

УДК 796.015

**СОВРЕМЕННЫЙ ПОДХОД К ПОВЫШЕНИЮ УРОВНЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ КУРСАНТОВ  
УЧРЕЖДЕНИЙ ОБРАЗОВАНИЯ МВД СРЕДСТВАМИ СОПРЯЖЕННОЙ  
ДВИГАТЕЛЬНО-КООРДИНАЦИОННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**А.И. КАРАНКЕВИЧ**

(Могилевский институт МВД)

канд. пед. наук, доц. И.Ю. МИХУТА

(Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина)

*Представлен авторский подход к построению сопряженных средств в системе профессионально-прикладной физической подготовки курсантов, основанный на использовании ведущих и фоновых компонентов профессионально важных психофизических качеств и технико-тактических действий прикладного характера.*

*Предложенные сопряженные средства двигательного-координационного направления основаны на вариативных общих и специальных двигательных заданиях, позволяющих расширить арсенал двигательных умений и навыков профессиональной деятельности (двигательный опыт технико-тактических действий) с целью активизации отдельных и сопряженных компонентов психофизического потенциала курсантов. Применение представленного авторского алгоритма сопряженного воздействия и средств разной двигательного-координационного направления в определенной системе профессионально-прикладной физической подготовки позволяет предотвращать стадию двигательного-координационного барьера и переходить на более высокий уровень построения двигательного потенциала курсантов, что в свою очередь способствует быстрому и эффективному решению задач оперативно-служебной деятельности в различных вероятностных условиях.*

**Ключевые слова:** профессионально важные качества, средства сопряженного воздействия, физическая подготовка, курсанты.

**Введение.** В проведенных нами ранее исследованиях было установлено, что для эффективного построения и планирования методики повышения уровня профессионально важных психофизических качеств курсантов учреждений образования Министерства внутренних дел (МВД) Республики Беларусь средствами сопряженной двигательного-координационного направления в процессе профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) курсантов необходимо учитывать: системообразующие компоненты ПВК, имеющие важное значение для правоохранительной деятельности; эффективные средства и методы физической и технико-тактической подготовки; средства сопряженного и вариативного воздействия на освоение технико-тактических действий и важнейшие компоненты психофизического потенциала [1–7].

Для обоснования авторской методики повышения уровня профессионально важных психофизических качеств курсантов методом сопряженного и вариативного воздействия в процессе ППФП курсантов использовались подходы И.П. Ратова, В.М. Дьячкова, Ю.В. Верхошанского (механизм сопряженного воздействия в спорте) [8–10], а также подходы Н.А. Бернштейна (механизм организации движений), в основе которого заложены: принцип сенсорных коррекций, схема рефлекторного кольца, теория уровней и формирования навыка [11]. Тем не менее, отсутствие единства взглядов о сопряженности средств двигательного-координационного направления и способе их применения в процессе спортивной тренировки в значительной мере свидетельствует о недостаточной разработанности теоретических основ этих вопросов как в спортивной, так и профессиональной сферах деятельности.

Анализ научно-методических подходов повышения уровня подготовленности специалистов к военно-профессиональной деятельности явился основанием для построения алгоритма применения средств сопряженной двигательного-координационного направления в процессе ППФП курсантов на завершающем этапе (7-8-9 семестр) обучения, т.к. на данном этапе профессионального становления сотрудника органов внутренних дел необходимо раскрывать резервные возможности психофизического потенциала курсанта и расширять «базу» технико-тактических двигательных действий (обогащая тем самым двигательный опыт умениями и навыками профессиональной деятельности).

**Основная часть.** Для апробации авторской методики сопряженных средств двигательного-координационного направления на базе Могилевского института МВД был проведен педагогический эксперимент, в котором в стандартно организованном процессе ППФП курсантов в экспериментальной группе применялись средства сопряженной двигательного-координационного направления, способствующие повышению уровня компонентов профессионально важных качеств (ПВК) (физическое развитие, интеллектуальные, психомоторные, кондиционные и координационные способности) и освоению техни-

ко-тактических действий (защитно-атакующих действий от ударов руками и ногами; приемы задержания и сопровождения (болевые и удушающие приемы); приемы борьбы (стоя и с захватом ног); защитные действия от вооруженных и невооруженных правонарушителей; приемы сковывания наручниками, наружный досмотр; приемы борьбы и др.).

