

Министерство Российской Федерации по делам гражданской
обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий
стихийных бедствий

ФКУ «Центр физической подготовки и спорта МЧС России»



**«АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ
СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫХ И
ВОЕННО- ПРИКЛАДНЫХ ВИДОВ СПОРТА»**

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ
КОНФЕРЕНЦИИ

01 июня 2023 года

Москва
2023

Международная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы развития служебно-прикладных и военно-прикладных видов спорта» (далее - Конференция), состоялась в соответствии с пунктом 3 раздела I плана мероприятий по подготовке и проведению IV Международного салона средств обеспечения безопасности «Комплексная безопасность-2023» (далее - Салон), утверждённого приказом МЧС России 13 марта 2023г., № 213.

Организаторами Конференции выступили

- Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий.
- ФКУ «Центр физической подготовки и спорта МЧС России».

Оргкомитет

Артемов А.А. - заместитель директора департамента — начальник отдела Департамента кадровой политики МЧС России, полковник.

Радченко О.В. - врио начальника ФКУ «Центр физической подготовки и спорта МЧС России», подполковник внутренней службы, к.п.н.

Капральный Ю.В. - старший научный сотрудник ФГБУ ВНИИ ГОЧС(ФЦ).

Корнилов А.Н. - главный специалист отдела организации и проведения спортивных мероприятий ФКУ «Центр физической подготовки и спорта МЧС России», к.п.н.

Цель проведения Конференции

Международный обмен опытом и содействие развитию научно-методической и материально-технической базы служебно-прикладных и военно-прикладных видов спорта на всех этапах спортивной деятельности и подготовки.

Сборник содержит публикации Конференции, предложенные для размещения в общем сборнике мероприятий Салона.

В сборнике сохранено авторское оформление.

СОДЕРЖАНИЕ

ПРИВЕТСТВЕННОЕ СЛОВО, НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ СПАРТАКИАДЫ МЧС РОССИИ 2022 <i>Куренков А.В.</i>	5
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНОГО СПОРТА <i>Кудинов С.М.</i>	6
К ВОПРОСУ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, СПЕЦИАЛИСТОВ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ ИЛИ ЦЕЛОСТНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ <i>Боев С.А., Радченко О.В.</i>	9
ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ СУДЕЙ ПО СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫМ ВИДАМ СПОРТА <i>Дмитриев Д.К., Матвиенко С.В., Андреев В.И.</i>	15
МЕЖДУНАРОДНОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО МЧС РОССИИ И МВД СЕРБИИ В ОБЛАСТИ ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНОГО СПОРТА <i>Качанов С.А., Капральный Ю.В.</i>	21
РАЗВИТИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У КУРСАНТОВ АКАДЕМИИ ГПС МЧС РОССИИ СРЕДСТВАМИ И МЕТОДАМИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ <i>Дорноступ И.Б., Шалагинов В.Д.</i>	24
ВЗАИМОСВЯЗЬ ХРОНОТИПА ЧЕЛОВЕКА И РИСКОВ В ЕГО ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ <i>Дашко В.М.</i>	31
ВОЕННО-СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА ОБУЧАЮЩИХСЯ 10-11 КЛАССОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ШКОЛЕ <i>Пономарев В.В., Жернаков Д.В., Уколов А.В., Лесковский А.А.</i>	33

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ПОЖАРНО-ПРИКЛАДНОГО СПОРТА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ШКОЛЬНИКОВ <i>Пономарев В.В., Воробьев Р.С.</i>	36
НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ОПТИМИЗАЦИИ СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН СПАСАТЕЛЬНОГО СПОРТА И УСЛОВИЙ ИХ ВЫПОЛНЕНИЯ <i>Лавриненко Д.Ф., Чирков А.Н.</i>	39
ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СОТРУДНИКОВ МВД РОССИИ, УЧАСТВУЮЩИХ В СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ ПО СТРЕЛЬБЕ ИЗ БОЕВОГО РУЧНОГО СТРЕЛКОВОГО ОРУЖИЯ <i>Мамонтов Л.С.</i>	42
КЛИМАТИКО-ГИПОКСИЧЕСКИЙ ТРЕНИРОВОЧНЫЙ КОМПЛЕКС ДЛЯ ПОДГОТОВКИ ЛИЧНОГО СОСТАВА СПАСАТЕЛЬНЫХ ФОРМИРОВАНИЙ К РАБОТЕ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ, А ТАКЖЕ СПОРТСМЕНОВ ПРИКЛАДНЫХ ВИДОВ СПОРТА <i>Селяткин М.В., Белявский Д.Г., Леонов Н.М.</i>	44
К ВОПРОСУ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО- ПРИКЛАДНЫХ РАЗДЕЛОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ВУЗАХ МЧС РОССИИ <i>Мотовичев К.В., Ивахненко Г.А.</i>	47
СОРЕВНОВАНИЯ - ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕТОД ПОДГОТОВКИ СПАСАТЕЛЕЙ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАЧ ПО ПРЕДНАЗНАЧЕНИЮ В УСЛОВИЯХ ЧС РАЗЛИЧНОГО ХАРАКТЕРА <i>Курсаков А.В., Корнилов А.Н.</i>	50
РЕЗОЛЮЦИЯ КОНФЕРЕНЦИИ.....	60

ПРИВЕТСТВЕННОЕ СЛОВО, НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ СПАРТАКИАДЫ МЧС РОССИИ 2022

Куренков А.В.

Министр МЧС России, генерал-лейтенант

Добрый день, уважаемые коллеги, участники конференции. Для того, чтобы противодействовать чрезвычайным ситуациям и пожарам важно быть настоящим профессионалом своего дела, в совершенстве владеть современными средствами спасения. Кроме того, каждый сотрудник МЧС России должен быть готов к работе на пределе своих физических и психологических возможностей. Именно поэтому важную роль при подготовке спасателей и пожарных отводится спорту.

Президент Российской Федерации Владимир Владимирович Путин своим Указом определил приоритетные направления развития спорта до 2030 года. Считаю, что сегодняшняя конференция является хорошей возможностью обсудить проблемные вопросы и подготовить предложения по развитию спорта в системе МЧС России до 2030 года.

Желаю всем участникам продуктивной работы, а в завершении своего выступления хотел бы подвести итоги спартакиады МЧС России 2022 года и вручить победителям заслуженные награды. Прошу приступить.

Награждение (голос диктора):

среди территориальных органов МЧС России

3 место. Приволжский территориальный округ. Начальник Главного управления МЧС России по Нижегородской области, генерал-лейтенант внутренней службы, Синьков Валерий Геннадьевич.

2 место. Уральский Федеральный округ. Начальник Главного управления МЧС России по Свердловской области, генерал-лейтенант внутренней службы Теряев Виктор Владимирович.

1 место. Сибирский Федеральный округ. Начальник Главного управления МЧС России по Новосибирской области, генерал-лейтенант внутренней службы Орлов Виктор Викторович.

среди спасательных военных формирований и организаций, находящихся в ведении МЧС России

3 место. Ногинский спасательный центр МЧС России, начальник центра, генерал-майор Гаврилюк Евгений Викторович.

2 место. Центр по проведению спасательных операций особого риска «Лидер». Начальник центра Начальник центра, генерал-майор, Савин Анатолий Анатольевич.

1 место. Специальное управление Федеральной противопожарной службы №3, МЧС России. Начальник управления, полковник внутренней службы, Захаров Сергей Александрович.

среди структурных подразделений Центрального аппарата

МЧС России

3 место. Департамент надзорной деятельности и профилактических работ МЧС России. Врио начальника Департамента, Воронов Сергей Павлович.

2 место. Департамент кадровой политики МЧС России. Заместитель директора Департамента, полковник Артёмов Артём Анатольевич.

1 место. Национальный центр управления в кризисных ситуациях МЧС России. Начальник управления, генерал-лейтенант, Лекомцев Александр Николаевич.

Награждение закончено

Коллеги, извините пожалуйста, график плотный. Вы продолжайте, а о результатах мне потом доложат. Спасибо Вам большое за Ваш труд, за любой порыв, что касается спорта. Дело, на самом деле очень важное.

То, что касается перегрузок наших сотрудников, то спорт - это и отдушина, и психологическое восстановление. Поэтому то, чем вы занимаетесь, к чему вы подталкиваете нас стремиться, будем рассматриваться, делаться правильные выводы. И, конечно, мы будем продолжать развитие пожарно-прикладного и любого другого вида спорта в наших рядах. Спасибо большое. До свидания.

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНОГО СПОРТА

Кудинов С.М.

*Президент Федерации пожарно-спасательного спорта России,
генерал-лейтенант*

О том, что меняются эпохи, летят времена, приходят новые люди, ветераны сдают свои позиции, но не сдаются — это плюс. А спорт остаётся юным, вечным и мы этим гордимся, что у нас есть свой спорт, который охватил всю страну, континенты, мир. Мы с великим вдохновением говорим, что пожарно-спасательный спорт вырвался из «коротких штанишек» и рванул на международную арену с задачей помочь боевой учёбе, став визитной карточкой МЧС России. Федерация пожарно-спасательного спорта России говорит спасибо Всероссийскому добровольному обществу спасателей, спортивному обществу «Динамо», ОАО РЖД, ПАО Газпрома, Росгвардии России за сотрудничество и взаимную помощь в развитии пожарно-спасательного спорта. Слова признательности мы всегда говорим нашим иностранным коллегам по пожарно-спасательному спорту. Не смотря ни на что наш спорт остаётся площадкой дружбы и сотрудничества, основанной на традиционных ценностях. С уважением Гимнов и Флагов Государств. Однако всегда есть «узкие» места, и мы обязаны о них говорить.

Вопрос развития пожарно-спасательного спорта, сам по себе, не

является чем-то новым. Более 85 лет существования нашего спорта говорит сам за себя. Федерация пожарно-спасательного спорта рассчитывает на конструктивный обмен информацией по решению общих проблем. К ним относятся: подготовка спортивных кадров, особенно из числа молодежи, закрепление грамотного тренерского состава, формирование судейских команд, обеспечение научно-методического сопровождения, развитие материально-спортивной базы, как для летнего сезона, так и для закрытых помещений.

