

УДК [ 351.74: 37.037] (477)

Науковий напрям: Удосконалення тактико-спеціальної,вогневої, фізичної та психологічної підготовки поліцейських .

**« Пути совершенствования профессиональной подготовки сотрудников полиции средствами специальной физической подготовки ».**

Забора А.В. к.н. по физическому воспитанию и спорту,  
доцент, Сагайдак С.Н.

Харьковский национальный университет внутренних дел

**Аннотация:**

Целью работы являлось разработка и внедрение в практику профессиональной подготовки будущих сотрудников полиции методики повышения психологической и специальной физической готовности к выполнению профессиональных заданий.

**Ключевые слова:** физическая подготовленность, психологическая подготовка, стресс, физическое воздействие, меры принуждения.

**Анотація. Забора А.В., Сагайдак С.М. Шляхи вдосконалення професійної підготовки співробітників поліції засобами спеціальної фізичної підготовки.**

Метою праці було розробка та впровадження в практику професійної підготовки майбутніх працівників поліції методики підвищення психологічної та спеціальної фізичної готовності до виконання професійних завдань.

**Ключові слова:** фізична готовність, психологічна підготовка, стрес, фізичний вплив, міри примусу.

**Abstract. Zabora A.V., Sagaidak S.N. Ways to improve the training of police officers means of special physical preparation.**

The aim of the work was to develop and implement in practice the training of future police techniques improve psychological and physical readiness to perform professional tasks.

**Key words:** physical readiness, psychological training , stress, physical impact , measures of coercion.

## **Вступление**

В современных условиях профессиональная деятельность сотрудников ОВД во многих случаях связана с силовым воздействием на правонарушителя. Это требует от полицейских соответственного уровня психологической и специальной физической подготовленности. При этом в процессе их подготовки необходимо учитывать нормативно-правовые ограничения мер физического принуждения и такие условия становятся доминирующими в процессе профессиональной подготовки работников полиции. Основным средством формирования психологической и физической готовности к профессиональной деятельности становятся средства, формы и методы специальной физической подготовки курсантов высших учебных заведений системы МВД. (1)

В настоящее время процесс овладения профессионально-служебными навыками, эффективность формирования психологической и физической готовности к оперативно служебной деятельности будущих работников ОВД существенно усложняется недостаточным уровнем физического развития, слабым уровнем физической и психологической подготовленности контингента, поступающего в ВУЗы МВД (5,6).

Учитывая, что правоохранительная деятельность работника ОВД во многих случаях связана с риском для жизни и становится одной из жизненно опасных профессий, проблема совершенствования системы их профессиональной подготовки является актуальной. Анализы трагических инцидентов, высоких показателей травматизма и гибели личного состава ОВД при выполнении ими служебных обязанностей свидетельствуют, что неадекватное поведение работников полиции преимущественно связана с эмоционально-волевой нестабильностью, неадекватной самооценкой, высоким уровнем тревожности, не достаточно развитыми коммуникативными и специальными двигательными навыками (1,3)

В высших учебных заведениях силовых структур на занятиях по физической подготовке большое внимание уделяется развитию физических качеств курсантов, правильности выполнения технических элементов разных приемов мер физического воздействия, необходимому уровню методических знаний и совсем не достаточно внимания уделяется развитию и повышению психофизиологических способностей и психофизических возможностей в усложненных и экспериментальных условиях. В результате в практических действиях офицер, попадая в такие ситуации, переживает сильный стресс. Это приводит к формированию комплекса негативных состояний таких как: растерянность, нарушение сенсорных, вегетативных, моторных процессов, ухудшение способности к концентрации внимания и продуктивности мышления (2,3,4)

### **Цель и задачи исследования:**

Разработать и внедрить в практику профессиональной подготовки будущих офицеров полиции методику повышения психологической и

специальной физической готовности к выполнению профессиональных заданий.

### **Организация и методы исследования:**

Экспериментальное исследование было проведено с курсантами 3 курса (50 человек) ХНУВД в течение учебного года.