Процесс ППФП в экспериментальной группе осуществлялся на основе сопряженности двух блоков: первый – компонентов профессионально важных психофизических качеств и второй – технико-тактических действий (ТТД). Алгоритм сопряженности обусловлен выделением ведущих и фоновых компонентов, для формирования взаимозависимых связей как внутри отдельных компонентов (например, психомоторные + кондиционные, интеллектуальные + координационные и др.), как и между представленными выше основными ПВК + ТТД (например, прием задержания + психомоторные способности). Кроме этого, разработанное диагностическое оборудование использовалось как для контроля ПВК, так и как средства повышения уровня психофизического потенциала курсантов.

Алгоритм применения средств сопряженного воздействия в процессе ППФП курсантов представляет собой ступенчато-восходящую систему, состоящую из следующих блоков (таблица):

1) выстраивание базовых блоков уровней построения движения (равномерное развитие блоков в течение 7 семестра);

2) сопряжение ведущих и фоновых блоков уровней построения движения для раскрытия резервных возможностей психофизического потенциала курсанта и расширения «базы» технико-тактических двигательных действий (сопряженное развитие блоков в течение 8 семестра);

3) вариативность сопряженных блоков для построения более высокого уровня построения движения в основе формирования устойчивости потенциальных возможностей курсантов к различным вариативным и сбивающим факторам (вариативно-сопряженное развитие блоков в течение 9 семестра) за счет вариативности постановки двигательной задачи и изменения условий выполнения движения.

Таблица. – Алгоритм применения средств сопряженного воздействия в процессе профессионально-прикладной физической подготовки курсантов в течение 7-8-9 семестра

<b>ЭТАП 1</b>					
<b>Выстраивание базовых блоков уровней построения движения (равномерное развитие блоков в течение 7 семестра) 68 ч (3060 мин)</b>					
<b>Раздел 1</b>					
<b>Теоретические сведения по дисциплине «ППФП с позиции профессионально важных психофизических качеств сотрудника ОВД» – 4 ч. (180 мин. – 6%)</b>					
<b>Раздел 2</b>					
<b>Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка – 24 ч. (1080 мин. – 35%)</b>					
1 Блок упражнений на общие и специальные кондиционные способности (4 ч – 180 мин – 16,6%)	2 Блок упражнений на общие координационные способности (2 ч – 90 мин – 8,3%)	3 Блок упражнений на специальные координационные способности (2 ч – 90 мин – 8,3%)	4 Блок упражнений на интеллектуальные, психомоторные и психофизиологические способности (4 ч – 180 мин – 16,6%)	5 Блок упражнений на КС на фоне утомления (координационная выносливость) (4 ч – 180 мин – 16,6%)	6 Блок упражнений на сопряженные психофизические способности (4 ч – 180 мин – 16,6%)
<b>Раздел 3</b>					
<b>Техническая и тактическая подготовка – 40 ч (1800 мин – 59%)</b>					
7 Блок упражнений по освоению ТТД (защитно-атакующие действия от ударов руками и ногами) (5 ч – 225 мин – 12,5%)	8 Блок упражнений по освоению ТТД (приемы задержания и сопровождения (болевые и удушающие приемы)) (5 ч – 225 мин – 12,5%)	9 Блок упражнений по освоению ТТД (приемы борьбы (стоя и с захватом ног)) (5 ч – 225 мин – 12,5%)	10 Блок упражнений по освоению ТТД (защитные действия от нападения вооруженных и невооруженных правонарушителей) (5 ч – 225 мин – 12,5%)		
11 Блок упражнений по освоению ТТД (приемы сковывания наручниками) (5 ч – 225 мин – 12,5%)	12 Блок упражнений по освоению ТТД (наружный досмотр) (5 ч – 225 мин – 12,5%)	13 Блок упражнений по освоению ТТД (специальные приемы использования палок резиновых «Тонфа», ПР-73) (5 ч – 225 мин – 12,5%)	14 Блок тактико-технических действий при стрельбе из различных исходных положений (5 ч – 225 мин – 12,5%)	15 Блок тактико-технических действий сотрудника в различных вариативных условиях (5 ч – 225 мин – 12,5%)	