Пожарно-спасательный спорт в России издревле определён, как прикладной спорт и развивается, в первую очередь, среди Министерств и Ведомств, определённых Законодательством и Постановлением Правительства от 20.08.2009 г. №695, «Об утверждении перечня военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта и федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих руководство развитием этих видов спорта». Эта практика нам досталась ещё из Советских времён. В других странах нет такого понятия, и они спокойно занимаются развитием нашего вида спорта, как развитием футбола, баскетбола и других традиционных видов. У нас же есть противоречия. С одной стороны, здорово, что у нас есть свой вид спорта. С другой стороны, разделение ряда функций с Минспортом России ставит много бюрократических преград. Отсюда и кадровый голод, и обида детей, родителей, которых мы стараемся активно привлекать в свои ряды. Ведь вместе растим молодежь не только для спорта, но и для будущей службы пожарных спасателей. Ну и просто для жизни. Пока подвижек здесь не так много, много делается на свой страх и риск, но жизнь не стоит на месте и наметились положительные тенденции.

Недавно был предоставлен проект закона, по которому федерации служебно-прикладных и военно-прикладных видов спорта планируют перейти под второй раздел Всероссийского реестра видов спорта, развиваемых на общероссийском уровне. Надо сказать, что опыт такой был, и он положительный. Главное, чтобы закон не лоббировал чьи-то интересы, а работал на общее дело развития служебно-прикладных видов спорта, расширял рамки возможностей, в частности пожарно-спасательного спорта, по взаимодействию с Росгвардией, Минспортом России, Минобороны России и всеми учреждениями, и ведомствами, где есть пожарные части. Работы конечно будет больше, но появится больше возможностей по привлечению в наш спорт различных слоев населения, а также по активной работе с субъектами Федерации.

Сейчас этот вопрос особенно актуален, потому что началась работа с новыми территориями. На них есть уже свои команды, некая спортивная база, но конечно многое придётся восстанавливать, много придётся делать. Большие разрушения. Но в глазах у людей есть блеск. Они готовы преодолеть всё препятствия и решить все вопросы, которые перед ними ставит наш Президент, жизнь и интересы спорта.

Мы понимаем, что основная материально-спортивная база для развития

пожарно-спасательного спорта — это спортивные комплексы МЧС, манежи и стадионы субъектов Федерации. Но есть места, в которых ни чего нет, например, Москва. В ней ничего не предусмотрено для развития пожарно-спасательного спорта. Сейчас на «Планерной», мы пытаемся построить двухдорожечный объект, но появляются узкие места, которые необходимо выявлять заранее, обсуждать и ликвидировать.

Конечно нас беспокоит отсутствие планового финансирования строительства спортивных объектов, приобретения спортивного оборудования, его ремонта, содержания и утилизации. У нас башни в Петропавловске-Камчатском деревянные, уже отслужившие свой срок эксплуатации. А из-за отсутствия нормативных актов по утилизации таких сооружений демонтировать их боятся. И таких ситуаций достаточно. Необходимо ФКУ «Центр физической подготовки и спорта МЧС России» подключатся к работе по подготовке нормативной документации в таких ситуациях.

Мы понимаем, что у финансистов своя задача — экономия денежных средств. ФКУ «Центр физической подготовки и спорта МЧС России» денег не даёт, потому что у его их нет. А при отсутствии планирования финансирование сводится к банальному: «Хочу дам, хочу не дам». Отсюда и проблемы. Убежден, что работа на новых территориях так не сложится. Нам надо отходить от финансирования из резерва Министра и переходить на плановое.

Федерация понимает свою роль в подготовке судей для соревнований. Мы стараемся судейский аппарат готовить. Однако надо активизировать работу судейских коллегий по присвоению и подтверждению судейских квалификаций. К этой работе надо подключаться центру физической подготовки. Здесь проблем у нас быть не должно.

Конечно надо повышать уровень тренерской работы. При смене поколений необходимо вовремя успевать посмотреть все тенденции. Это касается и спортсменов. Ветеранам необходимо давать какую-то перспективу новой работы и набирать новый состав.

Сегодня, пользуясь случаем, хотел бы поблагодарить начальников Главных управлений, департамент Центрального аппарата за оказание всесторонней помощи. Мы считаем, что поменялось отношение к подготовке сборных команд. Усилился контроль за работой спортивных секций. Изданы приказы по организации спортивной работы. Это очень важно.

В заключении хочу сказать, что не смотря на все трудности у нас всё получится. Спорт, как мягкая сила и твёрдый стержень нашей работы даст хороший результат для движения вперёд.

К ВОПРОСУ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, СПЕЦИАЛИСТОВ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ ИЛИ ЦЕЛОСТНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Боев С.А.

психолог, подполковник ФСО России в запасе

Радченко О.В.

*начальник ФКУ «Центр физической подготовки и спорта МЧС России»,
подполковник внутренней службы, кандидат педагогических наук*

«Дух» и «Тело» должны быть чистыми, сильными и готовыми к действию. Именно в слитности, нераздельности и чистоте «Духа», психики и «Тела» при подготовке мы видим залог профессиональной надежности пожарного, спасателя.

Пожарный, спасатель и воин, что у них общего? Схожи условия, в которых они служат, действуют. Специалистами эти условия определяются как боевые, экстремальные и характеризуются они наличием реальной опасности для жизни и здоровья. Есть и другие значимые факторы стресса в работе пожарных, спасателей - дефицит времени и недостаток информации, высокий темп действий и непредсказуемость ситуации, возможные человеческие жертвы, на них указывают специалисты института ГПС МЧС России города Санкт-Петербург.

Зарубежные ученые (Piec Robert, Szykuła-Piec Barbara, 2018), исследуя осведомленность пожарных (State Fire Service) о влиянии стрессового воздействия показали, что более 70% из них определили смертельные исходы в качестве основного травмирующего фактора. Угроза жизни, опасность для здоровья, урон здоровью и смерть коллеги упоминались при опросе большинством пожарных. При этом на результаты исследования трудовой стаж и возраст пожарных существенного влияния не оказали. Схожие данные приводятся и в других работах.

То есть на вопрос, «к чему готовить пожарных и спасателей?», мы отвечаем – к экстремальным условиям работы и вслед за Столяренко А.М. говорим - к боевым действиям. И если подготовка в этом направлении не ведется, то вопрос о профессиональной состоятельности, надежности пожарного и спасателя, по нашему мнению, рассмотрению не подлежит.

Для неподготовленных или недостаточно подготовленных специалистов экстремальные условия негативный фактор. Для подготовленных специалистов обучающий, повышающий их профессиональную готовность, отмечает Смирнов В.Н. Воспринимать экстремальные условия деятельности как вызов, а не как угрозу – в этом мы видим основной смысл подготовки пожарного, спасателя.

Принятие экстремальных условий службы, в качестве определяющих предоставило нам право использовать разработки ученых и психологов, отечественных и зарубежных, готовящих специалистов других экстремальных профессий – летчиков-испытателей и космонавтов, летчиков и моряков-подводников, полицейских и сотрудников спецслужб, спортсменов и спортсменов экстремальных видов спорта.

Доктор медицинский наук, профессор, генерал-майор медицинской службы Пономаренко В. А., указал на «...принципиальные различия подготовки к деятельности в нормальных, внештатных и аварийных ситуациях» и обозначил важные особенности ее психологической составляющей. Он предостерегает: «...в экстремальной ситуации нередко защитно-приспособительные механизмы эволюционно мобилизуют организм на избегание, уход от опасности, вплоть до обморока». Об амбивалентных переживаниях – стремлении победить, с другой стороны уклониться от боя для сохранения жизни, говорил еще генерал-лейтенант Головин Н. Н. профессор Николаевской академии Генерального штаба.

Характеризуя экстремальную ситуацию незапланированностью и включением сильного стресс-фактора - неопределенности информации, Пономаренко В.А. специально подчеркивает: «...главным объектом психолого-педагогической подготовки к преодолению экстремальной ситуации являются способы умственной деятельности». Это следует из того, что экстремальность порождает два отрицательных последствия: «во-первых, затруднение процесса предугадывания и управления произошедшими событиями, человек оказывается позади ситуации. Ситуация руководит им. Требуется время на включение оперативного мышления по выбору решения. Задержка во времени, как правило, сопровождается ростом эмоционального и психического напряжения. Во-вторых, заученные операции, четко работающие в условиях стереотипии действий, необходимо срочно оттормаживать, так как теперь впереди них идут специальные умственные действия, направленные на определение причины и смысла случившегося». На изменчивость в протекании психических процессов, под воздействием опасности в бою указывал ранее и ученик, и последователь Бехтерева В.М. основатель военной психологии в России военный врач Шумков Г. Е..

Изучая работы ученых, психологов, военных, готовящих специалистов экстремальных профессий, мы нашли «ключи», указывающие на «первичность психологического подхода», «изначальность подготовки способов умственной деятельности» и необходимость регуляции психических состояний, их оптимизации, по словам Смирнова В.Н.. Ранее в своих работах, посвященных профессиональной подготовке сотрудников силовых структур мы уже обозначили эти «ключи».

Новое знание теперь позволяет говорить о профессиональной подготовке пожарных и спасателей на основе «психолого-центрированной модели», которая приведена на рисунке 1. Вектор подготовки формирования

«Духа» и «Тела» чистыми, сильными и готовым к действию, определяют найденные нами «ключи».

