

А.И. Каранкевич

Могилевский институт МВД Республики Беларусь;

И.Ю. Михута, канд. пед. наук, доцент

Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина

ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ КУРСАНТОВ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

В структуре готовности сотрудников ОВД к успешной профессиональной деятельности ведущее место занимают профессионально важные качества (далее – ПВК), под которыми понимается совокупность существенных и наиболее устойчивых личностных свойств, физических качеств и способностей, психических процессов, отвечающих требованиям и особенностям специфики службы в процессе профессионализации. Поэтому структуру ПВК сотрудников ОВД следует рассматривать как совокупность когнитивного (личностно-интеллектуальные свойства), сенсорного (психические процессы), моторно-кондиционного (сила, быстрота, выносливость, функциональные качества), моторно-координационного (координационные способности) компонентов, а также способность к их интегративному психофизическому проявлению.

В целях обоснования методики повышения уровня ПВК в Могилевском институте МВД был проведен педагогический эксперимент. По цели исследования эксперимент был формирующим, по условиям проведения – естественным, по характеру экспериментального плана – параллельным (наличие контрольной и экспериментальной групп). В экспериментальной группе ЭГ (n=24) применялись средства сопряженной двигательной координационной направленности, способствующие повышению уровня компонентов ПВК (физическое развитие, интеллектуальные, психомоторные, кондиционные и координационные способности) и освоению технико-тактических действий (далее – ТТД), предусмотренных учебной программой дисциплины «Профессионально-прикладная физическая подготовка» (далее – ППФП). Процесс ППФП в ЭГ осуществлялся на основе сопряженности двух блоков: первый – компонентов ПВК и второй – ТТД. Алгоритм сопряженности обусловлен выделением ведущих и фоновых уровней, для формирования взаимозависимых связей как внутри отдельных компонентов (например, психомоторные + координацион-

ные и др.), так и между основными ПВК + ТТД (например, приемы задержания + психомоторные способности).

Проведение занятий в контрольной группе КГ (n=24) осуществлялось по традиционной методике, компонентами которой являлись известные средства и методы общей физической подготовки обучающихся, представленные в программе дисциплины ППФП.

Всего с каждой группой, участвующей в педагогическом эксперименте, в течение 7-9 семестров было проведено 104 учебных занятия. Для диагностики и развития координационного потенциала курсантов использовались специально разработанные упражнения и диагностическое оборудование [1, 2].

В ходе сравнительного анализа внутригрупповых различий уровня компонентов ПВК у курсантов ЭГ до и после эксперимента были выявлены достоверные различия по 92 параметрам из 144 исследуемых: психомоторные способности (по 11 из 18 исследуемых); интеллектуальные способности (по 10 из 10 исследуемых); кондиционные способности (по 10 из 24 исследуемых); координационные способности (по 32 из 52 исследуемых); комплексные психофизические способности (по 29 из 40 исследуемых). У участников КГ выявлены до и после эксперимента существенные внутригрупповые различия по 8 параметрам из 144 исследуемых: психомоторные способности (из 18 исследуемых параметров существенных внутригрупповых различий не выявлено); интеллектуальные способности (из 10 исследуемых параметров существенных внутригрупповых различий не выявлено); кондиционные способности (по 7 из 24 исследуемых); координационные способности (по 1 из 52 исследуемых); комплексные психофизические способности (из 40 исследуемых параметров существенных внутригрупповых различий не выявлено).

Сравнительный анализ показателей, характеризующих компоненты психомоторной, интел-

лектуальной, кондиционной, координационной и интегральной психофизической подготовленности между курсантами ЭГ и КГ до и после эксперимента позволил установить следующие межгрупповые различия.

