

Таким образом, разработанные нами нормативы по комплексной оценке физической подготовленности студентов и студенток педагогического и юридического профилей основного и подготовительного отделений, теоретический анализ, обобщение опыта педагогической практики позволяют считать, что эффективность воспитания двигательных способностей в значительной мере обусловлена индивидуальными особенностями морфологического и психофизиологического развития, а также уровнем физической подготовленности студентов. В связи с этим, реализация принципа индивидуализации, позволяющего учитывать особенности развития студентов, является одним из важных факторов повышения эффективности педагогического процесса на разных этапах обучения. Наиболее значимыми показателями индивидуальных различий студентов являются уровень физического развития, двигательных способностей; функциональные возможности, позволяющие осуществлять дифференциацию занимающихся на однородные группы.

Эффективность физического воспитания значительно улучшается, когда педагог использует информацию, объективно отражающую состояние студентов, и планирует тренировочные нагрузки в соответствии со структурой двигательной подготовленности занимающихся. Только изучив возможности студентов, педагог может успешно реализовать на практике личностно-ориентированную систему мониторинга. Применение в учебном процессе по физическому воспитанию студентов компьютерных технологий (автоматизированных систем) способствует личностно-ориентированному, дифференцированному и индивидуальному подходу во время занятий и позволяет более оперативно проводить управление и контроль физической подготовленности студентов.

Результаты тестирования были подвергнуты математико-статистической обработке с вычислением среднего арифметического ( $\bar{x}$ ) и среднего квадратического отклонения ( $\bar{\sigma}$ ), и t-критерия Стьюдента, на основе которых осуществлялся сравнительный анализ и разрабатывались сопоставительные нормы.

1. Васильковская, Ю. А. Особенности физической подготовленности студентов вуза в различные периоды обучения / Ю. А. Васильковская, Г. Р. Авсарагов // Дни науки социально-педагогического факультета СГУТиКД: материалы IX Всерос. науч.-практ. конф. – Сочи: СГУТиКД, 2010. – С. 270–274.

2. Воложанин, С. Е. Повышение уровня физической подготовленности студентов вуза средствами атлетизма: дис. ... канд. пед. наук / С. Е. Воложанин. – Улан-Удэ, 2007. – 237 с.

3. Оценка физической подготовленности студентов факультета физического воспитания БРГУ им. А. С. Пушкина на основе сопоставительных норм / Н. И. Приступа [и др.] // Проблемы здоровья в контексте международного сотрудничества: Междунар. науч.-практ. конф., Брест, 15–17 декабря 2011 г. – Брест: БрГУ им. Пушкина, 2011. – С. 61–62.

4. Физическое воспитание: учеб. пособие для студентов подгот. учеб. тренировоч. групп учрежд., обеспеч. получение высш. образования / Р. И. Купчинов. – Минск: ТетраСистемс, 2006. – 352 с.

5. Голенко, А. С. Контроль физической подготовленности студентов как элемент личностно ориентированной системы мониторинга эффективности учебного процесса / А. С. Голенко, Н. С. Милашук, Н. И. Приступа // Теоретические и прикладные аспекты олимпийского образования, физической культуры и спорта школьников и учащейся молодежи: сб. науч. ст. / под общ. ред. А. А. Зданевича. – Брест: БрГУ, 2015. – С. 32–37.

6. Сермеев, Б. В. Определение физической подготовленности школьников / Б. В. Сермеев. – М.: Педагогика, 1993. – 45 с.

7. Решетников, Н. В. Таблица оценки физической подготовленности студентов / Н. В. Решетников // Теория и практика физической культуры. – 1991. – № 4. – С. 37–41.

## **ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ У КУРСАНТОВ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА»**

*Гончаренко Э.А.,*

Белорусский государственный университет физической культуры,  
Республика Беларусь

Сотрудникам органов внутренних дел приходится выполнять профессиональную деятельность, постоянно находясь в экстремальных условиях, т. е. в напряжении как физическом, что связано с выполнением большого объема работы, отличающейся длительностью и интенсивностью

рабочего дня, необходимостью осуществлять преследование, обезвреживание и задержание преступников, так и психологическом, заключающемся в большом потоке информации, давлении со стороны пострадавших, подследственных; связанным с угрозой жизни и здоровью, противостоянием неблагоприятным внешним условиям (дождь, холод, ночь), различным раздражителям (резкие звуки, вид крови, задержки в стрельбе из оружия и др.). Под экстремальными условиями в процессе осуществления профессиональной деятельности сотрудника органов внутренних дел понимают «... особые условия, характеризующиеся сложностью решения поставленных задач, реализация которых существенно зависит от высокого уровня специфической подготовки личного состава, умения сотрудников работать на пределе своих возможностей». На этом фоне обнаруживаются проблемы, связанные с уровнем и качеством огневой подготовки.