Продолжение таблицы

<b>ЭТАП 2</b> Сопряжение ведущих и фоновых блоков уровней построения движения для раскрытия резервных возможностей психофизического потенциала курсанта и расширения «базы» технико-тактических двигательных действий (сопряженное развитие блоков в течение 8 семестра) – 72 ч (3240 мин)	
<b>Раздел 1</b> Теоретические сведения по дисциплине «ППФП с позиции сопряжения профессионально важных психофизических качеств сотрудника ОВД» - 4 ч (180 мин – 6%)	
<b>Раздел 2</b> Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка 20 ч (900 мин – 28%)	
Сопряженность компонентов психофизического потенциала 20 ч (900 мин – 28%)	<b>Блок ведущих компонентов (12 ч. – 540 мин. – 60%)</b> Блок 1+2; Блок 1+3; Блок 1+4; Блок 1+5; Блок 1+6; Блок 2+3; Блок 2+4; Блок 2+5; Блок 2+6; Блок 3+4; Блок 3+5; Блок 3+6; Блок 4+5; Блок 4+6; Блок 5+6; <b>Блок фоновых компонентов (8 ч. – 360 мин. – 40%)</b> Блок 2+1; Блок 3+1; Блок 4+1; Блок 5+1; Блок 6+1; Блок 3+2; Блок 4+2; Блок 5+2; Блок 6+2; Блок 4+3; Блок 5+3; Блок 6+3; Блок 5+4; Блок 6+4; Блок 6+5;
<b>Раздел 3</b> Техническая и тактическая подготовка 48 ч (2160 мин – 66%)	
Сопряженность компонентов технико-тактической подготовки – 20 ч (900 мин – 28%)	<b>Блок ведущих компонентов (12 ч. – 540 мин. – 60%)</b> Блок 7+8; Блок 7+9; Блок 7+10; Блок 7+11; Блок 7+12; Блок 7+13; Блок 7+14; Блок 7+15; Блок 8+9; Блок 8+10; Блок 8+11; Блок 8+12; Блок 8+13; Блок 8+14; Блок 8+15; Блок 9+10; Блок 9+11; Блок 9+12; Блок 9+13; Блок 9+14; Блок 9+15; Блок 10+11; Блок 10+12; Блок 10+13; Блок 10+14; Блок 10+15; Блок 11+12; Блок 11+13; Блок 11+14; Блок 11+15; Блок 12+13; Блок 12+14; Блок 12+15; Блок 13+14; Блок 13+15; Блок 14+15; <b>Блок фоновых компонентов (8 ч. – 360 мин. – 40%)</b> Блок 8+7; Блок 9+7; Блок 10+7; Блок 11+7; Блок 12+7; Блок 13+7; Блок 14+7; Блок 15+7; Блок 9+8; Блок 10+8; Блок 11+8; Блок 12+8; Блок 13+8; Блок 14+8; Блок 15+8; Блок 10+9; Блок 11+9; Блок 12+9; Блок 13+9; Блок 14+9; Блок 15+9; Блок 11+10; Блок 12+10; Блок 13+10; Блок 14+10; Блок 15+10; Блок 12+11; Блок 13+11; Блок 14+11; Блок 15+11; Блок 13+12; Блок 14+12; Блок 15+12; Блок 14+13; Блок 15+13; Блок 15+14;
Сопряженность компонентов психофизического потенциала+компонентов технико-тактической подготовленности – 28 ч (1260 мин – 72%)	<b>Блок ведущих и фоновых компонентов 28 ч. (1260 мин.)</b> Блок 1+7; Блок 1+8; Блок 1+9; Блок 1+10; Блок 1+11; Блок 1+12; Блок 1+13; Блок 1+14; Блок 1+15; Блок 2+7; Блок 2+8; Блок 2+9; Блок 2+10; Блок 2+11; Блок 2+12; Блок 2+13; Блок 2+14; Блок 2+15; Блок 3+7; Блок 3+8; Блок 3+9; Блок 3+10; Блок 3+11; Блок 3+12; Блок 3+13; Блок 3+14; Блок 3+15; Блок 4+7; Блок 4+8; Блок 4+9; Блок 4+10; Блок 4+11; Блок 4+12; Блок 4+13; Блок 4+14; Блок 4+15; Блок 5+7; Блок 5+8; Блок 5+9; Блок 5+10; Блок 5+11; Блок 5+12; Блок 5+13; Блок 5+14; Блок 5+15; Блок 6+7; Блок 6+8; Блок 6+9; Блок 6+10; Блок 6+11; Блок 6+12; Блок 6+13; Блок 6+14; Блок 6+15;
<b>ЭТАП 3</b> Вариативность сопряженных блоков для построения более высокого уровня построения движения в основе формирования устойчивости потенциальных возможностей курсантов к различным вариативным и сбивающим факторам временной и альтернативной неопределенности (вариативно-сопряженное развитие блоков в течение 9 семестра) – 68 ч (3060 мин)	
<b>Раздел 1</b> Теоретические сведения по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка с позиции вариативности и сопряженности профессионально важных психофизических качеств сотрудника ОВД» 4 ч (180 мин – 6%)	
<b>Раздел 2</b> Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка – 18 ч (810 мин – 26%)	
Сопряженность компонентов психофизического потенциала – 18 ч (810 мин – 26%)	
<b>Раздел 3</b> Техническая и тактическая подготовка – 46 ч (2050 мин – 68%)	
Сопряженность компонентов технико-тактической подготовки – 18 ч (810 мин.– 40%)	Сопряженность компонентов психофизического потенциала+компонентов технико-тактической подготовленности – 28 ч (1260 мин – 60%)