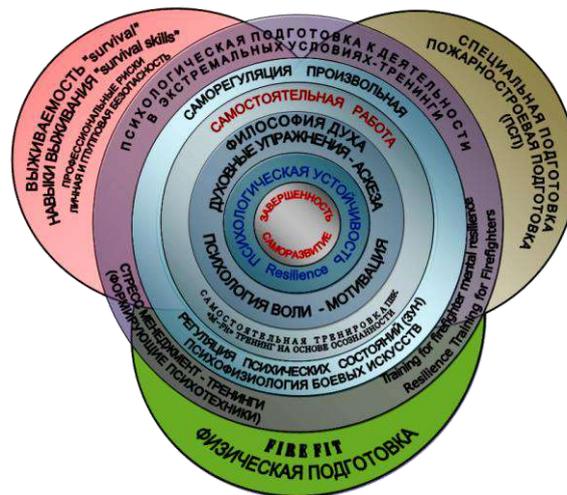


Рисунок 1. Психолого-центрированная модель профессиональной подготовки пожарных, спасателей - «Треугольник надежности пожарного».

«Психологическая составляющая» - «психологическая подготовка к деятельности в экстремальных условиях» главная и это первый «ключ», она в центре и объединяет все элементы модели. Здесь начало подготовки. В фундамент психологической подготовки мы поместили обучение произвольной саморегуляции, волевой регуляции психических состояний и изучение психофизиологии боевых искусств, это второй «ключ». Третий «ключ» - «Философия духа» и «Психология воли» и это Духовное основание подготовки.

«Центрируя» психологическую подготовку к экстремальной деятельности в модели и полагая ее «объединяющим началом» всех элементов профессиональной подготовки пожарных и спасателей, мы следовали мыслям крупнейшего теоретика Российской империи генерал - адъютанта Драгомирова М.И. о «психических началах» который полагал их «верным светочем» отводящим «подобающее место всякому элементу» военного дела «ни одного не исключая и не принижая и все примиряя в высшем синтетическом единстве».

На главенствующее значение «психического» в бою, в экстремальной ситуации, указывал и генерал-лейтенант профессор Головин Н. Н.: «бой, даже доведенный до полного кризиса, кончается отказом от боя ...чисто психическим актом» и поэтому необходимо перенесение центра тяжести исследования боевой деятельности человека, в изучение духовных свойств бойца». «...На изучение психики бойцов следует обратить особое внимание...» - это уже мнение военного психолога психиатра Шумкова Г. Е.. Для нас это подтверждение правильного выбора точки приложения усилий в подготовке к экстремальным ситуациям – на изначальность подготовки психики пожарного и спасателя.

Путь превращения нашего психологического знания в действие при реализации нашей модели на практике, уже указан отечественными

ведущими психологами. Мы должны «...повседневнo демонстрировать возможности психологии (в том числе и военной) в решении жизненно важных задач государства, общества...», это слова доктора психологических наук, профессора Караяни А.Г.. Руководствуясь методическим рекомендациям «Методы оценки и повышения функциональных резервов организма у специалистов МЧС России» психологическую подготовку нужно сделать неотъемлемым условием учебно-боевой и профессиональной деятельности. Необходимо взять технологии «психологического режима построения каждого тренировочного урока» и выстраивания его «психологических этапов» по методике профессора Сопова В.Ф.. Практически «встроить», «вплести» психологическую подготовку в повседневную учебу, отрабатывая на каждом занятии элементы «психологической заправки» по рекомендации психолога Сыропятова О.Г..

Если этого не сделать, то профессиональная подготовка по-прежнему будет напоминать «одеяло, сшитое из отдельных лоскутков», добавим непрочно и не эстетично.

В нашей модели психологическая подготовка к действиям в экстремальных условиях имеет свое начало – это «произвольная саморегуляция» или волевая регуляция психических состояний. Определить ее «началом начал», нам позволил «ключ», на который указал основатель военной психологии Шумков Г.Е. «...подготовить бойца к войне... главным образом научить владеть собой в боевой обстановке», для пожарных и спасателей владеть собой в экстремальной обстановке. В наше время Смирнов В.Н. обращает внимание на этот же «ключ» и утвердительно пишет: «если отсутствие каких-либо профессионально важных качеств у специалистов в экстремальных условиях может успешно компенсироваться другими приобретенными качествами или образованиями, то отсутствие навыков регуляции позитивных, и прежде всего боевых психических состояний, не может компенсироваться ничем». Отсутствие навыков регуляции боевых психических состояний у пожарного и спасателя нельзя компенсировать ничем!

Белкин А.А. автор книги «Идеомоторная подготовка в спорте» замечает, что обладание достаточным уровнем развития волевой саморегуляции, двигательных ощущений, восприятий и представлений, уравновешенной эмоционально-волевой сферой является необходимой базой психологической подготовки. То есть «произвольная саморегуляция» должна полагаться фундаментом психологической, профессиональной подготовки, а это важно в плане ее помещения в центр центра предлагаемой нами модели.

Нашими психологами отработаны технологии регуляции боевых психических состояний, наилучшие из них с точки зрения успешности профессиональной деятельности называются оптимальными боевыми состояниями, ОБС. В плане практического приложения к модели, их можно взять у психолога Алексева А.В., где он определяет компоненты ОБС,

показывает, как в него «входить», а также приводит методику достижения индивидуального оптимального боевого состояния.

Эффект ОБС при нахождении в условиях повышенного риска приводит Комаров К.Э.: «...благоприятное психическое состояние повышает эффективность действий примерно на 20 %, мышечную силу - до 90 %, чувствительность зрения и слуха - на 35 - 65 %, снижает число ошибок и неточностей в действиях в 5 - 10 раз». В этом и состоит цель освоения произвольной саморегуляции – повысить эффективность, производительность работы пожарного, спасателя.

Мы также считаем, что пожарному и спасателю необходим «психотехнический минимум» по аналогии с рекомендуемым для спортсменов профессором Соповым В.Ф.. Освоение «психотехнического минимума» позволит говорить о начальном уровне развития произвольной саморегуляции. О достаточном же уровне можно говорить, когда пожарный или спасатель научится «прислушиваться к себе, ощущать свои мышцы, контролировать свое состояние и, по подходящим только для себя признакам, оценивать степень своей подготовленности», указывает Белкин А.А..

«Философия духа» - «Психология воли» это духовное основание профессиональной, психологической подготовки и третий «ключ» используемый в модели. Пожарный и спасатель должны поддерживать свой Дух, как и тело чистыми, готовыми к действию, сильными, ибо это их долг перед теми, кто полагается на них, говорили мы вначале. Содействовать им в обретении Духа, и призвано это направление. Без него не обойтись на это указал Головин Н.Н., особо подчеркнув положение, что: «духовные свойства бойца имеют для победы в бою значение безусловное...».

Наша задача научить «философски» воспринимать опасность, страх и смерть, категории присущие профессиональной деятельности. Получать «духовное удовлетворение» от своего служения, а это самое важное в жизни, по словам самих спасателей. Воспринимать опасность, как восхождение на духовную высоту, достигая которую пожарный и спасатель приобретут новые качества, осознают собственные силы, разовьют в себе, по словам Пономаренко В.А.: «то, чего не хватает земным людям: ответственность и способность оценивать результаты своих действий». Для нас «человеческий Дух – это реальный опыт возвышенного психического состояния, возникающего не столько в результате действия, сколько в процессе достижения смысла своей деятельности», так говорит Пономаренко В.А.. Обрести смысл служения в этом предназначение «Философии духа».

Формируя «Духовное основание» мы, вслед за Пономаренко В.А., стремимся отвести от человека ту пустоту бессмысленности предметного мира, которая страшит и угнетает, указав путь в духовный мир, покой и безмятежность которого «создают гармонию чувств и чистоту помыслов, указывающих человеку его истинное предназначение». Мы должны показать, что сущность человека открыта будущему и ее возможности универсальны,

об этом говорил военный врач, психотерапевт, невролог, психофизиолог, гипнотерапевт, доктор медицинских наук, профессор, Гримак Л.П. раскрывая неисчерпаемые, возможностями человека.

Обретение смысла в деятельности пожарным и спасателем невозможно без сознательного и преднамеренного управления своим поведением. Необходимо на пути профессионального становления с чего-то начинать, инициировать себя, контролировать и мобилизовывать в трудные моменты, а это уже проявление воли, которая составляет единое целое с мотивацией, в определении доктора психологических наук, кандидата биологических наук, профессора Ильина Е.П.. Не имея силы воли, невозможно сделать пожарному следующий шаг, когда очень трудно и впереди смертельная неизвестность.

Коснувшись вопроса, зачем нам «философия Духа» и «психология Воли», заметим, что это знание, которое мы намерены подкрепить действием «духовными опытами – аскезой», в определении русского философа Бердяева Н.И. тем более, что для этого подготовлена благоприятная почва и уже «современный человек признает и практикует спортивную аскезу».

В психолого-центрированной модели «Треугольник надежности» преимущество отдается активным формам обучения – тренингам по формированию у пожарных и спасателей устойчивости в большом значении (Resilience Training for Firefighters), навыков устойчивости (resilience skills) и психологической устойчивости (Training for firefighter mental resilience). Тренингам по управлению стрессом - стресс-менеджмент (stress-management strategies of firefighters), освоению формирующих психотехник, по Смирнову В.Н., которые наиболее эффективны в экстремальных ситуациях.

Большая часть подготовки планируются как самостоятельная, под руководством наставника, это четвертый «ключ». Без самостоятельной работы не обойтись, ее объем можно оценить, следуя высказыванию выдающегося летчика – испытателя Героя Советского Союза Громова М.М., дословно: «для того чтобы летать надежно, очень нужно знать, как управлять самолетом, но еще важнее знать, как управлять самим собой. Мои успехи в авиации часто объясняют отличным знанием техники. Это верно... но на 1%, а остальные 99% относятся к умению познать, изучить себя и умению совершенствовать себя».

Здесь мы уже говорим о саморазвитии, как способности к постоянному, личностному и профессиональному росту или о практике приобретения психологической устойчивости, трактуемой как способность «пружинить», «отскакивать», «приспосабливаться», а не быть «жестким и неизменным».

На вопрос - как сделать психологическую подготовку пожарных и спасателей такой же важной, как и физическую подготовку? По аналогии с вопросом, затронутым Караяни А.Г. при анализе действующей в США программы формирования всесторонней готовности солдата – Comprehensive Soldier Fitness (CSF), полагаем мы ответили частично, предложив психолого-центрированную модель профессиональной подготовки (рис. 1).

