КОМПЛЕКСНЫЕ МНОГОБОРЬЯ В СИСТЕМЕ БОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ

Тапорчикова М.В., Макаренко О.П., Васюхневич М.В., Малышева Е.А.

Белорусско-Российский университет, г. Могилев

Реформы, которые происходят в органах внутренних дел, предусматривают существенное расширение диапазона практических профессиональных задач, выполняемых сотрудниками с использованием

физических качеств и двигательных навыков. Эти задачи не ограничиваются непосредственным индивидуальным преследованием и единоборством с правонарушителем, а предусматривают возможность участия правоохранителей в масштабных боевых операциях в составе войсковых подразделений.

Вопросы оптимального содержания боевой подготовки сотрудников и военнослужащих государственных вооруженных формирований не теряют свою актуальность.

Физическая культура является неотъемлемым элементом подготовки специалиста любого профиля, так как формирование необходимых физических качеств позволяют более эффективно выполнять те задачи, решение которых находится в сфере той или иной профессии. Это особенно актуально в том случае, когда деятельность связана с активными физическими нагрузками. Формирование основных физических качеств – выносливости, силы, скорости, ловкости и координации движений – является приоритетным направлением физической подготовки курсантов военно-медицинского института и осуществляется в ходе практических занятий по учебной дисциплине «Физическая культура». Вместе с тем совершенствование данных качеств осуществляется и в ходе практико-ориентированного состязания – военного многоборья – ставшего неотъемлемой частью факультативной подготовки курсантов [1].

Необходимо обозначить комплексные многоборья как основные средства в системе физической подготовки обучающихся специальных учебных заведений, сотрудников и военнослужащих силовых структур Республики Беларусь, объективные виды контроля уровня их подготовленности к выполнению служебных задач.

Существующие служебно-прикладные комплексы многоборья (военное троеборье, пятиборье, многоборье «Командирские старты», летнее и зимнее многоборье «Защитник Отечества»), используются исключительно в виде контрольных упражнений и как средства индивидуальной реализации наиболее подготовленных курсантов и сотрудников в процессе соревновательной деятельности. Их непосредственное внедрение в учебно-тренировочный процесс как основных средств профессионально-прикладного обучения на определенных этапах подготовки для основной массы обучаемых позволит решить его основную задачу – максимальное приближение к использованию в повседневной служебно-боевой деятельности.

Необходимыми двигательными навыками для сотрудника и военнослужащего любой государственной силовой структуры являются навыки пешего ускоренного передвижения с элементами преодоления естественных препятствий и преследования правонарушителя или противника; навыки форсирования естественных водных преград и передвижения по воде без применения плавательных средств; навыки

ведения огня из разных видов табельного огнестрельного оружия в различных условиях и ситуациях, а также навыки ведения единоборства с противником или непосредственного контактного противостояния с группой противников в сочетании с навыками ведения рукопашного боя индивидуально или в составе подразделения [2].

Военно-спортивное многоборье содержит ряд особенностей, отражающихся на физическом и психическом состоянии занимающихся. Первой особенностью можно считать проявление высокой степени напряженности нервной системы, особенно при возрастающих физических нагрузках. Второй особенностью является возрастание физических нагрузок различной направленности, реализуемых в различных зонах интенсивности. Третьей особенностью является сохранение высокого уровня напряженности при переходе из одного упражнения в другое. Четвертой особенностью является необходимость высокого уровня управления мышечной координацией, борьба с гипоксией, эмоциональной неустойчивостью, личностной и ситуативной тревожностью за конечный результат. Использование разнонаправленных тренировочных нагрузок при подготовке обучающихся средствами военно-спортивного многоборья помогает противостоять утомляющему влиянию различных факторов.

Организация тренировочного процесса в военно-спортивном многоборье может быть трех видов: индивидуальная, коллективная и соревновательная [3].