Для достижения цели и решения задач исследования были использованы следующие методы: теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы; педагогического эксперимента, психомоторное тестирование, пульсометрии, математической статистики.

Программа специальной физической подготовки курсантов экспериментальной группы отличалась от традиционной тем, что на занятиях максимально моделировались реально возможные условия экстремальных ситуаций (начиная от покрытий, климатологических - погодных условий, ограничение пространства, лимит времени и количества соперников), тщательным подбором наиболее весомых приемов рукопашного боя (особенно защитно-ответных действий), разработкой комбинаций приемов в зависимости от учебного материала практических занятий по огневой и тактико-специальной подготовки. Кроме этого, как в подготовительной, так и в основной части предусматривались упражнения и их комбинации на ориентировку в пространстве, дифференцировку мышечных усилий, восприятие временных отрезков, быстроту двигательной реакции на переключение внимания. В связи с такой направленностью занятий в работе были использованы следующие методы исследования: пульсометрия, измерение артериального давления, оценка способности ориентироваться в пространстве («обернуться поймать мяч»), ошибки заданного параметра силы приоритетной руки, ошибки восприятия 5 секундного отрезка времени, быстроты двигательной реакции (ловля падающей 40 см деревянной линейки), концентрация и переключение внимания (текст с таблицей Шульте).

В качестве модели поведенческой деятельности в условиях повышенного риска были использованы соревнования по рукопашному бою. Учитывая решающую роль тактики ведения боя (Передельский А.А., 2008), анализировались тактические действия («избегание», «выжидание», «достижение») курсантов в процессе боя.

### **Результаты исследования**

Проанализировав особенность профессиональной деятельности работников органов внутренних дел и определив профессионально важные психологические качества, было решено, что занятия по физической подготовке необходимо проводить не только на развитие физических и функциональных способностей но и широко использовать специальные комплексные занятия с использованием специальных упражнений направленных на формирование указанных качеств. Установлено, что экспериментальная программа физической подготовки позволила достоверно

повысить устойчивость к психоэмоциональной нагрузке и готовности к адекватной поведенческой деятельности в критических ситуациях.

Проведенные в начале эксперимента исследования показали, что различия между данными курсантов экспериментальной (ЭГ) и контрольной групп (КГ) были не достоверны.

В конце учебного года после эксперимента были полученные результаты, которые представлены в таблице 1.

### **Показатели психомоторных и психофизиологических возможностей курсантов в конце эксперимента**

Показатели	Кг (n:21)	Эг (n-19)	T	p
Ориентировка в пространстве (бил)	8,8 +0,19	9,45+0,16	3,42	<0,01
Ошибка заданной величины силы (%)	18,7+0,34	16,4+0,53	3,65	<0,01
Ошибка восприятия 5 (с) (%)	13,8+0,69	10,9+0,48	3,45	<0,01
Быстрая двигательная реакция (см)	14,5+1,42	9,8+0,89	2,8	<0,05
Психологический тест (с)	39,18+1,99	32,37+1,54	2,71	<0,05
ЧСС (уд/мин)	33,1+3,64	23,8+2,11	2,21	<0,05
Среднетестовая ЧСС (уд/мин)	115,3+4,16	99,12+2,42	3,36	<0,01
Точность выполнения теста (%)	94,2+1,58	99,5+0,61	3,13	<0,01

Результаты экспериментальных исследований свидетельствуют, что разработанная методика специальной физической подготовки позволила существенно улучшить психофизическую готовность курсантов экспериментальной группы. Так, способность ориентироваться в пространстве в опытной группе выше на 9,9% ( $P < 0,01$ ,  $t=3,42$ ). Также у курсантов этой группы достоверно улучшилась способность дифференцировать величину заданных усилий приоритетной рукой ( $P < 0,01$ ,  $t=3,65$ ) и проводит 5 секундный отрезок времени с закрытыми глазами ( $P < 0,01$ ,  $t=3,45$ ). Разница в скорости двигательной реакции составила 32,4% ( $P < 0,05$ ,  $t=2,8$ ). Выполнение психологического теста показало, что способность концентрировать внимание и к его переключению у курсантов экспериментальной группы лучше на 21% ( $P < 0,05$ ,  $t=2,71$ ).