Подход, предложенной в работе (Reivich, Karen, 2011) к формированию устойчивости военнослужащих на основе разработок Пенсильванского университета (PRP, Penn Resilience Program) для нас также важен, поскольку он применим и к рассматриваемой теме.

В прикладном плане интересно содержание модулей программы по основам устойчивости (the fundamentals of resilience); развитию умственных навыков (mental skills); по определению сильных сторон характера и их использования в преодолении трудностей (identifies character strengths), соотнесенных с разработками отечественных психологов. Интерес представляют модели управления стрессом в критических ситуациях (CISM, Critical Incident Stress) и выявление ловушек мышления, получение FAT-мышления, гибкость, точность и тщательность (Flexible, Accurate, and Thorough).

Предлагая психолого-центрированную модель профессиональной подготовки пожарных и спасателей (рис.1) мы полагаем, избежали того, о чем ярко сказал «отец кибернетики» Норберт Винер: «...если человека ограничить и приговорить к выполнению постоянно одних и тех же функций, то он не будет даже хорошим муравьем, не говоря уже о том, чтобы быть хорошим человеком. Желаящие организовать нас для выполнения каждым индивидуумом постоянных функций обрекают человеческую расу продвигаться вперед меньше, чем в половину ее сил. Они отбрасывают почти все человеческие возможности и, ограничивая способы, которыми мы можем приспособить себя к будущим обстоятельствам...».

Задача за малым, перефразируя американских пожарных, скажем «научить пожарных преодолевать стрессы так же эффективно, как устранять порывы шланга», а это можно сделать, только переведя «психологическую модель» на язык «язык пожарного, спасателя» и доказав ее эффективность.

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ СУДЕЙ ПО СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫМ ВИДАМ СПОРТА

*Управление кадров ФСИН России
отдел обеспечения служебно-боевой
подготовки и спортивных мероприятий
Дмитриев Д.К.*

*Начальник отдела
полковник внутренней службы
Андреев В.И.,
Инспектор
полковник внутренней службы*

Матвиенко С.В.
Главный специалист
полковник запаса

Организация и проведение в федеральных органах исполнительной власти (далее – ФОИВ) спортивных соревнований различного статуса по служебно-прикладным видам спорта требует обязательного наличия качественно подготовленного корпуса спортивных судей с документальным подтверждением их квалификационных категорий. Хотя с 2017 года в целях формирования единого подхода к практике спортивного судейства, ведения учета спортивных судей и формирования судейских коллегий соревнований, организуемых Обществом «Динамо», создана Всероссийская комиссия судей по служебно-прикладным видам спорта Общества «Динамо», ежегодно организующая семинары спортивных судей, участвующая в разработке и согласовании квалификационных требований к спортивным судьям, согласовывающая составы судейских коллегий Всероссийских межведомственных соревнований Общества «Динамо» по служебно-прикладным видам спорта, следует признать тот факт, что при наличии имеющейся в настоящее время нормативно-правовой базы развития служебно-прикладных видов спорта, в ФОИВ и региональных отделениях Общества «Динамо» остается нерешенным вопрос создания целостной системы и реализации педагогической технологии подготовки спортивных судей.

В предложениях Межведомственной рабочей группы Министерства спорта Российской Федерации по совершенствованию законодательной базы в области развития военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта, направленных в 2022 году в Правительство Российской Федерации для подготовки соответствующих решений и постановлений, отдельным мероприятием, повышающим эффективность обеспечения развития служебно-прикладных видов, указано: «Организовать на постоянной основе участие личного состава ФОИВ в спортивных судейских семинарах по служебно-прикладным видам спорта, в том числе с использованием сервиса видеоконференцсвязи».

Настоящий вопрос также находится постоянном фокусе внимания многих специалистов данной предметной области. По запросу «подготовка спортивных судей по служебно-прикладным видам спорта» в научной электронной библиотеке eLIBRARY.RU система поиска предоставила 293 ссылки на публикации по данной тематике. В указанных материалах их авторы предлагают свое видение решения сложившейся проблемы, но чаще всего, к сожалению, через перечисление требований руководящих документов без выхода на их практические реализации и применение.

Наиболее спорным в решении очерченной проблемы является вопрос организации и проведения квалификационного зачета (экзамена), протоколирования его результатов. Одни авторы предлагают свою шкалу

оценивания, другие – произвольные время и порядок проведения аттестации, третьи – организацию судейских семинаров с использованием систем дистанционного обучения (iSpring Learn, Moodle) и так далее и тому подобное.

Решение вышеописанной проблемы видится через реализацию известного и уже достаточно подробно описанного алгоритма работы коллегии судей (как регионального, так и ведомственного уровней) с применением дистанционных образовательных технологий. Отделом организации служебно-боевой подготовки Управления кадров ФСИН России (далее – ООСБП УК ФСИН России) как структурным подразделением, непосредственно отвечающим за развитие служебно-прикладных видов спорта в уголовно-исполнительной системе и во взаимодействии с Обществом «Динамо», выполнено инициативное исследование с целью оценки возможности разработки и оптимизации информационного и документационного обеспечения деятельности коллегии судей ФСИН России для совершенствования системы подготовки и аттестации спортивных судей.

ООСБП УК ФСИН России руководит деятельностью и контролирует работу отделов служебно-боевой подготовки управлений территориальных органов и образовательных организаций ФСИН России, в том числе по направлению подготовки и аттестации спортивных судей. Также в перечень возложенных на него обязанностей входит и взаимодействие с Департаментом государственного регулирования в сфере спорта Министерства спорта Российской Федерации по вопросу присвоения спортивных званий, почетных спортивных званий, квалификационных категорий спортивных судей «спортивный судья всероссийской категории». В уголовно-исполнительной системе, в соответствии с положением о Единой всероссийской спортивной классификации и положением о спортивных судьях, за период с 2018 года по 2022 год включительно присвоены:

- спортивное звание по служебно-прикладным видам спорта «мастер спорта России» – 89 сотрудникам;
- первая квалификационная категория спортивных судей – 6 сотрудникам;
- вторая и третья квалификационные категории спортивных судей – 37 сотрудникам.

В ФСИН России, при ежегодном проведении большого количества спортивных соревнований по служебно-прикладным видам спорта, сложилась положительная практика проведения на них судейских семинаров по тематическим программам конкретного вида спорта, квалификационного зачета, чаще всего проходящего в форме тестирования, с оформлением итогового протокола результатов данной аттестации. В целях повышения объективности оценивания теоретических знаний участников семинара, имеющейся у каждого квалификационной категории спортивного судьи, исключения для контролирующих лиц большого числа рутинных операций, автоматизации всего процесса проведения квалификационного зачета, на

первом этапе исследования сотрудниками ООСБП УК ФСИН России, как коллегией судей ФОИВ, были последовательно подготовлены массивы вопросов с вариантами ответов для тестирования по пяти служебно-прикладным видам спорта:

- 1) стрельба из боевого ручного стрелкового оружия,
- 2) служебный биатлон;
- 3) служебное двоеборье;
- 4) комплексное единоборство;
- 5) многоборье кинологов.

На втором этапе был разработан пилотный вариант сайта коллегии спортивных судей ФОИВ для проведения квалификационного зачета по выбранному служебно-прикладному виду спорта, который в настоящее время практически функционирует и поддерживает наполнение базы данных (далее – БД) результатов проведенных тестирований.

Сайт состоит из Web-сервера, Web-интерфейса и БД сайта. БД представляет собой структурированное хранилище формализованной информации, размещаемой на сервере баз данных хостинг-провайдера REG.RU, предоставляющего услуги по размещению сайтов в сети Интернет. Адрес веб-узла сайта: <https://basu92.ru/kss/> (рис. 1).

Строка главного меню сайта содержит разделы:

- «Зачеты по видам спорта» – для выбора служебно-прикладного вида спорта, по которому предполагается пройти тестирование;
- «Регистрация» – для первоначальной регистрации для предоставления последующей процедуры авторизации тестируемому участнику семинара (рисунок 2);
- «Вход/Выход» – для выполнения процедуры авторизации (аутентификации и идентификации) зарегистрированного пользователя;
- «Результат» – для отображения результатов сданного квалификационного зачета (экзамена) (рисунок 3).

Кнопка «Справочная информация» позволяет обратиться к инструкции для пользователя.

Для данного сайта реализовано разграничение доступа к информации БД: либо обращение в качестве сдающего квалификационный зачет, либо как администратора системы тестирования. Администратору доступны регистрационные данные и протоколы результатов всех спортивных судей, допущенных к сдаче квалификационного зачета.

Все запросы к БД обрабатываются автоматически и, исходя из уровня доступа конкретного пользователя, ему обеспечивается выдача запрошенной информации.



