

А. И. Каранкевич

заместитель начальника кафедры прикладной
физической и тактико-специальной подготовки
Могилевского института МВД,
кандидат педагогических наук, доцент

Е. В. Гейдель

преподаватель кафедры прикладной физической
и тактико-специальной подготовки
Могилевского института МВД

ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОЦЕНКИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КУРСАНТОВ

CHARACTERISTICS OF THE MAIN INDICATORS OF ASSESSMENT OF SPECIAL PHYSICAL FITNESS OF CADETS

Аннотация. В статье представлены тестовые задания и оцениваемые показатели специальной физической подготовленности курсантов Могилевского института МВД по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка». Разработанные тесты характеризуются простотой исполнения, а также наличием управляющих движений, близких по форме и особенностям функционирования нервно-мышечного аппарата в специфических условиях реализации навыко-двигательного потенциала в процессе изучения конкретной темы дисциплины.

Ключевые слова: курсанты, профессионально-прикладная физическая подготовка, тестовые задания, специальная физическая подготовленность.

Annotation. The article presents test tasks and assessed indicators of special physical fitness of cadets of the Mogilev Institute of the Ministry of Internal Affairs in discipline «Professional and applied physical training». The developed tests are characterized by simplicity of execution, as well as the presence of control movements close in form and peculiarities of functioning of neuromuscular apparatus in specific conditions of realization of skill-motor potential, in the process of studying a specific discipline topic.

Keywords: cadets, professional and applied physical training, test tasks, special physical fitness.

Основной целью прикладной физической подготовки как специализированного образовательного процесса, реализуемого в учреждениях высшего образования системы Министерства внутренних дел, является подготовка квалифицированных специалистов, обладающих крепким физическим и психическим здоровьем и способных эффективно

выполнять служебные обязанности [1, с. 8–9; 2, с. 8; 3, с. 4; 4, с. 5]. В данной связи выделяется круг общих задач, суть которых обобщенно можно представить развитием традиционно представленных в учебно-методической литературе физических (сила, быстрота, ловкость, выносливость и гибкость) и психических (память, внимание, мышление, психическая устойчивость и др.) качеств, а также специальных задач, направленных на формирование двигательной деятельности, реализуемой в различных условиях предстоящей службы в практических подразделениях [4, с. 5–6].

В аспекте специфики изучения учебной дисциплины «Профессионально-прикладная физическая подготовка» (далее — ППФП) указанные выше задачи реализуются в рамках двух ее основных направлений: *общей физической подготовки* (базовой), выступающей в плане обеспечения необходимых физических качеств и формирования фонда разнообразных двигательных умений и навыков, предшествующих *специальной физической подготовке*, обеспечивающей реализацию сформированного навыко-двигательного потенциала на уровнях, требующих осуществления совокупности специфических действий в различных условиях профессиональной деятельности [5, с. 8–9].

Анализ педагогической практики показывает, что в качестве контроля уровня физической подготовленности курсантов выступают двигательные (моторные) задания, адаптированные к 10-балльной шкале оценивания. В общей физической подготовке, в блоке физических качеств — тесты, в которых двигательные действия измеряются либо отдельно временем (различные виды бега) и числом повторений (подтягивания, сгибания-разгибания рук и др.), либо комплексно (например, комплексно-силовое упражнение); в блоке двигательных умений и навыков — тесты, в которых оценивается качество выполнения двигательных действий без учета времени (различные виды кувырков, прыжков, передвижений и т. д.).

Специальный раздел также представлен оцениванием подготовленности курсантов по каждому блоку в отдельности, но в отличие от базового уровня этого явно недостаточно, так как основной задачей на этом этапе подготовки курсантов является целенаправленная работа к предстоящей службе в различных условиях (вероятностных, особых, экстремальных), требующих комплексного проявления физического и навыко-двигательного потенциала [6, с. 101–102]. Результаты анализа учебной программы по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка», а также специальной научно-методической литературы [1; 4; 5; 6 и др.] позволили сделать заключение об отсутствии такого рода тестовых заданий. Кроме этого, использование специалистами разработанных авторских

критериев оценки уровня развития отдельных компонентов (как правило, качественных) выполнения боевых приемов борьбы не позволяет говорить о некой выстроенной системе комплексного оценивания с учетом реализации специальных задач учебной дисциплины ППФП.

