

носным персональным компьютером (ноутбуком) позволяет ускорить этот процесс. Еще один путь повышения скорости анализа – промер только необходимых, наиболее информативных точек спортивного движения. В случае создания специализированной компьютерной программы для обработки видеофайлов, промера и расчета биомеханических характеристик, скорость видеоанализа возрастет и станет возможно проведение оперативного количественного биомеханического анализа в учебно-тренировочном процессе и в условиях соревновательной деятельности спортсменов.

Библиографический список

1. Воробьев, А.Н. Тяжелая атлетика : учебник для ин-тов физкультуры / А.Н. Воробьев. – М. : Физкультура и спорт, 1972. – 248 с.
2. Жеков, И.П. Биомеханика тяжелоатлетических упражнений / И.П. Жеков. – М. : Физкультура и спорт, 1976. – 192 с.

УДК 355.4

А. А. Григорян, Е. В. Парусов
A. A. Grigoryan, E. V. Parusov

ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ IMPROVING LEVEL OF SECURITY OF PHYSICAL TRAINING

Аннотация. В статье изложены основные направления развития уровня безопасности при проведении занятий по физической подготовке среди сотрудников органов внутренних дел и военнослужащих внутренних войск МВД Республики Беларусь.

Summary. The article deals with the basic directions of development of level of security when conducting physical training.

Ключевые слова: повышение, безопасность, занятие по физической подготовке.

Keywords: increase, security, the lesson of physical training.

Организация, руководство и контроль за проведением мероприятий по обеспечению безопасности военной службы в соединениях и воинских частях возлагаются на командиров и начальников всех рангов, а также на других должностных лиц в соответствии с требованиями общевоинских уставов Вооруженных Сил Республики Беларусь, приказов Министра

внутренних дел Республики Беларусь, командующего внутренними войсками Министерства внутренних дел Республики Беларусь.

Общее руководство работой по обеспечению безопасности военной службы в соединении или воинской части возлагается на командира воинской части, а в подразделениях – на командиров данных подразделений.

Командир воинской части с учетом возложенных задач и функций в системе обеспечения безопасности организует разработку инструкций и утверждает их. В данных инструкциях определены обязанности и полномочия подчиненных должностных лиц по обеспечению безопасности военной службы.

Командиры подразделений, от командира взвода до командира батальона, а также руководители занятий обязаны строго и неукоснительно придерживаться данных инструкций и приказов, т. к. сохранение жизни и здоровья военнослужащих является приоритетной задачей.

Командиры подразделений, согласно уставу внутренней службы, обязаны постоянно совершенствовать физическую тренированность личного состава, систематически проводить занятия по физической подготовке, вести спортивно-массовую работу. При этом они должны проявлять разумную инициативу и внедрять новые методы физического воспитания и проведения занятий.

Задачи, которые решает такой предмет боевой подготовки, как физическая подготовка, – это развитие и поддержание на надлежащем уровне физических качеств военнослужащих, овладение ими навыками, необходимыми при выполнении служебно-боевых задач, воспитание волевых качеств и повышение устойчивости к неблагоприятным факторам боевой деятельности. Эти задачи неотъемлемы от служебно-боевых задач, стоящих перед войсками. Согласно уставу внутренней службы солдат обязан ежедневно закалять себя, совершенствовать свою физическую тренированность. Для этого во внутренних войсках МВД Республики Беларусь созданы все условия: в каждой воинской части и отдельно дислоцированных подразделениях имеются спортивные городки, современная учебно-тренировочная база, спортивные комплексы, огромное количество секций для всех категорий желающих военнослужащих. В каждом подразделении имеются свои спортивные уголки, а травматизм на занятиях по физической культуре – явление, не совместимое с оздоровительными целями физической подготовки и спорта в целом.