Экспериментальная программа физической подготовки позволила достоверно повысить психологическую устойчивость к стрессовой ситуации, о чем четко свидетельствуют вегетативные (сердечные) корреляты

психологического теста. Так разница частоты пульса в начале и в конце теста в опытной группе ниже на 39% ( $P < 0,05$ ,  $t=2,21$ ). Средне тестовый пульс, определяемый отношением суммарного показателя ЧСС за все время выполнения теста.

Таким образом, результаты исследования показывают, что недостаточная психомоторная подготовленность приводит к повышенной, а иногда к неадекватной реакции на психоэмоциональную нагрузку, к увеличению ошибочных действий. В то же время достаточно подготовленный к такой ситуации курсант способен реально оценить создавшуюся ситуацию и принять правильное решение. Интенсивность и выраженность реакции на стрессовую ситуацию существенно меняет психофизиологическую деятельность индивида. При этом допускает ошибки и увеличивается фактор риска в правильности решения. В связи с этим можно отметить, что повышение устойчивости к психоэмоциональной нагрузке важна для «жизненно-опасных» профессий, каковой является профессия работника полиции.

Используемая нами модель поведенческой деятельности в усложненных условиях дала возможность объективно оценить поведение курсантов, имеющих различный уровень психофизической подготовленности. Так анализ материала видеосъемок позволил установить характерные особенности организации двигательной деятельности в поединках. По при обладанию тенденции «достижение»- «избегание» наблюдаемые участники эксперимента разделяются на предпочитающих тактику «избегания», «выжидания» и «достижения». «Избегание» и «выжидание» относятся к категории «повышенной осторожности» в поведенческой деятельности. Такая тактика преимущественно была характерна для недостаточно подготовленных испытуемых.

Объективный контроль за более подготовленными курсантами позволил определить, что они в большей степени использовали тактику «достижения» - «защита». Их поведенческая деятельность направлена на наступательные действия и защиту, на контроль ситуации и эффективное ее использование для достижения цели.

## **Выводы.**

Установлено, что экспериментальная программа физической подготовки позволила достоверно повысить устойчивость психоэмоциональной нагрузки и готовность к адекватной поведенческой деятельности в критических ситуациях.

## **Перспективы дальнейших исследований.**

Дальнейшие исследования предполагается направить на совершенствование методики специальной физической подготовки курсантов.

## Литература

1. Закон України : « Про Національну поліцію України» від 2 липня 2015 №580-8;
2. Артемьев В.А. Состояние страха и его роль в правоохранительной деятельности работников ОВД: автореф..дис..канд.псих.наук/ В.А.Артемьев.- Харьков: ХНУВД,2003.-20с.
3. Чунос М.А. Формирование адекватного поведения работниками ОВД в рискованных ситуациях при выполнении оперативно-служебных задач : автореф .дис..канд.псих.наук/ М.А.Чунос.-Харьков: ХНУВД,2003.-20с.
4. Горкуша В.С.Личная безопасность работника налоговой службы Украины:учеб.пособ.(В.С.Горкуша,Ю.В.Корнеев,О.В.Шамрай.- К.:МП «Леся»,2005.-84-87 с.
- 5.Сергиенко Ю.П.Специальная физическая подготовка в системе профессионального обучения специалистов налоговой милиции :автореф.дис.канд..наук по ф/в и спорту /Ю.П.Сергиенко.- Харьков:ХГАФК,2005.-19 с.
- 6.Ярещенко О.А. Обоснование содержания и организации специальной физической подготовки курсантов высших учебных заведений МВД Украины/автореф.дис.канд.наук з ф/в и спорту / О.А. Ярещенко.- Харьков: ХГАФК, 2008.-20 с.