Целью индивидуальной тренировки курсантов выступает разучивание новых двигательных действий в связке и по отдельности с учетом специфики видов двигательного действия, включенных в программу военно-спортивного многоборья. Индивидуальные тренировки позволяют тренеру более внимательно изучить особенности организма занимающихся. Такой подход дает возможность шлифовать отдельные стороны подготовки.

Следующей особенностью реализации средств военно-спортивного многоборья является организация коллективных тренировок, основной целью которой является реализация психологических сторон подготовки курсантов и подготовка к соревновательным условиям.

При проведении коллективных тренировок с применением соревновательного метода перед курсантами ставятся психологические задачи. Во время коллективных тренировок можно заострять внимание курсантов на выполнение тактических или технических действий, от которых зависит результативность выступления.

Использование средств военно-спортивного многоборья нельзя рассматривать без соревновательной деятельности курсантов. Только при активном использовании участия в соревнованиях мы можем получить положительный эффект от подготовки. Только условия соревнований у курсантов могут формировать своеобразную манеру ведения борьбы, отличающейся от манеры, проявляемой на занятиях. Соревнования требуют

от курсантов выполнения определенных правил двигательного действия, в определенной последовательности и в режиме, такое положение поднимает уровень психологической нагрузки. Основными отличиями соревнований по военно-спортивному многоборью от тренировочных занятий являются проявления значительных эмоциональных сдвигов, которые испытывают спортсмены.

Комплексы многоборья не только физически закаляют человека, вырабатывают у него высокие моральные и волевые качества.

С помощью моделирования и создания комплексов физических упражнений в соответствии с типовыми алгоритмами действий сотрудников и военнослужащих в реальных ситуациях выполнения ими служебных и боевых задач, внедрением этих комплексов и упражнений в практику подготовки возможно добиться существенного повышения результативности учебно-тренировочного процесса и его конечных результатов [4].

Для достижения мастерства нужно постоянно улучшать учебно-тренировочный процесс, повышать идейно-политический уровень спортсменов и тренеров, постоянно совершенствовать материально-техническую базу.

Такие подходы к процессу боевой подготовки сотрудников силовых структур позволяют существенно приблизить учебно-тренировочный процесс к требованиям, достигаемым на заключительном этапе обучения в вузе и в дальнейшем процессе подготовки.

Внедрение в учебно-тренировочный процесс комплексов многоборья будет способствовать его существенному разнообразию и максимальному приближению к практике служебно-боевой деятельности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Писаренко, В. Ф. Проблемы подготовки спортсменов – многоборцев в ВУЗах Республики Беларусь / В. Ф. Писаренко, Д. Н. Самуйлов – Вопросы физического воспитания студентов : сб. науч. ст. Вып. 10 / редкол. : В. А. Коледа (отв. ред.) [и др.]. – Минск : БГУ, 2013. – С. 120–126.

2. Писаренко, В. Ф. Влияние внешних факторов на результаты стрельбы в многоборье «Здоровье» / В. Ф. Писаренко, Д. Н. Самуйлов, Е. А. Малышева, // Веснік Магілеўскага дзяржаўнага ўніверсітэта імя А. А. Куляшова. Навукова-метадычны часопіс. Серыя С. Псіхалага-педагагічныя навукі (педагогіка, псіхалагія, методыка). – 2021. – № 2 (58) – С. 68–73.

3. Писаренко, В. Ф. Тренировка спортсменов-многоборцев в условиях вуза : [монография] / В. Ф. Писаренко, Д. Н. Самуйлов, А. А. Минченко. – Могилев : Белорус.-Рос. ун-т, 2017. – 201 с. : ил.

4. Васюхневич, М. В. Роль физической подготовки для работников силовых структур / М. В. Васюхневич, М. В. Тапорчикова // Актуальные

вопросы общей и профессионально-прикладной физической подготовки в учебных заведениях силовых структур: сб. материалов III Международной научно-практической конференции. – Минск : УГЗ МЧС, 2023. – С 26–28.