Огневая подготовка всегда рассматривалась как важнейшая составная часть профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел. Одной из ее задач является обеспечение готовности сотрудников к действиям с оружием в различных ситуациях служебной деятельности и правомерному пресечению противоправных действий с его помощью [1]. В последнее время изменились требования к уровню и качеству их подготовленности в сфере владения оружием и применения его в различных ситуациях.

Для изучения результатов оперативно-служебной деятельности сотрудников ОВД в данном направлении использовалась информация оперативной дежурной службы Министерства внутренних дел Республики Беларусь. Выявлено 103 факта действий с оружием, из них 64 факта использования и 39 фактов применения оружия в соответствии с Законом Республики Беларусь «Об органах внутренних дел Республики Беларусь».

Вторично проведенное исследование в 2013–2014 году по изучению фактов использования оружия сотрудниками органов внутренних дел подтверждает актуальность данной проблемы.

В ходе исследования полученные результаты, указывают, что наиболее часто применяют оружие сотрудники служб криминальной милиции (31 %) и участковые инспекторы (29 %), 20 % – сотрудники патрульно-постовой службы. От общего числа выявленных фактов реже всех применяют оружие сотрудники ГАИ (5 %) и Департамента охраны (15 %).

Сравнительный анализ данных с учетом целей применения оружия показал следующее. В 64 % случаев оружие применялось для защиты от нападения. Одинаковое количество случаев применения оружия при задержании вооруженных лиц и лиц, совершивших преступление (18 %).

Результативность использования оружия с целью остановки транспортного средства путем его повреждения составляет 46 %, что соответствует 20 повреждениям. При этом зарегистрированы случаи причинения телесных повреждений, в том числе повлекших смерть.

В результате анализа полученных данных выявлено, что в большинстве случаев стрельба велась в условиях ограниченного времени и видимости. Причем в ситуациях отражения нападения стрельба велась «навскидку», на расстоянии, не превышающим 10 метров.

Чтобы успешно решать служебные задачи, сотруднику органов внутренних дел необходим высокий уровень стрелковой и психологической подготовки. Психологическая подготовка должна обеспечивать выполнение адекватных ситуаций и действий, независимо от неожиданности возникновения этой ситуации и возможного ее исхода.

Психологическая подготовка сотрудника органов внутренних дел должна складываться из:

1. Привитого специальными тренировками подсознательного ожидания схватки и готовности к решению такой ситуации.
2. Отсутствия посторонних мыслей и неуверенности, что достигается наработкой автоматизма действий.

В связи с этим важное значение приобретает оснащение учебно-тренировочных мест занятий техническими средствами обучения для повышения психологической устойчивости личного состава органов внутренних дел.

Кроме этого обучаемый должен научиться безошибочно действовать по различным вводным ситуациям, связанным со статьей 29 Закона «Об органах внутренних дел Республики Беларусь» [2].

Психологическая подготовка направлена на развитие устойчивых волевых качеств у сотрудника органов внутренних дел для максимально эффективного использования имеющихся знаний, опыта и навыков в процессе служебной деятельности.

Можно выделить четыре наиболее типичных вида экстремальных ситуаций, с которыми имеет или может иметь дело личный состав органов внутренних дел. К ним относятся экстремальные ситуации, связанные с:

- оружием, взрывчатыми и ядовитыми веществами, транспортными средствами;
- одиночными, групповыми, массовыми правонарушениями, сопряженными с опасностью для жизни (например, задержание вооруженных преступников, водителей-правонарушителей, групповые беспорядки);
- землетрясениями, наводнениями, ураганами, крупными пожарами, необычной жарой, небывалыми морозами и другими стихийными бедствиями;
- особым периодом (военным временем).

Следует отметить, что в повседневной практике личного состава органов внутренних дел наиболее часто встречаются первые два типа экстремальных ситуаций.

Для того чтобы личный состав органов внутренних дел в соответствующей ситуации мог действовать эффективно, четко и слаженно, его необходимо готовить к этому.

Навыки владения огнестрельным оружием сотрудников органов внутренних дел закладываются в учреждениях образования на занятиях по огневой подготовке. Содержание огневой подготовки курсантов учреждений образования Министерства внутренних дел включает ряд вопросов, связанных с решением проблем обучения профессионально значимым двигательным качествам.

