

*Гусев Андрей Анатольевич,*

*канд. пед. наук, начальник кафедры*

*физической подготовки сотрудников органов внутренних дел,*

*Т ФГКУ ДПО «Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России»,*

*г. Тюмень, Россия*

## **РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СОТРУДНИКОВ ОВД НА ПОЛОСЕ ПРЕПЯТСТВИЙ**

В статье представлены результаты исследования эффективности использования полосы препятствий для развития координационных способностей сотрудников органов внутренних дел. Использование полосы препятствий позволяет выполнить условия развития координационных способностей: необходимость в быстрой перестройке двигательных действий; сложность двигательной задачи; изменение условий выполнения упражнения. Результаты педагогического эксперимента слушатели ЭГ продемонстрировали более высокий уровень развития координационных способностей (на 10,6%), чем представители КГ, что подтверждает эффективность использования полосы препятствий.

**Ключевые слова:** сотрудники органов внутренних дел, физическая подготовка, координационные способности, полоса препятствий.

Физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел направлена на развитие профессионально-значимых физических качеств сотрудника и формирование необходимых в служебной деятельности двигательных навыков [4, с. 15]. Среди профессионально-значимых физических качеств выделяются координационные способности. От степени их развития зависит способность сотрудника к освоению боевых приёмов борьбы, к преодолению различных сложных препятствий в процессе преследования преступника. Координационные способности необходимо постоянно совершенствовать и использовать для этого различные средства и методы.

В настоящее время в образовательных организациях системы МВД России ведутся исследования эффективных средств и методов развития координационных способностей сотрудников органов внутренних дел. Исследователи Никоноров Е.А. и Кулиничев А.Н. разработали экспериментальную программу развития сложнокоординационных навыков

профессионально-прикладной физической подготовки [3, с. 64]. Медников А.Б. обосновывает большую значимость данного физического качества и предлагает объединить координационные упражнения в самостоятельный раздел координационной подготовки [2, с. 55]. Исследователи Кутергин Н.Б., Кулиничев А.Н., Воротник А.Н., исследуя особенности формирования координационных способностей у сотрудников органов внутренних дел, обосновали необходимость выявления возможности использования для развития данных физических качеств «многофункциональных полос препятствий» [1, с. 120]. Исследования в ведомственной педагогике создали предпосылки для выявления эффективности использования полосы препятствий в физической подготовке сотрудников полиции, в частности, для развития координационных способностей.

**Объект исследования:** процесс физической подготовки сотрудников органов внутренних дел.

**Предмет исследования:** средства и методы развития координационных способностей сотрудников органов внутренних дел.

**Гипотеза:** предполагается, что использование полосы препятствий на занятиях по физической подготовке способствует развитию координационных способностей сотрудников органов внутренних дел.

**Цель исследования:** выявить эффективность использования полосы препятствий в физической подготовке сотрудников органов внутренних дел для развития их координационных способностей.

Для достижения цели были решены *следующие задачи:*

1. Определить теоретические основы развития координационных способностей и возможность использования для этого упражнений на полосе препятствий.

2. Подготовить и апробировать комплекс упражнений, выполняемых на полосе препятствий для использования в физической подготовке сотрудников органов внутренних дел.

3. Тестировать уровень развития координационной способности сотрудников ОВД.

Для решения задач использовались следующие *методы исследования*: анализ и обобщение учебно-методической литературы; педагогический эксперимент; тестирование; методы математической статистики.

Исследование проводилось на базе ТИПК МВД России в период с февраля по ноябрь 2017 г. В исследовании принимали участие слушатели, проходящие обучение по образовательным программам профессионального обучения по должности служащего «Полицейский». Из двух учебных групп были составлены группы: экспериментальная (ЭГ) и контрольная (КГ).

Анализ и обобщение данных теории и методики физического воспитания и спорта позволили выявить условия совершенствования координационных способностей. К основным условиям развития координационных способностей относятся: необходимость в быстрой перестройке двигательных действий; сложность двигательной задачи; изменение условий выполнения упражнения. Упражнения, выполняемые на полосе препятствий, выполняют данные условия, следовательно, должны развивать координационные способности сотрудников органов внутренних дел. С целью подтверждения гипотезы был разработан комплекс упражнений, выполняемых на полосе препятствий. В комплекс входили упражнения «забор»; «рукоход»; «качающийся трап»; «лабиринт»; «разрушенный мост».

С целью выявления эффективности использования полосы препятствий в физической подготовке для развития координационных способностей сотрудников органов внутренних дел проводился педагогический эксперимент. Слушатели КГ занимались по стандартной для данной категории обучающихся программе физической подготовке. Слушатели ЭГ занимались так же по данной программе, но с активным использованием упражнений на полосе препятствий. В начале и в конце обучения проводилось тестирование уровня развития координационных способностей слушателей обеих групп.

Результаты исходного тестирования контрольной и экспериментальной групп, в начале процесса обучения выявили, что уровень развития координационных способностей сотрудников во всех группах примерно одинаковый, (различия недостоверны) при этом сам уровень недостаточно высокий.

Таблица 1 – Результаты тестирования уровня развития координационных способностей представителей ЭГ и КГ в конце эксперимента

Тесты	Проба Ромберга (с)		Три кувырка вперед (с)		Челночный бег, 10x10м (с)	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
$\bar{x}$	12,5	11,6	2,2	2,6	25,4	27,07
$\sigma$	0,88	0,95	0,22	0,26	0,17	0,14
$M\bar{x}$	0,31	0,33	0,07	0,09	0,06	0,05
V	7	8,2	9,7	10,1	2,2	1,8
t	2,04		2,6		2,9	
Po	<0,05		<0,05		<0,05	

Из данных таблицы 1 видно, что в ходе эксперимента координационные способности развились больше у представителей ЭГ, чем у КГ. В результате анализа полученных данных тестирования были выявлены их достоверные различия между группами. Результаты тестирования позволяют утверждать что, слушатели ЭГ продемонстрировали более высокий уровень развития координационных способностей (на 10,6%), чем представители КГ. Следовательно, использование полосы препятствий на занятиях по физической подготовке способствует развитию координационных способностей сотрудников органов внутренних дел.

Для дальнейшего развития данного исследования необходимо выявить закономерности и условия расположения препятствий для равномерного распределения тренировочной нагрузки в соответствии с различным исходным уровнем развития координационных способностей сотрудников органов внутренних дел.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Кутергин Н.Б., Кулиничев А.Н., Воротник А.Н. Средства формирования сложнокоординационных навыков у курсантов образовательных организаций МВД России // *Историческая и социально-образовательная мысль.* – 2014. – №3. – С. 119-121.
2. Медников А.Б. Проблема координационной подготовки сотрудников полиции // *Общество: социология, психология, педагогика.* – 2014. – №1. – С. 54-56.
3. Никоноров Е.А., Кулиничев А.Н. Динамика развития координационных способностей обучающихся в образовательных организациях МВД России // *Проблемы правоохранительной деятельности.* – 2016. – №4. – С. 63-66.
4. Троян Е.И., Гусев А.А., Катаргин С.В. Обучение боевым приемам борьбы сотрудников органов внутренних дел, впервые принятых на службу: учебно-методическое пособие. – Тюмень, ТИПК МВД России. – 2013. – 182 с.