, способы связывания и надевания наручников.	2			1	3
Задержание при нападении не вооруженного противника						
5	Техника защиты от ударов руками, ногами.	2	2		1	5
6	Техника освобождения от захватов, обхватов и удушающих приемов.	2	2		1	5
Задержание при нападении вооруженного противника						
7	Техника защиты от нападения противника вооруженного: палкой, ножом.	2	2		1	5
8	Техника защиты от нападения противника вооруженного пистолетом.	2	2		1	5
89	Комплексное занятие.		2		2	4
Зачет				4		4
Всего часов		18	12	4	11	45

И – совершенствование, С – совершенствование, К – контроль, С\З – самостоятельные занятия

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Из представленного тематического плана (таблица 1), мы видим, что основная нагрузка, определенная программой направлена на изучение техники БПБ в размере 45 часов. Для совершенствования техники нами предложено 12 часов на темы, которые являются наиболее сложными для изучения. Например, тема № 3 «Техника базовых приемов задержания» является основной в изучении БПБ, так как именно на этих приемах основаны защитные действия. Так же требует дополнительного занятия такие разделы как: «Задержание при нападении вооруженного и не вооруженного противника».

Существует необходимость в комплексном занятии – темы № 9, где совершенствуется техника всех ранее изученных тем, тем самым, проводится подготовка к выполнению контрольных заданий.

На самостоятельную подготовку отводится 11 часов, самоподготовкой необходимо заниматься в отведенные для этого часы, под руководством преподавателя, командира взвода, начальника курса. Ознакомление с техникой БПБ осуществляется в три этапа: 1 этап изучаются с 1 по 4 темы, 2 этап с 5, 6 и 3 этап с 7 по 9 темы. Именно в такой последовательности достигается максимально эффективный результат.

Необходимо отметить положительный эффект метода «Разучивание упражнения по частям», так как все технические действия являются сложно-координационные и требуют точности в выполнения отдельных частей.

На начальном этапе изучения БПБ необходимо уделять особое внимание: приемов страховки и самостраховки, исходным положениям (правильным выполнением боевой стойки, передвижениям); правильной технике нанесения ударов руками и ногами; выполнению захватов. В дальнейшем мы сгруппировали темы таким образом, что бы изучение проходило с постепенным увеличением сложности приемов. Каждая последующая тема является продолжением предыдущей.

Применив тематический план на практике, мы получили положительный эффект который обусловлен результатами выполнения зачета: на оценку «отлично» (выполнено 5 приемов из 5) – 60% обучающихся по сравнению с 30% занимающихся по предложенному ранее примерному плану; на оценку «хорошо» (выполнено 4 приема из 5) 20% в обоих

случаях; на оценку «удовлетворительно» (выполнено 3 приема из 5) соответственно 20% в экспериментальной и 50% в контрольной группах. Отсюда видно повышение качества выполнения БПБ в экспериментальной группе, которая занималась по предложенному нами тематическому плану. Полученный положительный эффект улучшит процесс обучения курсантов навыкам БПБ в дальнейшем.

ВЫВОДЫ

1. Нами была изучена нормативно-правовая база регламентирующая организацию первоначальной подготовки сотрудников вновь прибывших на службу. На основании анализа руководящих документов можно утверждать, что каждый сотрудник обязан проходить повышение квалификации и первоначальную подготовку, в связи с этим образовательные организации обязаны уделять особое внимание первоначальному обучению курсантов первого курса, особенно дисциплине «Физической подготовке».
2. Исходя из опыта организации занятий с сотрудниками различных категорий по разделу БПБ, нами разработан тематический план, для качественного освоения дисциплины «Физическая подготовка» в рамках первоначальной подготовки будущих курсантов образовательных организаций ФСИН России. Тематический план содержит 9 тем, мы распределили учебные часы по изучаемым темам более рационально, нежели в существующем примерном плане, определили правильную последовательность изучаемых тем, об этом свидетельствует анализ успеваемости курсантов по окончанию курсов первоначальной подготовки.
3. Проведенный анализ освоения дисциплины «Физическая подготовка» показал, что с применением предложенного нами тематического плана темы на занятиях усваиваются лучше, об этом свидетельствует более высокие качественные показатели успеваемости курсантов при выполнении контрольных заданий на зачете.

ЛИТЕРАТУРА

1. О службе в уголовно-исполнительной системе Российской Федерации и о внесении изменений в Закон Российской Федерации «Об учреждениях и органах, исполняющих уголовные наказания в виде лишения свободы» (с изменениями и дополнениями) : Федеральный закон от 19 июля 2018 г. N 197-ФЗ // Гарант : [справочно-правовая система]. – URL: https://base.garant.ru/71992738/ (дата обращения: 20.04.2020).
2.
3. Москвичев, М.А. Наставление по физической подготовке (НФП – 2001) сотрудников уголовно-исполнительной системы/М.А. Москвичев, Н.Н. Маргацкий, Ф.М. Зезюлин. – Москва : Фонд С. Столярова, 2002. – 136 с.
4. Нохрин, М.Ю. Универсальная структура методики формирования навыков боевых приёмов борьбы / М.Ю. Нохрин, А.С. Михайлов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 8 (162). – С.145–148.

REFERENCES

1. Federal Law of July 19, 2018 N 197-ФЗ "On Service in the Criminal Executive System of the Russian Federation and on Amendments to the Law of the Russian Federation" On Institutions and Bodies Executing Criminal Sentences of Deprivation of Liberty" (as amended), available at: https://base.garant.ru/71992738 / (accessed: 09/20/2020).
2. Moskvichev, M., Marcacci, end Zazulin, F. (2002*), The manual on physical training (NPP – 2001) employees criminally-Executive system*, Fund of S. Stolyarov, Moscow.
3. Nokhrin, M. and Mikhailov, A (2018), “Universal structure of methods of formation of skills of fighting techniques of struggle”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, Vol. 162, No. 6, pp. 145-148.

Контактная информация: nohrin.mihail2013@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 09.10.2020