Таким образом, выявленная необходимость повышения качества оценивания уровня развития специальной физической подготовленности курсантов (учитывающего взаимосвязь физической и технической составляющих) предопределила актуальность проводимой на кафедре прикладной физической и тактико-специальной подготовки Могилевского института МВД соответствующей исследовательской работы. В рамках настоящего сообщения представлена реализация задачи по определению основных показателей комплексной оценки специальной физической подготовленности курсантов.

Согласно анализу изучения специальной литературы, а также результатам проведенных собственных исследований по вопросам разработки профессиографических моделей двигательной деятельности сотрудников органов внутренних дел, было установлено, что в целом специалисты придают достаточную значимость показателям, характеризующим уровень их кондиционной (двигательной) подготовленности [3, с. 56–68]. В перечне профессионально важных (значимых) физических качеств приоритетными являются: способности, характеризующие силовую и специальную выносливость; скорость двигательного реагирования; скорость одиночных движений; скоростная сила и специфические проявления координационных способностей [3, с. 494–497; 5, с. 82–83; 7].

С учетом того, что определенная работа по метрологическому обоснованию методики диагностики и критериев оценки отдельных специальных физических качеств (скорость двигательного реагирования и одиночных движений) уже проведена нами ранее [7], в данной статье отражены тестовые задания, направленные на оценку показателей скоростной силы и специальной силовой выносливости (таблица 1).

Таблица 1 — Тестовые задания и оцениваемые показатели специальной физической подготовленности курсантов

Оцениваемые показатели	Тестовые задания и оценка результатов
1	2
Тема «Защитно-атакующие действия от ударов руками и ногами»	
Скоростная сила мышц-разгибателей ног	Прыжки через резиновый жгут (натянутый поперек на высоте 40 см) со сменой боевой стойки. Оценивается время выполнения 10 прыжков

1	2
Интегральная оценка скоростной силы мышц рук и ног	Удары дальней рукой по настенной подушке (закрепленной на расстоянии 1 м) из боевой стойки. Оценивается количество ударов с перемещениями за 30 с
Тема «Болевые и удушающие приемы борьбы»	
Взрывная сила мышц-разгибателей ног	Прыжок спиной вперед (стойка на одной ноге) с разворотом на 180°. Оценивается средний результат длины прыжка двух попыток (левой и правой ногой) с точностью до 1 см
Скоростная сила мышц ног	Удары дальней ногой по настенной подушке (закрепленной на расстоянии 1 м) из боевой стойки. Оценивается количество ударов с перемещениями за 30 с
Тема «Приемы борьбы в положении стоя и лежа»	
Взрывная сила мышц-разгибателей ног	Прыжок вверх со стойки на одном колене. Оценивается средний результат высоты прыжка двух попыток (левой и правой ногой) с точностью до 1 см
Статическая силовая выносливость мышц рук	Удержание тела в виси (на согнутых руках) на низкой перекладине. Оценивается время удержания положения без отрыва от перекладины с точностью до 0,1 с
Тема «Защитные действия от нападения невооруженного и вооруженного условного противника»	
Взрывная сила мышц-разгибателей рук	Взрывные разгибания рук из положения «упор лежа». Оценивается лучший результат высоты отталкивания в двух попытках с точностью до 1 см
Динамическая силовая выносливость мышц-разгибателей рук	Сгибания и разгибания рук в положении «упор лежа» в бронежилете «Кедр». Оценивается количество циклов (один цикл — сгибание и разгибание) за 30 с
Тема «Приемы применения специальных средств»	
Взрывная сила мышц-разгибателей ног	Прыжок в длину с места в бронежилете «Кедр». Оценивается лучший результат длины прыжка в двух попытках с точностью до 1 см
Интегральная оценка специальной силовой выносливости	Удары палкой резиновой по манекену (закрепленному на расстоянии 1 м) из боевой стойки. Оценивается количество ударов с перемещениями за 30 с

Представленные тесты характеризуются простотой исполнения, а также наличием управляющих движений, близких по форме и особенностям функционирования нервно-мышечного аппарата в специфических условиях реализации навыко-двигательного потенциала в процессе изучения конкретной темы дисциплины.