Для исследования уровня готовности курсантов к действиям в экстремальных ситуациях были созданы условия, в которых наглядно проявились бы психологические качества курсантов, необходимые при успешном преодолении сложившейся ситуации.

В квалификационной характеристике специалиста-выпускника учреждения высшего образования Министерства внутренних дел Республики Беларусь в пункте 2.3 (Требования к социально-личностным компетенциям) значится:

- готовность проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях.

В пункте 3.1 (Требования к профессиональному уровню подготовки выпускника):

- готовность применять и использовать оружие, применять физическую силу, специальные средства, боевую и специальную технику.

Следовательно, при введении в ситуацию стрельбы необычных и непривычных условий для курсантов в качестве помех деятельности может быть выявлен факт несовершенства навыков и умения владения оружием.

Для выяснения, каким образом изменяется успешность профессиональной деятельности курсантов при экспериментальном введении в ситуацию наиболее профессионально типичных помех, нами были отобраны курсанты 5-го курса дневного обучения в количестве 109 человек. Статистическая обработка данных включала методы описательной статистики с вычислением среднего арифметического ( $\bar{x}$ ), ошибки среднего арифметического ( $m$ ), среднего квадратического отклонения ( $\sigma$ ).

Эксперимент проводился в стрелковых тирах (50 м и 100 м) учреждения образования «Могилевский институт МВД Республики Беларусь» длительностью 4 недели. В недельном микроцикле проводилось 1 учебное занятие, в эксперименте использовалось следующее оборудование: секундомер, интерактивный тир «Сокол», элементы звуковой и световой помехи, два пистолета Макарова, по три боевых патрона на каждого обучаемого, автомат Калашникова, боекомплект холостых патронов к нему.

На I этапе эксперимента испытуемому необходимо было выполнить упражнение 19 в 50-метровом тире института, условия которого предусматривали выполнение упражнения из пистолета Макарова в условиях ограниченного времени, тремя патронами, находящимися в двух магазинах (два + один), в бронежилете и защитном шлеме, после передвижения, с рубежа 10 метров, стоя после физической нагрузки (10 отжиманий) [1].

В ходе первого этапа эксперимента выявлялись характер, успешность стрельбы из пистолета Макарова всеми испытуемыми (в порядке очереди), в условиях стрелкового тира при нормальном освещении и в отсутствие помех.

В протоколе эксперимента фиксировались:

- внешнединамические характеристики деятельности, получаемые путем визуального наблюдения (устойчивость выполнения отдельных действий, уровень тревожности, точность, уверенность и т. д.);

- наличие ошибок при выполнении отдельных действий (снятии с предохранителя, смены магазина, осуществлении выстрелов);
- успешность деятельности – путем подсчета пробоин, выбитых на мишени;
- результаты пульсометрии до и после стрельбы.

Итоги 1-го этапа эксперимента: при подсчете пробоин выяснилось, что испытуемые выполнили упражнение 19 со следующими результатами (таблица 1).

Таблица 1 – Динамика выполнения стрелковых упражнений в процессе 1-го этапа эксперимента

Группы	n	Выполнение стрелкового упражнения 19 (ср. знач.)	Количество испытуемых, не выполнивших упражнение 19	Выполнение стрелкового упражнения 5 (ср. знач.)	Количество испытуемых, не выполнивших упражнение 5
51	29	2.38	2	1.89	–
52	29	2.09	2	1.32	5
53	24	2.42	–	1.08	8
54	27	2.33	1	1.82	4

Примечания  
 n – количество испытуемых, участвовавших в эксперименте;  
 ср. знач. – среднее значение количества пробоин в упражнении 19 и упражнении 5 во взводе, условиями упражнений 19 и 5 предусмотрено три патрона, максимально можно иметь три пробоины

Средняя величина пульса у испытуемых составляла –  $83 \pm 5$  уд/мин. Испытуемые вели себя спокойно, собранно, уверенно на протяжении всего эксперимента.

Наличие ошибок. Ошибки наблюдались характерные для любого стрелка:

- применение изготовления, не обеспечивающей устойчивости оружия в момент выстрела;
- применение хватки (способа удержания оружия), не обеспечивающей устойчивого положения пистолета в руке, особенно в момент спуска курка;
- дергание спускового крючка в момент коротких остановок пистолета в районе прицеливания;
- нервное напряжение, вызванное боязнью (ожиданием выстрела).