Рисунок 1. Сайт коллегии спортивных судей ФОИВ

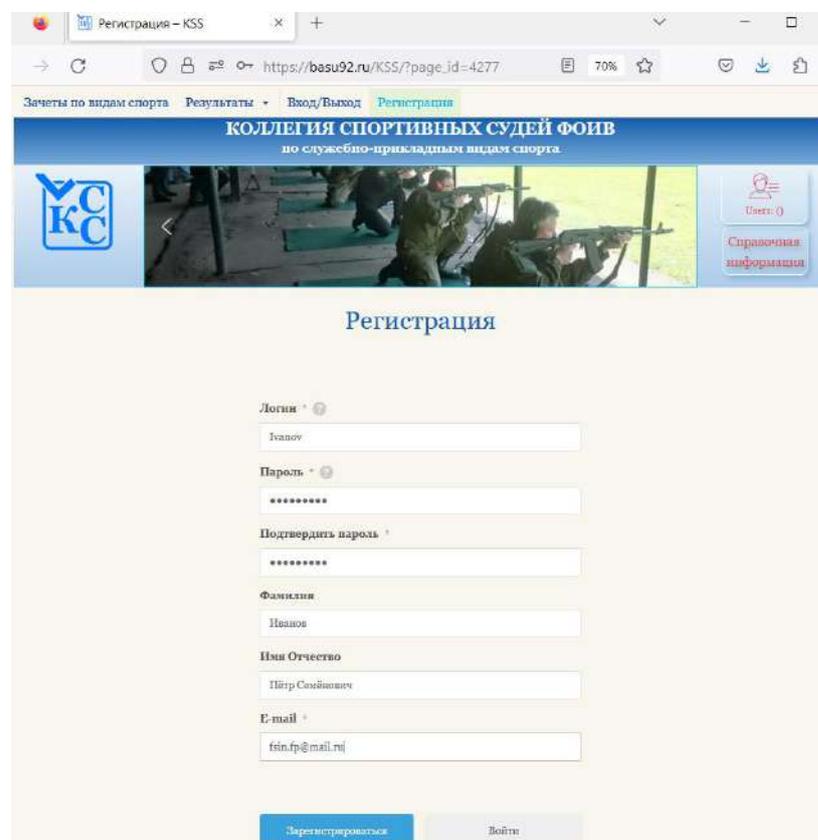


Рисунок 2. Скриншот раздела «Регистрация»

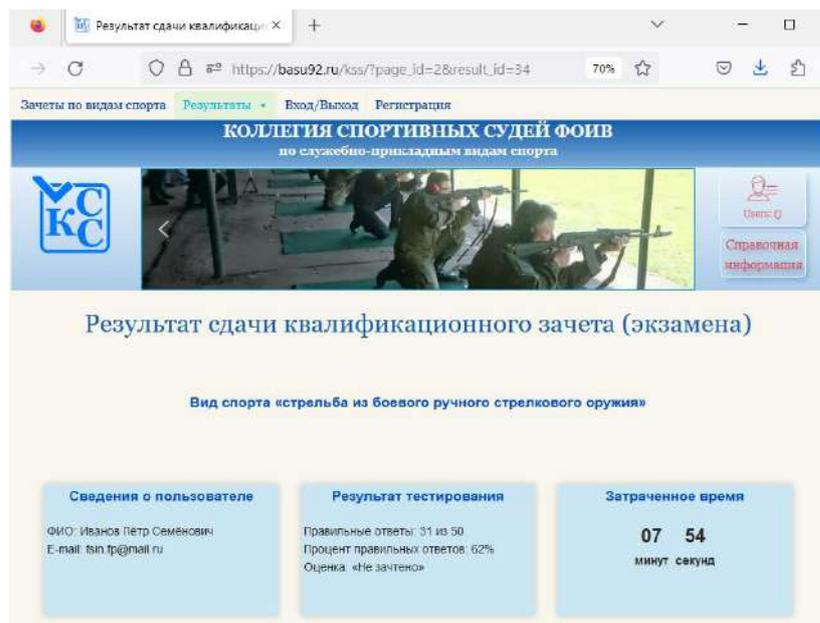


Рисунок 3. Скриншот раздела «Результат»

Аттестуемым спортивным судьям предоставляется возможность ответить в течение одного академического часа (1 ак. час = 45 минут) на 50 вопросов, выбранных случайным образом из подготовленного массива в 150 вопросов, по положениям правил и других нормативно-правовых актов конкретного служебно-прикладного вида спорта. Варианты ответов для каждого тестируемого также отображаются в случайном порядке.

Доступ к сайту возможен через стандартные программы-браузеры стационарных и мобильных интернет-устройств. В целях нераспространения в сети Интернет персональных данных пользователей, что особенно актуально для сотрудников ФОИВ, их регистрация может быть закодирована через заранее оговоренные с администратором идентификаторы или путем создания новых персональных ящиков электронной почты.

Необходимо отметить, что в силу значительной унификации предлагаемого программного комплекса, в дальнейшем возможно налаживание информационного взаимодействия БД коллегий спортивных судей отдельных ФОИВ с БД Комиссии судей Общества «Динамо» для удобного информационного взаимодействия между ними по обмену актуальными агрегированными данными.

Созданная в ФСИН России и описанная в данной статье система подготовки и аттестации спортивных судей по служебно-прикладным видам спорта формирует у них дополнительную мотивацию для профессионального совершенствования, положительный психологический настрой, что в дальнейшем обеспечит высокое качество работы судейской коллегии любого проводимого соревнования.

МЕЖДУНАРОДНОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО МЧС РОССИИ И МВД СЕРБИИ В ОБЛАСТИ ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНОГО СПОРТА

Качанов С.А.

*Заместитель содиректора Российско-Сербского гуманитарного центра,
доктор технических наук, профессор*

Капральный Ю.В.

Старший научный сотрудник ФГБУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ)

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации «Об утверждении Концепции гуманитарной политики Российской Федерации за рубежом» от 5 сентября 2022 года №611:

«Задачами гуманитарной политики Российской Федерации за рубежом являются: популяризация отечественных достижений в области ...спорта...; развитие международного сотрудничества в области ...спорта...; поощрение международного молодежного сотрудничества, в том числе в...спортивной областях».

«Дальнейшему укреплению сотрудничества с международными и национальными спортивными федерациями, организациями, клубами, обществами и государственными структурами способствует проведение обменов делегациями, спортсменами, командами, тренерами и иными специалистами в области спортивной подготовки, их участие в международных физкультурных и спортивных мероприятиях различного уровня и учебно-тренировочных сборах, проводимых как в России, так и за рубежом».

«Важным аспектом международного сотрудничества в области физической культуры и спорта является активизация взаимодействия с иностранными государствами в следующих сферах: спорт высших достижений; массовый спорт; физическая культура...; спортивная наука; государственная политика и нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта; ...; организация спортивных соревнований...».

«Россия поддерживает включение в международную спортивную повестку детско-юношеского спорта, в том числе разработку и реализацию программ, направленных на развитие детско-юношеского, школьного и студенческого спорта, а также на организацию и внедрение различных форматов международного сотрудничества в данной области».

Таким образом, именно в этих направлениях целесообразно развивать международное сотрудничество МЧС России и Российско-Сербского гуманитарного центра (далее – РСГЦ, центр) в области служебно-прикладных и военно-прикладных видов спорта.

Анализ мероприятий Республики Сербии в области пожарно-спасательного спорта показал следующее:

Ассоциация пожарных Сербии была основана в 1950 году, а уже в 1953 г. в районе Белграда были проведены первые республиканские соревнования пожарных.

Государственные соревнования по тушению пожаров среди юных пожарных проводятся раз в два года, а среди взрослых - раз в четыре года, в год, предшествующий году проведения международных соревнований пожарных (пожарных олимпиад).

Соревнования проводятся в три этапа:

I этап: районные очередные и квалификационные соревнования;

II этап: окружные - городские регулярные и квалификационные соревнования;

III этап: национальные квалификационные соревнования.

Соревнующиеся команды делятся на шесть соревновательных групп:

1. Добровольные пожарные дружины.
2. Профессиональные пожарные части.
3. Женские команды.
4. Юниоры (12-16 лет).
5. Дети (от 6 до 11 лет).
6. Военные пожарные части.

Добровольные пожарные дружины, профессиональные пожарные части, женские команды, военные пожарные части соревнуются в следующих дисциплинах:

боевое развертывание (без подключения воды);
пожарная эстафета.

Юниоры проводят соревнование по двум типам пожарной эстафеты.

Дети соревнуются в следующих дисциплинах:

тушение ручным насосом;
эстафета с переносом воды.

РСГЦ принимает активное участие в подготовке профессиональных, добровольных и детских команд Сербии к участию в международных соревнованиях по пожарно-спасательному спорту.

Пожарные-спасатели Сектора по ЧС МВД Сербии при содействии РСГЦ участвовали в соревнованиях газодымозащитников им.Дехтярева (г.Санкт-Петербург):

2014 г. – в качестве наблюдателей

2015 г., 2017 г., 2021г. – как независимая команда.

В 2021 и 2022г.г. специалисты РСГЦ на тренажерах центра «Штурм» и «Тропа спасателя» проводили подготовку пожарно-спасательной службы «Газпрома» Сербии к соревнованиям по пожарно-спасательному спорту среди дочерних обществ «Газпрома».



Рисунок 1. Подготовка к соревнованиям по пожарно-спасательному спорту специалистов Сербии на тренажерных комплексах РСГЦ «Штурм» и «Тропа спасателя»

РСГЦ подготовлены и отправлены команды сербских детей для участия в следующих соревнованиях по пожарно-спасательному спорту:

2015 г. - Международный молодежный лагерь USAR 2015 (Urban search and rescue (поисково-спасательные работы в городах)) в Ногинском спасательном центре под Москвой.

2017 г. и 2018 г. - детский лагерь «Будущее России» (г. Калуга).

2019 г. Азербайджан, г. Габала - участие в международных детско-юношеских соревнованиях «Юный спасатель».



Рисунок 2. Участие команд сербских детей в соревнованиях по пожарно-спасательному спорту.

В качестве развития служебно-прикладных видов спорта МЧС России целесообразно рассмотреть возможность проведения соревнований по аварийно-спасательным и другим неотложным работам с использованием: автоматизированных систем подготовки управленческих решений по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций (далее – ЧС); беспилотных летательных аппаратов; робототехнических комплексов; приборов поиска в завалах.

В рамках спортивных мероприятий целесообразно организовывать проведение выставки современного аварийно-спасательного оборудования для ликвидации последствий ЧС, а также проводить международные

конференции по вопросам развития служебно-прикладных и военно-спортивных видов спорта с участием руководителей пожарно-спасательных служб разных стран.

В целом, можно отметить, что все большее количество людей приобщается к новым формам пожарно-спасательного спорта, который развивает силу, быстроту, умение действовать в ЧС, командное сотрудничество и при этом имеет интеллектуальную составляющую.

РАЗВИТИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У КУРСАНТОВ АКАДЕМИИ ГПС МЧС РОССИИ СРЕДСТВАМИ И МЕТОДАМИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

Дорноступ И.Б.

*доцент кафедры физической подготовки и спорта Академии
государственной противопожарной службы МЧС России*

Шалагинов В.Д.