Окончание таблицы

3.1 Степень сложности (1 степень - стандартность движения; 2 степень - в условиях временной неопределенности; 3 степень – в условиях альтернативной неопределенности; 4 степень в условиях временной и альтернативной неопределенности; 5 степень – в вариативных условиях со сбивающими факторами)
3.2 Сбивающие факторы (с закрытыми и открытыми сенсорными анализаторами; в разных исходных положениях; разных звуковых раздражителей; под воздействием физической нагрузки на фоне утомления)
3.3 Вариативность сопряженных блоков: усложнение двигательных комбинаций; «зеркальное» выполнение движений; изменение направления и силовых компонентов движения; изменение скорости или темпа движений; изменение способа выполнения движения; изменение пространственных границ; изменение исход. положений; изменение ритма движений; изменение финальных положений; использование разных сигналов; выполнение движений после раздражителя вестибулярного аппарата; выполнение технических элементов после физической нагрузки; выполнение движений с выключенным зрительным контролем; точно дозированное сопротивление со стороны партнера; изменение нетипичных условий и поверхностей; использование нетипичных снарядов

Предложенные выше средства сопряженного воздействия, характеризуется следующими параметрами тренировочной нагрузки: общим количеством выполняемой работы (моторная плотность), количеством упражнений с повышенным напряжением (интенсивность нагрузки), сочетанием сопряженных воздействий общего и специального психофизического потенциала и технико-тактического действия, а также применяемыми упражнениями на восстановление и релаксацию.

Основными критериями нагрузки сопряженных средств двигательного-координационного направления является *внешняя сторона* ((объем и интенсивность упражнений (повышение требований к точности, скорости, целесообразности, экономичности и стабильности выполнения технических приемов одновременно; выполнение координационных упражнений в условиях дефицита времени); интервал отдыха (уменьшение пауз между заданиями и сериями координационных упражнений, выполнение сложных координационных заданий на фоне утомляемости); характер пауз отдыха (от 45–60 с до 3 мин); число повторений упражнения (4–12 раз достигает до 20 раз); координационная сложность упражнения (низкая, средняя, высокая, субмаксимальная и максимальная – оценивается от 1 до 5 баллов)) и *внутренняя сторона* (степень мобилизации психофизических и технико-тактических возможностей организма курсантов в процессе ППФП).

Эффективность разработанной методики подтверждается существенной положительной динамикой количественных (точность, скорость, экономичность, стабильность) и качественных (адекватность, своевременность, целесообразность, инициативность) показателей компонентов психофизической подготовленности участников экспериментальной группы, в отличие от несущественных сдвигов участников контрольной группы, в которой проведение занятий осуществлялось по традиционным подходам, компонентами которой являлись общеизвестные средства и методы физической и технико-тактической подготовки обучающихся, представленные в программе дисциплины «Профессионально-прикладная физическая подготовка».