В результате проведенной исследовательской работы выявлены основные показатели специальной физической подготовленности курсантов с акцентом на скоростную силу и специальную силовую выносливость, а также разработаны тесты для их оценивания. Проведение дальнейших исследований предполагает метрологическое обоснование тестов по критериям добротности (надежность и информативность), затем перевод оценочных показателей в единую 10-балльную шкалу. Полагаем, что разработанная на этом основании методика диагностики уровня развития специальной физической подготовленности курсантов дополнит существующую систему оценивания в части повышения степени объективности и качества контроля образовательного процесса, что в целом будет способствовать формированию профессионально важных качеств обучающихся к эффективной реализации моторно-кондиционного потенциала при решении специальных задач будущей профессиональной деятельности.

Список основных источников

1. Бойченко, С. Д. Профессионально-прикладная физическая подготовка курсантов : монография / С. Д. Бойченко, В. Е. Костюкович, В. В. Руденик. — Гродно : ЮрСтарПринт, 2015. — 174 с.

2. Волков, А. Н. Организация и содержание занятий по общей физической подготовке : методические рекомендации / А. Н. Волков, С. В. Кузнецов. — Н. Новгород : Нижегород. акад. МВД России, 2020. — 217 с.

3. Овчинников, В. А. Физическая подготовка : учебник / В. А. Овчинников, В. С. Якимович. — Волгоград : ВА МВД России, 2014. — 552 с.

4. Организация профессионально-прикладной физической подготовки в органах внутренних дел : пособие / В. В. Леонов [и др.] ; под общ. ред. В. В. Леонова ; М-во внутр. дел Респ. Беларусь, Акад. М-ва внутр. дел Респ. Беларусь. — Минск : Акад. МВД, 2016. — 186 с.

5. Шукан, С. В. Повышение уровня физической подготовленности курсантов учреждений образования Министерства внутренних дел Республики Беларусь в процессе профессионально-прикладной физической подготовки : монография / С. В. Шукан ; Акад. М-ва внутр. дел Респ. Беларусь. — Минск : Акад. МВД, 2013. — 154 с.

6. Каранкевич, А. И. Психофизическая готовность курсантов учреждений образования МВД Республики Беларусь к эффективной профессиональной двигательной деятельности : монография / А. И. Каранкевич, В. А. Барташ. — Могилев : Могилев. ин-т МВД, 2016. — 200 с.

7. Каранкевич, А. И. Критерии оценки профессионально важных качеств курсантов учреждений образования Министерства внутренних дел / А. И. Каранкевич // Весн. Брэсц. ун-та. — 2017. — № 2. — С. 135–144.

УДК 37+796.011.3

Ю. В. Кривенков
старший преподаватель кафедры
прикладной физической
и тактико-специальной подготовки
Могилевского института МВД

МЕТОДЫ ОЦЕНИВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ КУРСАНТОВ К СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

METHODS FOR EVALUATING THE PHYSICAL READINESS OF TRAINERS FOR OFFICE ACTIVITIES

Аннотация. В статье рассматривается необходимость разработки научно обоснованных рекомендаций, позволяющих обеспечить курсантам необходимый уровень профессионально важных качеств, навыков и умений. Отмечается недостаточная научная проработка вопросов структуры и содержания данного процесса. В качестве объединяющего признака следует рассматривать научно обоснованные нормативы по комплексному проявлению профессионально необходимых качеств и умений.

Ключевые слова: профессиональная подготовка, курсанты, качества, навыки, умения.

Annotation. In the article the necessity of development of scientifically grounded is examined Recommendations allowing providing necessary to the student's level is professional important qualities, skills and abilities. It is noted insufficient scientific study of questions of frame and the contents of the given process, In the capacity of uniting attribute it is necessary to consider the scientifically-grounded specifications on complex exhibiting professionally necessary qualities and skills.

Keywords: professional preparation, students, qualities, skills, abilities.