

УДК 796+378.147

## **ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ПУТЕМ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ**

*А. В. Бибилов*

*курсант 3 курса факультета милиции*

*Могилевского института МВД*

*Научный руководитель: К. Р. Комоцкий,*

*преподаватель кафедры прикладной физической  
и тактико-специальной подготовки*

*Могилевского института МВД*

В соответствии с нормативными правовыми актами, регламентирующими физическую подготовку сотрудников органов внутренних дел (далее — ОВД) Республики Беларусь, каждый сотрудник должен обладать уровнем физической подготовленности не ниже установленного. Данное требование также распространяется и на курсантов ведомственных учреждений высшего образования (далее — УВО). Однако на сегодняшний день для абитуриентов, поступающих в УВО ОВД, не предусмотрено контрольных вступительных испытаний по физической подготовке. В связи с этим возникает такая проблема, как неоднородность формируемых учебных взводов по уровню физической подготовленности. Также важным фактором в таком случае является крайне насыщенная учебная программа по учебной дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка», что не позволяет акцентировано развивать физические качества курсантов на занятиях, тем более с учетом индивидуального уровня их физической подготовленности как того требует теория и методика физического воспитания [1]. Логичным и адекватным выходом из сложившейся ситуации нам видится самостоятельная подготовка курсантов в части развития своих физических качеств в соответствии с установленными требованиями. Однако исходя из проведенного нами анкетирования курсантов 1 курса факультета милиции Могилевского института МВД (n=68), лишь 18 % респондентов находят время для самостоятельных занятий, направленных на развитие физических качеств. Большинство респондентов (64 %) стараются заниматься, но нерегулярно в связи с нехваткой личного времени для этого. Остальные 18 % респондентов вообще не занимаются самостоятельным развитием физических качеств по указанным выше причинам.

Мы полагаем, что включение возможности для желающих курсантов самостоятельно заниматься развитием физических качеств в содержание самостоятельной подготовки к занятиям позволит в определенной степени сгладить имеющийся разрыв в уровне физической подготовленности в учебных взводах, что в свою очередь позволило бы увеличить полезный эффект от физической нагрузки, получаемой на учебных занятиях по физической подготовке.

---

1. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М. : Академия, 2000. 469 с. [Вернуться к статье](#)