I этап эксперимента преследовал достижение тех же целей, но в обстановке, в большей степени приближенной к профессионально типичной (достигалось это за счет введения в ситуацию различных помех – звуковые и шумовые помехи, стрельба из автомата Калашникова холостыми патронами, внезапные изменения освещенности тира, преодоление незначительных преград (при передвижении к огневому рубежу необходимо преодолеть препятствие высотой 1 метр).

Итоги II этапа эксперимента.

Во II этапе эксперимента участвовали три взвода (51, 53, 54), 52-й взвод – Контрольный; итоги обсуждались по вариантам создаваемых «помех»:

1-й период. При вызове в помещение тира испытуемые начинали вести себя неуверенно. Некоторые делали попытку выяснить, что им предстоит делать в последующем путем общения с медицинским работником, помощниками руководителя эксперимента, чувствовалась некоторая растерянность, собранность действий значительно снизилась.

2-й период. К предыдущим помехам добавлялась вспышка, направленная на испытуемого. После того, как испытуемый начинал выходить на огневой рубеж, следовала команда руководителя «Вперед!». Затем в момент второго прицеливания испытуемого производились внезапные выстрелы холостыми патронами из автомата Калашникова, выключалось освещение.

Наличие ошибок.

С помощью визуального наблюдения установлено вполне отчетливое различие между действиями курсантов на I и II этапах эксперимента.

1. Помехи имели разный характер воздействия. Так, темнота вызывала у испытуемых небольшую растерянность и интерес к дальнейшим действиям, а также послужила стимулом для увеличения времени на изготовку к стрельбе и смену магазина.

2. При анализе данных обращает на себя внимание возрастание числа ошибок, а именно:

- трое из испытуемых значительно превысили время на выполнение упражнения;

– трое не поразили мишень;  
– большинство участников эксперимента спокойно реагировали на автоматные выстрелы в момент подачи команды «Вперед», так как упражнения на практических занятиях выполняется по двое и выстрелы стоящего рядом стрелка им уже привычны;

– большинство участников спокойно отнеслись к шумовым эффектам в виде сирены и других посторонних звуков, но меткость стрельбы все равно ухудшилась (если на I этапе было 193 попадания в мишень (участвовали 4 взвода), то на II – 144);

– 5 человек из испытуемых были спровоцированы командой «Огонь» со стороны помощника руководителя эксперимента на открытие огня из табельного оружия;

– функциональное состояние также изменилось: если на I этапе эксперимента пульс у стреляющих был 83 удара в минуту, то на II – стал уже 102 удара.

В ходе эксперимента 51-й взвод выполнял упражнение 19 в постоянно изменяющихся условиях (звук выстрелов из АК, ограниченная видимость, шумовые и световые помехи, подача голосовой команды на огневом рубеже «Стой, стрелять буду»), 52-й взвод являлся контрольным и выполнял упражнение 19 без изменения условий стрельбы;

53-й и 54-й взводы выполняли упражнение с подачей команды «Стой, стрелять буду» на огневом рубеже.

III этап эксперимента. Выполнение упражнения 5 из пистолета Макарова в 100-метровом тире. Упражнение предусматривало стрельбу из пистолета Макарова по мишени «Силуэт 1» с рубежа 25 метров в ограниченное время тремя патронами после физической нагрузки (10 отжиманий) [1].

Результаты эксперимента показывают, что контрольный взвод (52) при выполнении упражнения 5 показал результат 1,3 пробоины со средней оценкой 5,9, при котором 5 человек не справились с упражнением;

– в 53-м взводе средний результат 1,08 пробоины с оценкой 5,04, при котором 8 человек не справились с упражнением;

– в 54-м взводе средний результат 1,88 пробоины с оценкой 6,64, при котором 4 человека не справились с упражнением;

– в 51-м взводе средний результат 1,89 пробоины с оценкой 6,94, при котором все испытуемые справились с упражнением 5 из пистолета Макарова.

Таким образом, на основании вышеизложенного можно сделать следующие **выводы**:

Результаты эксперимента свидетельствуют о том, что сформированные у курсантов умения и навыки стрельбы по выполнению упражнения 19 из пистолета Макарова в оптимальных условиях оцениваются как устойчивые.

Создание искусственно управляемой среды, заключающееся во введении в ситуацию в профессионально значимой деятельности сотрудника органов внутренних дел наиболее типичных помех, приводит к существенным нарушениям характера, структуры и успешности этой деятельности.