До эксперимента между курсантами ЭГ и КГ не было выявлено существенных различий ($P < 0,05$). После эксперимента между аналогичными показателями, зарегистрированными у курсантов ЭГ и КГ, были выявлены статистически достоверные различия ($P < 0,05 - P < 0,001$): психомоторные способности – по 1 (динамическая работоспособность, $P < 0,01$) из 18 исследуемых показателей; интеллектуальные способности – по 1 (сумма интегральных показателей умственных способностей, $P < 0,001$) из 10 исследуемых показателей; кондиционные способности – по 5 (фактическая жизненная емкость легких; окружность грудной клетки при вдохе и выдохе; коэффициент силовой выносливости в подтягивании на высокой перекладине; коэффициент силовой выносливости в сгибании-разгибании рук на брусьях $P < 0,05$) из 24 исследуемых показателей; координационные способности – по 37 (способность к динамическому равновесию по 3 ($P < 0,05 - P < 0,01$) из 4; способность к управлению движениями по пространственно-динамическим и временным параметрам (целевая точность) по 17 ($P < 0,05 - P < 0,001$) из 20; способность к согласованию движений по 2 ($P < 0,05$) из 4; способность к перестроению движений и моторному приспособлению по 5 ($P < 0,05 - P < 0,001$) из 9; способность к ориентированию в пространстве по 3 ($P < 0,05 - P < 0,001$) из 6; способность к быстрому реагированию по 5 ($P < 0,05 - P < 0,01$) из 6; ЧСС в беге 30 с на месте по 2 ($P < 0,01 - P < 0,001$) из 3) из 52 исследуемых показателей; интегральная психофизическая подготовленность – по 30 (комплексная полоса препятствий без тестов (вариант А) по 3

($P < 0,05 - 5, P < 0,01$) из 3; комплексная полоса препятствий (вариант Б) с тестами (разнонаправленные передвижения к пронумерованным меткам + стрельба в цель после выполнения сгибаний-разгибаний рук в упоре лежа + переключение двигательной деятельности) по 11 ($P < 0,05 - P < 0,001$) из 16; комплексная полоса препятствий (вариант В) с тестами (повороты на ограниченной опоре с ударами + стрельба в цель после выполнения поворотов на 360° + удары по появляющимся мишеням) по 11 ($P < 0,05 - P < 0,001$) из 16; отношение комплексной полосы препятствий Б к полосе препятствий А ($P < 0,01$); отношение комплексной полосы препятствий В к полосе препятствий А ($P < 0,05$); интегральный показатель А-Б-В полос препятствий ($P < 0,001$); интегральный показатель противостояния утомлению А-Б-В полос препятствий ($P < 0,01$); коэффициент устойчивости к А-Б-В полосам препятствий ($P < 0,05$) из 40 исследуемых показателей.

Обобщая вышесказанное, следует отметить, что выявленные в ходе сравнительного анализа достоверные внутригрупповые и межгрупповые различия исследуемых показателей курсантов ЭГ имеют положительную тенденцию после педагогического эксперимента, что обусловлено применением разработанной авторской методики сопряженного распределения тренировочных средств двигательного-координационного характера в сочетании с ТТД на завершающем этапе ППФП курсантов. В этой связи следует констатировать тот факт, что применение авторского подхода в системе ППФП курсантов ЭГ позволило существенно повысить уровень их профессионально важных психофизических качеств в сравнении с более низкими положительными сдвигами исследуемых компонентов в КГ, которые занимались по традиционному подходу ППФП.

Литература

1. Каранкевич А.И. Тренажерно-исследовательский комплекс «Лабиринт» в диагностике психофизической подготовленности сотрудников органов внутренних дел // Состояние и перспективы технического обеспечения спортивной деятельности: мат-лы II междунар. научно-техн. конф-ции (Минск, 17-18 октября 2012 г.). Минск: БНТУ, 2012. С. 32-38.
2. Устройство для диагностики и развития координационных способностей спортсмена в контактном единоборстве: патент 19442 Республика Беларусь, МПК А 63В 21/02, А 63В 69/22 / А.И. Каранкевич, В.Е. Васюк, В.А. Барташ, Ю.В. Воронович; заявители и патентообладатели: Могилевск. ин-т МВД Респ. Беларусь, Бел. нац. техн. ун-т, Бел. гос. ун-т физ. культуры. № а20121034; заявл. 11.07.2012; опубл. 30.08.2015. 6 с.