*доцент кафедры физической подготовки и спорта Академии
государственной противопожарной службы МЧС России*

Современные способы и приемы борьбы с огнем, проведения спасательных работ с применением разнообразных технических средств требуют от пожарных высокого профессионального мастерства, физической подготовленности и психологической устойчивости.

Анализ профессионально-прикладной и физической подготовки (далее – ППФП) выпускников образовательных организаций Государственной противопожарной службы (далее - ГПС) МЧС России показывает, что действующая система подготовки нуждается в существенной доработке на базе современных научных данных, в основе которых лежат общие принципы теории и методики физического воспитания. Противоречия связаны с тем, что в нормативных документах ГПС, определяющих содержание ППФП, отсутствует научно обоснованный подход к формированию профессионально-прикладных двигательных навыков на базе достижений передовой теории и методики физической подготовки.

На протяжении нескольких лет, опираясь на результаты вступительных испытаний по физической подготовленности кандидатов на поступление в Академию, прослеживается тенденция к снижению уровня физической выносливости. В программах общего образования по физической культуре уделяется не достаточное внимание вопросам развития общей и специальной выносливости организма школьников. Это связано с различными факторами, как методическими, так и практическими в процессе обучения.

Задачей высших образовательных организаций МЧС России стоит повышение уровня физической подготовки курсантов и студентов, необходимой для выполнения поставленных задач по ликвидации

чрезвычайных ситуаций и тушению пожаров.

Одним из основных видов деятельности пожарно-спасательных подразделений МЧС России является тушение и ликвидация последствий пожаров. Успешное выполнение боевой задачи достигается высоким уровнем профессиональной, физической и психологической подготовки.

Разберем типичные профессиональные оперативные действия пожарных с точки зрения физической нагрузки и физических упражнений при выполнении таких действий (Рис. 1).

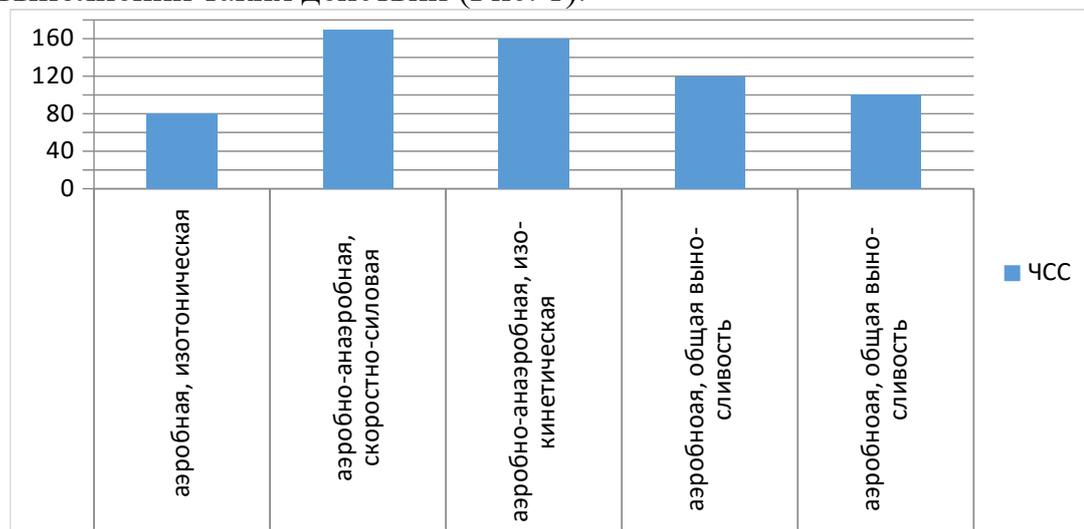


Рисунок 1. Средние значения частоты сердечных сокращений (ЧСС) при профессиональных оперативных действиях пожарных

Наиболее типичный режим работы при тушении пожаров можно охарактеризовать как скоростно-силовой, т.е. проявление мощных силовых усилий в короткий промежуток времени.

Физическая нагрузка при тушении пожаров расценивается как работа выше средней тяжести, т.к. она в большинстве случаев производится вручную.

Такая специфическая профессиональная деятельность требует высокого уровня физической и психической подготовленности, направленной на развитие необходимого функционального состояния организма.

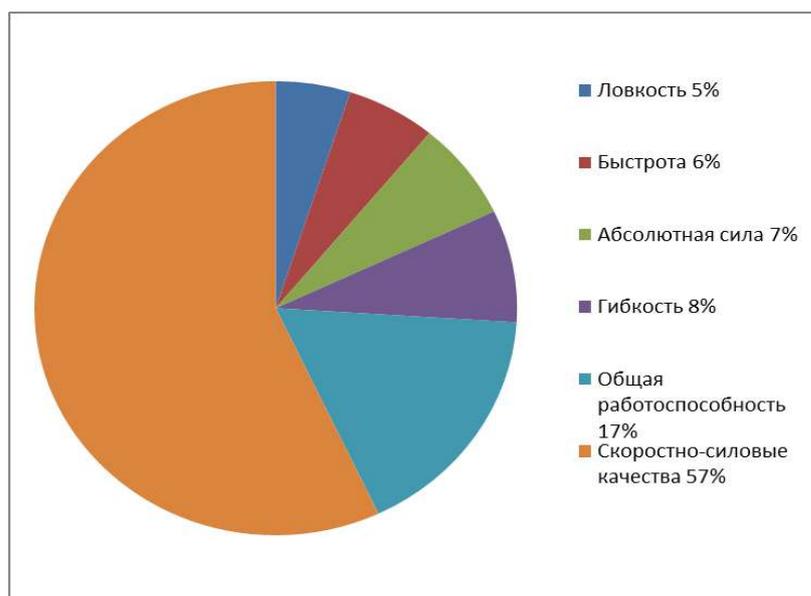


Рисунок 2. Факторная структура профессионально-прикладной физической подготовки пожарного

Исходя из рассмотренной физической модели деятельности пожарных в основу развивающих упражнений должны быть включены скоростно-силовые упражнения и упражнения на выносливость, влияющих на общую физическую работоспособность (Рис. 2), что является фундаментом в профессионально-прикладной физической подготовке сотрудников пожарных подразделений.

Известно, что укрепление здоровья невозможно без высокого уровня развития выносливости. Совершенствования выносливости является одной из важнейших проблем в физической подготовке. Развитие выносливости должно способствовать повышению уровня профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников МЧС России.

Современная возрастная физиология, биохимия и морфология накопили значительный экспериментальный материал по отдельным вопросам развития выносливости организма. Однако в теории физического воспитания вопросы совершенствования выносливости у молодежи изучены неполно. Легкая атлетика – спорт, связанный с продолжительной циклической работой, где решающее значение для достижения спортивных результатов имеют высокоразвитые качества общей и специальной выносливости, то есть уровень развития аэробных и анаэробных возможностей организма спортсмена.

В процессе развития выносливости у курсантов необходимо создать благоприятные условия для эффективной работы систем кислородного обеспечения организма. С этой целью применяют специальные дыхательные упражнения, занятия проводят на свежем воздухе (на стадионе, открытой площадке, в лесопарковой зоне).

На основе анализа методологических исследований, для развития выносливости у курсантов в условиях Академии на занятиях по физической подготовке и в процессе самостоятельной работы во время утренней зарядки

и спортивно-массовых мероприятиях, наиболее применим длительный непрерывный бег в форме переменного бега и метода «фартлек». Фартлек могут выполнять люди с любым уровнем физической подготовки и опытом практически в любом месте, где есть достаточно места. Тренировка фартлека уникальна, поскольку предлагает совершенно непредсказуемый стиль упражнений. Основная концепция остается прежней, однако то, как вы ее выполняете, может меняться настолько, насколько вы этого захотите.

Одним из психологических преимуществ фартлека является то, что он помогает изменить мышление. Фартлек тренирует ум точно так же, как тренирует тело. Чем больше вы тренируетесь со всеми скоростными вариациями фартлека, тем более устойчивым вы становитесь к нагрузкам. Кроме того, фартлек полностью адаптируется к местоположению и сезонным периодам и не должен быть таким утомительным, как бег на длинные дистанции в зимние месяцы. Вместо этого можно сделать их короткими и простыми. Еще одним преимуществом фартлека является его способность улучшать быстросокращающиеся мышечные реакции. С физиологической точки зрения одним из многих преимуществ фартлека является то, что он позволяет тренировать быстрые и медленные мышечные реакции.

Таким образом, используя самые различные сочетания пульсовых режимов, можно создать практически бесчисленное множество вариантов тренировки. Пульсовой фартлек позволяет варьировать тренировочную нагрузку на занятии, исходя из текущего состояния обучаемого.

Места проведения занятий на свежем воздухе, эмоциональное состояние, физические способности обучаемых в комплексе определяют выбор такого метода. Дальнейшие исследования были проведены в рамках педагогического эксперимента и практического применения фартлека, как метода развития выносливости.

Практическая часть эксперимента предусматривала 3 блока. Занятия проводились на знакомой для курсантов дистанции (место проведения утренней зарядки). На дистанции присутствует небольшой подъем, рельеф умеренный, длина 800 метров.

В период проведения педагогического эксперимента в рамках каждого учебного занятия по физической подготовке в основной части занятия для курсантов экспериментальной группы предусматривалось выполнение специального 30 минутного двигательного задания с использованием метода «фартлек».