По нашему мнению, одним из инструментариев эффективного решения данного вопроса является теоретическая концепция «искусственная управляющая среда», предложенная И.П. Ратовым. В основе этой концепции лежит идея использования подкрепляющих естественные движения внешних искусственных «энергосиловых добавок», позволяющих восполнить дефицит двигательных навыков в тех объемах, которые необходимы для выполнения осваиваемых, совершенствуемых движений с требуемыми комплексами характеристик и с планируемой результативностью.

С использованием внешних, искусственно созданных помогающих воздействий, применяемых в процессе выполнения естественных движений, становится возможным ввести занимающихся в состояния, эквивалентные их «двигательному будущему» [3]. В этих состояниях, когда внешняя искусственная помощь обеспечивает выполнение двигательных заданий на уровне рекордной результативности, возникают возможности четкого осознания деталей движений, причин технических ошибок, препятствующих выходу в рекордные двигательные режимы в обычных, естественных условиях.

Внешние энергосиловые добавки могут стать важнейшей предпосылкой к тому, чтобы на искусственной основе обеспечить воспроизведение тех естественных движений, которые помогут формированию такого двигательного навыка, который поможет в дальнейшем сотруднику органов внутренних дел решать поставленные оперативно-служебные задачи.

Устройства или специализированные помогающие технические средства используются с учетом уровня, до которого естественная двигательная функция может быть развита, на основе искусственного замещения недостающих естественных возможностей специально построенными для этого искусственными условиями и привнесенными в процесс формирования необходимого навыка.

1. Об утверждении Инструкции о порядке и условиях профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел Республики Беларусь: Приказ Мин-ва внутр. дел Респ. Беларусь, 29 дек. 2015 г., № 88.

2. Об органах внутренних дел Республики Беларусь: Закон Респ. Беларусь, 17 июля 2007 г., № 263-З : в ред. Закона Респ. Беларусь от от 15.07.2015г. № 307-3// Консультант Плюс : Беларусь. Технология 3000 [Электронный ресурс] / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2015.

3. Ратов, И. П. Исследование спортивных движений и возможности управления изменением их характеристик с использованием технических средств: автореф. дис. ... д-ра. пед. наук / И. П. Ратов. – М., 1972. – 44 с.

## **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕСУРСЫ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ: ПРОБЛЕМЫ РЕАЛИЗАЦИИ**

*Горская Г.Б.*, д-р психол. наук, профессор,  
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма,  
Российская Федерация

Личность спортсмена рассматривается в современной психологии спорта как один из важнейших ресурсов достижения высоких результатов. Это прежде всего касается спорта высших достижений, в котором соперничают спортсмены, мало различающиеся по уровню подготовленности и мастерства, и где психологические источники повышения конкурентоспособности выдвигаются на первый план [5].

Исходным теоретическим положением для решения практических задач, связанных с раскрытием личностных ресурсов конкурентоспособности спортсменов, является положение о том, что раскрытие личностью своих возможностей в избранном виде деятельности происходит в условиях противоречия между требованиями деятельности и ресурсами личности [1]. В спортивной науке просматриваются стратегии снижения противоречий требований деятельности и ресурсов личности, основанные на спортивном отборе либо на поддержке становления у спортсменов индивидуального стиля деятельности [3; 4; 6; 7].

Анализ сути применяемых в спортивной практике средств гармонизации требований спортивной деятельности и ресурсов личности показывает, что они ориентированы главным образом на достижение результативности технических и тактических действий спортсменов, то есть содержательной стороны спортивной деятельности. В то же время вне поля рассмотрения оказываются противоречия требований спортивной деятельности и личностных ресурсов спортсменов, связанные с условиями, в которых происходит их подготовка, несмотря на очевидное их влияние на достижения спортсменов [2; 3].

Стратегическим направлением раскрытия личностных ресурсов спортсмена и выведения его на пик возможности является индивидуализация подготовки. Реализация этой вполне очевидной идеи требует точного установления направлений индивидуализации подготовки, основанного на возможно более полном описании вероятных проявлений индивидуально-психологических особенностей спортсмена в избранном виде спортивной деятельности.

Ориентация спортивной деятельности на достижение максимальных результатов наряду с противоречивостью требований к личности спортсменов тренировочной и соревновательной деятельности, специфики освоения спортивного мастерства и включения в предметный и социальный контекст спортивной деятельности снижает вероятность полного соответствия индивидуально-психологических особенностей спортсменов и деятельности в избранном виде спорта. Это особенно очевидно в спорте высших достижений. Более достижимым представляется раскрытие ресурсов психической