Неграмотные действия руководителя занятия, а также его невнимательность по отношению к личному составу, многократность выполнения упражнений на выносливость могут привести к получению травм и даже к смерти военнослужащих. Так, при проведении марш-броска с оружием в тридцатиградусную жару, руководитель занятия нарушил требования вы-

шестоящих начальников о запрете проведения упражнений на выносливость в жаркую погоду, в результате чего был допущен перегрев личного состава. Не всегда виновны в получении травм обучаемых только руководители занятий. Нередко сами обучаемые пренебрегают мерами личной безопасности, а также не выполняют требования руководителей занятия.

Проведенный анализ вышеизложенных примеров показывает, что основными причинами получения травм при проведении занятий по физической подготовке являются:

- нарушение инструкций и положений о проведении занятий, соревнований, неквалифицированное составление программы соревнований, неправильное комплектование групп, многочисленность групп, занимающихся сложными в техническом отношении видами спорта в зале, на площадке; проведение занятий в отсутствие руководителя;

- ошибки в методике проведения занятий, которые связаны с нарушением дидактических принципов обучения (регулярность занятий, постепенность увеличения нагрузки, последовательность); отсутствие индивидуального подхода; недостаточный учет состояния здоровья, возрастных особенностей, физической и технической подготовленности обучаемых; недостаточный уровень подготовленности руководителей (не все офицеры и не всегда способны на достаточно высоком уровне проводить методически сложные занятия, требующие от руководителя определенной подготовки); пренебрежительное отношение к вводной части занятия, разминке; перенос средств и методов тренировки квалифицированных спортсменов на неподготовленных спортсменов;

- отсутствие зон безопасности на спортивных площадках; жесткое покрытие легкоатлетических дорожек и секторов, неровность футбольных и волейбольных полей; отсутствие табельного инвентаря и оборудования; плохое снаряжение занимающихся, его несоответствие особенностям вида спорта; плохая подготовка мест и инвентаря для проведения занятий и соревнований (плохое крепление снарядов, невыявленные дефекты снарядов);

- нарушение дисциплины, невнимательность, поспешность, несерьезное отношение к страховке;

- низкий уровень физического развития призываемой молодежи при объективной невозможности снижения предъявляемых к ней требований;

- отсутствие медицинского контроля и нарушение врачебных требований; допуск к занятиям и участию в соревнованиях военнослужащих без прохождения врачебного осмотра; невыполнение руководителем или военнослужащим врачебных рекомендаций.

Только общие и целенаправленные усилия способны снизить травматизм, обусловленный халатностью и низким уровнем профессиональной пригодности.

В результате исследования основных причин можно сделать выводы и наметить мероприятия, обязательные для проведения в соединениях (воинских частях) и подразделениях:

- правильная организация и методика проведения всех форм физической подготовки, поддержание в процессе занятий и состязаний высокой воинской дисциплины;

- строгое соблюдение правил проведения спортивных и военно-спортивных состязаний;

- заблаговременная подготовка и применение средств страховки, оказание помощи военнослужащим при выполнении упражнений, связанных с риском и опасностью, особенно при проведении занятий на воде;

- постепенное увеличение физических нагрузок с учетом состояния здоровья и физической подготовленности военнослужащих, особенно имеющих отклонения в состоянии здоровья или перенесших заболевания;

- тщательная подгонка обмундирования, спортивной одежды и обуви, проверка исправности и безопасности спортивных сооружений, мест выполнения упражнений, инвентаря и оборудования;

- постоянное наблюдение за внешними признаками утомления военнослужащих;

- проведение инструктажей личного состава о правилах и мерах безопасности при проведении занятий по физической подготовке и организация разъяснительной работы по предупреждению травматизма в ходе спортивных состязаний;

- соблюдением мер, исключающих возможность обморожений, теплового и солнечного ударов, обморочных состояний;

- систематическое и целенаправленное проведение мероприятий и занятий, направленных на повышение методического уровня офицеров и прапорщиков, участвующих в проведении занятий по физической подготовке.

Таким образом, можно заключить, что лишь выполнение всеми военнослужащими и инструкторами требований, которые определены руководящими документами, своевременная и качественная подготовка руководителя занятий, а также точное выполнение всеми обучаемыми команд руководителя занятий будут способствовать снижению уровня травматизма.