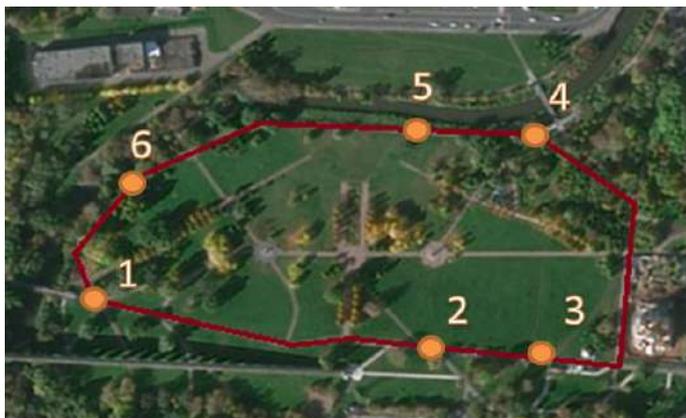


Рисунок 3. Контрольные точки на дистанции при проведении занятия методом фартлек

1 блок «базовый» (Рис. 3):

- из точки 1 по команде преподавателя одновременно, запустив трек на смарт-часах, начинали бег все курсанты экспериментальной группы в «медленном равномерном темпе» (ЧСС 120-130 уд/мин);
- от точки 2 до точки 3 (50 метров) каждый индивидуально делал ускорение в «среднем темпе», повышая ЧСС в пределах 150-160 уд/мин;
- от точки 3 до точки 4 в «медленном равномерном темпе»;
- от точки 4 до точки 5 (50 метров) – ускорение в «среднем темпе»;
- от точки 5 до точки 6 в «медленном равномерном темпе»;
- от точки 6 до точки 1 (50 метров) – ускорение в «среднем темпе».

По истечении 30 минут все курсанты экспериментальной группы заканчивали бег, фиксировали на личных смарт-часах индивидуальный пробег за 30 минут двигательного задания, направлялись в точку 1 и подавали преподавателю информацию о пройденной дистанции.

2 блок «продвинутый»:

- из точки 1, запустив трек на смарт-часах, начинали бег все курсанты экспериментальной группы в «медленном равномерном темпе» 20 секунд (ЧСС 120-130 уд/мин), 20 секунд ускорение в среднем темпе (ЧСС 150-160 уд/мин), далее в «медленном равномерном темпе» 40 секунд (ЧСС 120-130 уд/мин), 40 секунд ускорение в среднем темпе (ЧСС 150-160 уд/мин), далее в «медленном равномерном темпе» 60 секунд (ЧСС 120-130 уд/мин), 60 секунд ускорение в среднем темпе (ЧСС 150-160 уд/мин).

Представленная последовательность по времени и интенсивности бега продолжается 30 минут двигательного задания. Временные отрезки двигательного задания в соответствии с показанием секундомера подавались командами-свистками преподавателя. По истечении 30 минут все курсанты экспериментальной группы заканчивали бег, фиксировали на личных смарт-часах индивидуальный пробег за 30 минут.

3 блок «творческий»:

- из точки 1 по команде преподавателя одновременно, запустив трек на смарт-часах, начинали бег все курсанты экспериментальной группы. Каждый курсант в наушниках выполнял задание индивидуально под свой любимый

трек лист песен.

В двигательном задании ставилась задача куплет песни пробегать в «медленном равномерном темпе» (ЧСС 120-130 уд/мин), во время припева песни каждый индивидуально выполнял ускорение в среднем темпе (ЧСС 150-160 уд/мин).

В рамках НИР был проведен 3-месячный педагогический эксперимент, в котором участвовали две учебные группы курсантов 1 курса Академии, экспериментальная и контрольная группы в составе 20 человек каждая. Для курсантов экспериментальной группы предусматривалось выполнение 3 блоков двигательного задания с использованием метода фартлек. Курсанты контрольной группы в период педагогического эксперимента обучались на занятии по физической подготовке в соответствии с типовыми планами проведения занятия.

В начале педагогического эксперимента и по его окончании было проведено контрольное тестирование по показателям выносливости бег 1000 м, бег 3000 метров.

Анализ данных осуществлялся с использованием методов описательной статистики, параметрических и непараметрических методов установления различий в выборках. С помощью методов математической статистики обеспечивалась обработка результатов, их количественное и качественное описание в виде различных статистических показателей, наглядное представление в форме таблиц.

В начале эксперимента по итогам контрольного тестирования статистически значимых различий между результатами экспериментальной и контрольной групп нет, следовательно, курсантов опытных учебных групп можно отнести к одной генеральной совокупности по показателям силовой подготовленности (Таблица 1).

Таблица 1 – Средне групповые показатели выносливости курсантов экспериментальной (ЭГ) и контрольной группы (КГ) в начале педагогического эксперимента

Контрольные упражнения (тесты)	ЭГ (n=20)	КГ (n=20)	F-критерий
	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{Y} \pm \sigma$	
1. 1000 м, с	199,90±7,73	199,85±8,24	1,14
2. 3000 м, с	735,95±7,23	736,40±5,13	1,99

Условные обозначения:

\bar{X} – средние значения показателей курсантов экспериментальной группы;

\bar{Y} – средние значения показателей курсантов контрольной группы;

σ – среднеквадратическое отклонение.

Примечание. Граничные значения F-критерий Фишера при $\alpha=0,05$ и $\nu_1=20$ $\nu_2=20$

$F_{\text{расчет}} < F_{0,05}$, при $F_{0,05}=2,12$, тогда различия выборок незначительны, нулевая гипотеза принимается, гипотеза о принадлежности выборочных средних к одной генеральной совокупности подтверждается.

По окончании педагогического эксперимента было проведено повторное контрольное тестирование по показателям выносливости бег 1000 метров, бег 3000 метров. При анализе показателей выносливости использовались непараметрические критерии Манна-Уитни (сравнение различий в несвязанных выборках). Результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Средне групповые показатели выносливости курсантов экспериментальной (ЭГ) и контрольной группы (КГ) по окончании педагогического эксперимента

Контрольные упражнения (тесты)	ЭГ $\bar{X} \pm \sigma$ ($n=20$)	КГ $\bar{Y} \pm \sigma$ ($n=20$)	U <i>эмп</i>	P
1. 1000 м, с	193,65±6,33	198,20±7,81	133,5	<0,05
2. 3000 м, с	724,55±5,99	733,15±5,11	48	<0,05

Условные обозначения:

\bar{X} – средние значения показателей курсантов экспериментальной группы,

Y – средние значения показателей курсантов контрольной группы,

σ – среднеквадратическое отклонение; U – критерий Манна-Уитни,

P – уровень значимости;

$\alpha=95\%$ – интервал доверительной вероятности.

Примечание. Выборочные средние арифметические несвязанных групп отличны, если при $n_1=20$ и $n_2=20$, уровне значимости различий $\alpha=95\%$, $U_{критический} = 138 \geq U_{эмп}$.

По результатам контрольного тестирования курсанты экспериментальной группы показали достоверно более высокие показатели выносливости, чем курсанты контрольной группы, таким образом, предложенная методика развития выносливости методом «фартлек» является эффективной и может использоваться на занятиях по физической подготовке для курсантов и студентов Академии.

На основе результатов исследования и проведенного педагогического эксперимента раскрыты содержание и методика развития выносливости с целью выработки наиболее оптимальных средств и методов повышения уровня физической подготовленности курсантов, разработаны методические рекомендации в раздел «Легкая атлетика» для издания учебника по физической подготовке курсантов и студентов Академии ГПС МЧС России. Сформулированные выводы послужат теоретической основой для успешной самостоятельной работы курсантов образовательных организаций МЧС России и сотрудников пожарно-спасательных подразделений по развитию скоростно-силовых способностей основных мышечных групп и выносливости организма в целом влияющих на эффективность развития профессионально-прикладной физической подготовки.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ХРОНОТИПА ЧЕЛОВЕКА И РИСКОВ В ЕГО ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Дашко В.М.

Академия Государственной противопожарной службы МЧС России

Хронотип человека определяет организацию физиологических функций организма и его способность к адаптации, может использоваться как универсальный критерий общего функционального состояния. Обычно выделяют три хронотипа человека: ранний «жаворонки», промежуточный «голуби» и поздний «совы».

«Процентное соотношение хронотипов, по некоторым оценкам, следующее: примерно по 20 % людей относятся к «жаворонкам» и «совам», остальные 60 % - «голуби».

Поскольку хронотип частично контролируется генетическими факторами, индивид, вероятно, сохранит свой хронотип - на протяжении всей жизни.

Определение хронотипа и связанных с ним особенностей функционирования мозга являются важной задачей для решения проблем, связанных с оптимизацией режима труда и отдыха людей, так как производительность труда может быть повышена в ряде случаев на 50% только за счет должного совмещения часов работы с периодами физиологического подъема работоспособности, т.е. с хронотипом.

Исследования показывают связь хронотипа с характером суточного ритма секреции гормонов. Наблюдаются различия в уровне серотонина и мелатонина в крови представителей раннего и позднего хронотипа. У раннего хронотипа уровень кортизола в первый час после пробуждения значительно выше, чем у позднего.

Обычно «жаворонки» имеют несколько лучшие показатели общего здоровья. Вместе с тем «жаворонки» хуже других переносят временные изменения ритма жизни и дольше приспосабливаются к длительным изменениям — одна бессонная ночь может на несколько дней ухудшить самочувствие, а переезд в другой часовой пояс может потребовать длительной адаптации. «Голуби» достаточно легко переносят смещение дневного ритма на два-три часа вперед или назад, но они более чем «жаворонки» и «совы», склонны к психологическим проблемам и депрессивным состояниям. Установлено, что у «жаворонков» более высокий уровень тревожности и эмоциональной стабильности, в то время как «совы» являются менее тревожными и менее эмоционально устойчивыми.

Исследования в разных странах показали, что дети и подростки с поздним хронотипом в большей степени предрасположены к депрессии, девиантному поведению, агрессии. Также показано, что школьники и студенты, относящиеся к позднему хронотипу, учатся хуже, чем их

сверстники с промежуточным и ранним хронотипом, хотя уровень интеллекта у лиц с поздним хронотипом бывает даже выше, чем у остальных хронотипов. Причина низкой успеваемости «сов» заключается в неспособности синхронизировать работу своих биологических часов с социальными ритмами. Лица с поздним хронотипом хуже адаптируются к жизни в социальной среде. Ярче всего это проявляется, когда дети поступают в школу и вынуждены приспособливаться к режиму ее работы. Ученики - «жаворонки» рано ложатся спать вечером, рано просыпаются утром и поэтому приходят в школу полностью готовыми к восприятию новой информации. Им требуется меньше времени для подготовки домашних заданий и остается больше свободного времени для общения со сверстниками. Их режим сна и бодрствования в учебные и выходные дни одинаков. И напротив, дети и подростки, относящиеся к позднему хронотипу, во время учебной недели постоянно недосыпают. В соответствии со своими биологическими часами они ложатся спать поздно, но вынуждены вставать рано утром, чтобы не опоздать на занятия. Пик интеллектуальной активности у них наступает лишь во второй половине дня, поэтому на первых уроках они с трудом воспринимают новую информацию и вынуждены больше заниматься дома. Накопленный в течение учебной недели долг сна дети и подростки с поздним хронотипом компенсируют, дольше отсыпаясь в выходные.