**Заключение.** Применение представленного авторского алгоритма сопряженного воздействия и средств разной двигательного-координационного направления «равномерности + сопряженности + вариативности» в системе ППФП, позволяет: расширять арсенал профессионально важных двигательных умений и навыков сотрудников ОВД (двигательный опыт технико-тактических действий); активизировать отдельные и сопряженные компоненты психофизического потенциала курсантов; предотвращать стадию двигательного-координационного барьера и переходить на более высокий уровень построения двигательного потенциала обучающихся, что в свою очередь способствует более быстрому и эффективному решению оперативно-служебных задач в различных вероятностных условиях профессиональной деятельности.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Каранкевич, А.И. Психофизическая готовность курсантов учреждений образования МВД Республики Беларусь к эффективной профессиональной двигательной деятельности : моногр. / А.И. Каранкевич, В.А. Барташ. – Могилев : Могилев. ин-т МВД, 2016. – 200 с.
2. Каранкевич, А.И. Профессиографическая модель специалиста органов внутренних дел / А.И. Каранкевич, И.Ю. Михута // Вестн. Волгоград. акад. МВД России. – 2017. – № 2 (41). – С. 110–113.
3. Каранкевич, А.И. Структура квалификационных качеств сотрудников органов внутренних дел в реализации специальных задач профессиональной деятельности / А.И. Каранкевич, И.Ю. Михута // Вестн. МДУ имя А.А. Куляшова. – 2017. – № 2 (50). – С. 106–111.
4. Каранкевич, А.И. Информационно-аналитический алгоритм многоступенчатой системы оценки психофизической готовности курсантов МВД к будущей профессиональной деятельности / А.И. Каранкевич, И.Ю. Михута // Мир спорта. – 2017. – № 3 (68). – С. 37–41.

5. Каранкевич, А.И. Реализация органами внутренних дел Республики Беларусь специальных мер административного пресечения (силового воздействия): состояние, проблемы и пути их решения / А.И. Каранкевич, А.В. Лубенков // Вестн. Воронеж. ин-та МВД России. – 2017. – № 3. – С. 173–179.
6. Каранкевич, А.И. Модель уровневого управления движениями как средство обеспечения психофизической готовности курсантов учреждений образования МВД к профессиональной деятельности / А.И. Каранкевич, И.Ю. Михута // Вести БГПУ. – 2017. – № 3 (93). – С. 10–14.
7. Каранкевич, А.И. Современные подходы в повышении уровня профессионально важных качеств курсантов в системе профессионально-прикладной физической подготовки / А.И. Каранкевич // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму : материалы XV Междунар. науч. сессии по итогам НИР за 2016 год, посвящ. 80-летию ун-та, Минск, 30 марта – 17 мая 2017 г. : в 4 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол. : Т.Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК, 2017. – Ч. 3. – С. 120–123.
8. Ратов, И.П. Двигательные возможности человека / И.П. Ратов. – Минск, 1994. – 121 с.
9. Дьячков, В.М. Совершенствование технического мастерства спортсменов / В.М. Дьячков. – М. : Физкультура и спорт, 1972. – 172 с.
10. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовленности спортсменов / Ю.В. Верхошанский. – М. : Физич. культура и спорт, 1988. – 331 с.
11. Бернштейн, Н. А. О построении движений / Н. А. Бернштейн. – М. : Медгиз, 1947. – 256 с.

Поступила 17.10.2017

**MODERN APPROACH TO IMPROVING  
THE PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES LEVEL  
OF THE CADETS OF ESTABLISHMENT AGENCIES OF THE MINISTRY OF FOREIGN AFFAIRS  
BY MEANS OF CONJUGATED MOTOR-COORDINATION DIRECTION**

**A. KARANKEVICH, I. MIHUTA**

*The article represents the author's approach to formation of conjugate means in the system of professionally applied physical training of cadets, based on the use of leading and background components of professionally important psychological and physical qualities and technical and tactical actions of applied nature.*

*The suggested conjugate means of the motor and coordination direction are based on variational general and special motor tasks, which allow expanding the arsenal of motional skills and skills of professional activity (motional experience of technical and tactical actions) with the aim of activating individual and associated components of the psychophysical potential of cadets.*

*The use of the presented author's algorithm of conjugate impact and means of different motional and coordinating direction in a certain system of professionally applied physical training makes it possible to prevent the stage of the motional and coordinating barrier and move to a higher level of formation the cadets' motional potential, which contributes to a faster and more efficient solution of problems operational service activities under various probabilistic conditions.*

**Keywords:** *professionally important qualities, means of conjugate impact, physical training, cadets.*