

## МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ В ПОДГОТОВКЕ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

*Иванов С.И.*

Белорусский государственный университет физической культуры  
(Минск, Республика Беларусь)

Возникающие в оперативно-служебной деятельности сотрудников правоохранительных органов ситуации при задержании правонарушителей целесообразно смоделировать и объединить в единый алгоритм физических, технических и тактических действий. Основой такого алгоритма становится задача по преодолению определенных препятствий, которые встречаются в естественных городских условиях и населенных пунктах, с одновременным выполнением оперативных тактико-технических действий, связанных с использованием табельного оружия, индивидуальных средств защиты и специальных средств различного назначения [1].

Актуальность работы над внедрением в процесс профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников правоохранительных органов комплексной многофункциональной полосы препятствий обусловлена:

- необходимостью формирования у сотрудников физической и психологической готовности к несению службы в экстремальных условиях;
- ограниченными возможностями традиционных средств обучения преодолению препятствий с точки зрения адекватности содержанию, структуре и объему нагрузок службы;
- необходимостью разработки более эффективных, чем существующие, служебно-прикладных упражнений, в основу которых целесообразно положить действия сотрудников, объективно подтверждающих готовность к несению службы в экстремальных условиях.

В настоящее время сооружена экспериментальная «Комплексная многофункциональная полоса препятствий для различных категорий сотрудников органов внутренних дел», которая находится в учебном центре Департамента охраны Министерства внутренних дел Республики Беларусь («Горань»). Данная полоса препятствий включает упражнения, выполняемые на разработанных устройствах следующего вида: «Дверь»; «Качающееся бревно»; «Разрушенный мост»; «Лабиринт»; «Рукоход»; «Мышеловка»; «Вертикальный лабиринт»; «Забор с вращающимися бревнами»; «Толпа»; «Маятник с канатом»; «Завал с сеткой»; «Подъем на 2-й этаж, спуск на 1-й»; «Окно»; «Забор из колес на цепях»; «Бумеранг»; «Забор с выступами»; «Наклонная крыша»; «Глубокие ямы»; «Окоп»; «Лаз» [2].

Прохождение комплексной многофункциональной полосы препятствий может потребовать от занимающихся и тестируемых проявления достаточно высокого уровня развития координационных способностей, физических и морально-волевых усилий.

1. Леонов, В. В. Интенсификация процесса обучения и подготовки сотрудников органов внутренних дел по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка» за счет увеличения практической составляющей / В. В. Леонов, А. Ч. Марцулевич // Ученые записки: сб. рец. науч. тр. / редкол.: М. Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]; Бел. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2008. – Вып. 11. – С. 40–53.

2. Леонов, В. В. Современные возможности комплексного воздействия на профессионально-прикладную физическую подготовленность сотрудника милиции с использованием специализированных этапов полосы препятствий // Инновации в юридическом образовании: содержание, технологии, управление: докл., тез. докл. Междунар. науч.-метод. конф. (Минск, 31 окт. 2008 г.) / Акад. МВД Респ. Беларусь; редкол.: А. Л. Савенок (отв. ред.) [и др.]. – Минск: Акад. МВД Респ. Беларусь, 2008. – С. 200–203.

## **ВЕГЕТАТИВНЫЙ СТАТУС СТУДЕНТОВ БГУФК В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА**

*Ильютик А.В., Zubовский Д.К.*

Белорусский государственный университет физической культуры  
(Минск, Республика Беларусь)

Анализ вариабельности сердечного ритма (ВСР) и индекса массы тела (ИМТ), являясь простыми и информативными методами, могут использоваться как элементы здоровьесберегающего образовательного процесса для донологической диагностики функционального состояния студентов. Оценка ВСР позволяет определить резервы организма, так как изменения, возникающие в регуляторных системах, в том числе при отклонениях массы тела от нормы, предшествуют функциональным нарушениям [1–3].

Цель исследования – оценка вегетативного статуса студентов в зависимости от индекса массы тела.

Организация и методы исследования. В исследовании приняли участие 285 студентов 1–3-го курсов БГУФК (юноши,  $18,7 \pm 0,08$  лет). Регистрация показателей ВСР производилась методом кардиоинтервалографии (КИГ) с использованием комплекса «Нейрон-Спектр» (Нейрософт, Россия) в покое и при проведении активной ортостатической пробы.

Основные результаты исследования. Обследуемые были разделены на три группы. В первую группу ( $n=16$ ) включили студентов с ИМТ  $< 18,5$  кг/м<sup>2</sup> (недостаток массы тела). Вторая группа ( $n=223$ ) – студенты с ИМТ от 18,5 до 25 кг/м<sup>2</sup> (нормальная масса тела). Третья группа ( $n=46$ ) – студенты с ИМТ  $> 25$  кг/м<sup>2</sup> (избыток массы тела). Значимые различия ИМТ ( $p < 0,05$ ) определялись различиями массы тела обследованных студентов, так как их рост во всех группах был одинаковым. Выявлены значимые различия в величине жирового компонента массы тела в зависимости от ИМТ. У юношей 1-й и 2-й групп содержание