«Немецкая исследовательница Силке Зондермайер (Медицинский факультет Мюнхенского университета Людвиг Максимилиана) в своей диссертационной работе, выполненной под руководством Тиль Рённеберга, показала, что среди школьников, проживающих вблизи западной границы второго часового пояса, травматизм из-за дорожно-транспортных происшествий в ранние утренние часы значительно выше, чем у их сверстников вблизи восточной границы.

Основная причина этих различий, по данным автора, заключается в том, что в западных землях Германии солнце восходит на 40 минут позже, чем в восточных землях. Поскольку циркадианная система человека настроена на солнце, пробуждение до восхода приводит к повышенной сонливости и снижению вниманию по утрам. Хроническое недосыпание в учебную неделю наиболее выражено у «сов», и есть все основания полагать, что с ними чаще происходят несчастные случаи по дороге в школу».

В исследовании, проведенном в Соединенных Штатах, где подросткам в возрасте 16 лет и старше разрешено водить машину, сравнивались несчастные случаи по дороге в школу. Во второй половине дня по дороге домой уровень несчастных случаев резко возрастает, если школы начинаются до 8 утра, а не с 8 до 9 утра.

«В изданной в 2012 году книге Тиль Рённеберг отмечает, что «ранние пташки» и «ночные совы» рождаются, а не создаются, что позднее пробуждение обусловлено не ленью, а генетикой, а ритм жизни,

диссоциирующий с врождёнными биологическими часами, представляет угрозу для организма человека».

Таким образом, понимание хронотипов и их учёт в повседневной жизни создают возможности как для существенного снижения неоправданных рисков, связанных с деятельностью человека, так и возможности для повышения эффективности этой деятельности.

ВОЕННО-СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА ОБУЧАЮЩИХСЯ 10-11 КЛАССОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ШКОЛЕ

Пономарев В.В.

Доктор педагогических наук, профессор

Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России

Жернаков Д.В.

Кандидат педагогических наук, доцент

Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России

Уколов А.В.

Кандидат педагогических наук, доцент

Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России

Лесковский А.А.

Аспирант

Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России

В настоящее время допризывной подготовки молодежи в стране уделяется недостаточное внимание и в основном она сводится к учебному курсу ОБЖ, в котором явно мало уделяется внимание формирования готовности юношей к службе в вооруженных силах страны.

К сожалению, за последние 10-15 лет, значительно снизилась проводимая в школах вооруженными силами кураторская работа по привитию молодежи богатых традиций военно-патриотического воспитания.

У молодежи, снизился престиж службы в вооруженных силах страны, желание служить в армии высказал лишь каждый пятый призывник. Существующая в настоящее время система подготовки допризывной молодежи к военной службе не отвечает современным требованиям и не способна в полной мере обеспечить вооруженные силы страны подготовленными призывниками.

В связи с чем, возникает острая необходимость допризывной подготовки юношей старших классов в процессе физического воспитания в

школе, что позволит целенаправленно воздействовать на формирование готовности молодёжи к службе в вооруженных силах страны.

Все вышесказанное и определило актуальность тематики и содержания данной статьи.

Исследование проводилось преподавателями специальной и физической подготовки Сибирской пожарно-спасательной академии. Специалистами кафедры был проведен социологический опрос молодежи допризывного возраста в нескольких школах города Красноярска.

Всего было опрошено более 150 юношей допризывного возраста, а также проведено тестирование готовности молодежи к службе в армии.

На основе анализа научно-методической литературы по тематике работы, социологического опроса и бесед, а также оценки исходного уровня готовности допризывной молодежи к службе в армии было разработано программно-методическое обеспечение военно-спортивной подготовки молодежи в процессе физического воспитания в школе.

Была разработана опытная программа военно-спортивной подготовки юношей 10-11 классов.

В вариативной части программы учебные занятия имели военно-прикладную направленность, где юноши старших классов занимались физической и строевой подготовкой; упражнялись на гимнастических снарядах; преодолевали полосу препятствий; учились бегать в солдатском обмундировании, выполнять технические элементы с оружием; обучались приемам самообороны и др.

Дополнительно проводились секционные занятия во внеучебное время по рукопашному бою. Для динамичной и планомерной подготовки юношей старших классов к службе в Вооруженных Силах РФ была разработан интегративный контроль подготовленности современного призывника и блоки критериев: образовательный, физический и воспитательный.

Образовательный блок – предусматривает контроль военно-прикладных знаний и умений у призывника. Чем выше уровень военно-прикладных знаний и умений у призывника, тем качественнее и мобильнее будут осваиваться современная техника и вооружение молодыми солдатами в «сжатые сроки» службы в армии. В процессе учебно-практических и самостоятельных занятий юноши осваивали знания и умения ориентироваться во времени и пространстве, науку выживания, изучали современное вооружение и технику и др., что позволит солдатам и офицерам действовать слаженно при выполнении различных задач, поставленных перед Вооруженными Силами государством.

Блок критериев по физической подготовленности – предусматривает контроль функциональных возможностей различных систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной) и развития основных физических качеств (силы, выносливости, быстроты, ловкости, гибкости) у молодежи призывного возраста. Молодому человеку, призванному служить в армии, необходимо иметь хороший уровень физической подготовки, чтобы в

процессе службы не затрачивать дополнительно время на развитие физических качеств до необходимого уровня в ущерб другим видам подготовки (боевой, тактической, строевой, политической и т.д.).

Воспитательный блок – это контроль и коррекция взглядов и убеждений, определяющих общий уровень воспитания молодого человека, его готовность служить Отечеству, защищать своих близких и страну.

Таблица 1 - Распределение учебного времени базовой и вариативной части программного материала по формированию готовности учащихся 10-11-х классов, к службе в армии на основе военно-спортивной подготовки.

№ п/п	Содержание материала	Количество часов	
		10 класс	11 класс
1. Базовая часть		32	32
1.1.	Основы теоретических знаний	3	3
1.2.	Спортивные игры	8	10
1.3.	Гимнастика	4	3
1.4.	Лыжная подготовка	8	7
1.5.	Легкая атлетика	11	11
2. Вариативная часть		36	36
2.1.	Теоретические знания, направленные на формирование готовности к службе в армии	4	5
2.2.	Военно-патриотическое воспитание	3	3
2.3.	Воинские традиции и ритуалы	2	2
2.4.	Атлетическая гимнастика	5	3
2.5.	Многоборная военно-прикладная подготовка	4	4
2.6.	Полоса препятствий	3	3
2.7.	Физическая подготовка военнослужащих в зарубежных армиях	3	4
2.8.	Рукопашный бой	7	9
2.9.	Комплексные силовые игры	5	4

Таким образом, в таблице 1 представлены разделы опытной программы физического воспитания юношей 10-11 классов на основе военно-спортивной подготовки.

Разработанная опытная программа физического воспитания юношей 10-11 классов на основе военно-спортивной подготовки будет способствовать эффективному формированию готовности допризывной молодежи к службе в армии и которую необходимо проектировать в образовательно-воспитательный процесс школы.

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ПОЖАРНО-ПРИКЛАДНОГО СПОРТА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ШКОЛЬНИКОВ

Пономарев В.В.

Доктор педагогических наук, профессор

Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России

Воробьев Р.С.

Аспирант

Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России

В настоящее время предъявляются повышенные требования к безопасности жизнедеятельности детей и подростков в обществе. Обострившиеся в мире различные чрезвычайные ситуации: террористические акты, локальные войны, техногенные и экологические катастрофы, в том числе природные и климатические изменения на планете, которые способствуют повышению пожарной опасности и другим негативным последствиям. В человеческой деятельности зачастую в первую очередь жертвами вышеуказанных чрезвычайных ситуаций, являются дети. В связи с чем назрела актуальная проблема необходимости формирования готовности детей и подростков к безопасной жизнедеятельности. Данный процесс необходимо осуществлять в условиях образовательного учреждения. Особое значение приобретает включение прикладных физических упражнений в процесс формирования безопасной культуры жизнедеятельности у школьников на уроках физической культуры. Всё это в целом актуализирует необходимость разработки и проектирования пожарно-прикладного спорта в физическом воспитании школьников, что будет способствовать формированию прикладных навыков безопасного поведения детей в условиях пожароопасной обстановки и других чрезвычайных ситуациях.

Исследование проводилось на кафедре специальной и физической подготовки Сибирской пожарно-спасательной академии ГПС МЧС России, г. Железногорск. На предварительном этапе работы был проведен анализ научно-методической литературы по теме исследования, социологический

опрос и анкетирование школьников, родителей, специалистов и учителей физической культуры г. Железнодорожска на предмет внедрения в школьную программу физического воспитания пожарно-прикладного спорта. Проведенный социально-педагогический анализ позволил выявить необходимость занятий школьников пожарно-прикладным спортом, мнение специалистов и родителей, а также определиться с учебно-методическим и практическим содержанием нововведения в образовательный процесс школы, направленным на формирование прикладным навыком и умений у детей и подростков для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях.

В исследовании приняло участие более 700 школьников 5-11 классов, 43 учителя физической культуры и 108 родителей.

Таким образом: 80% школьников выявили положительное мнение о необходимости внедрения в физическое воспитание занятия пожарно-прикладным спортом, более 90% учителей физической культуры не против включения в программу физического спорта, но в тоже время отметили, что для этого нет необходимой учебно-методической литературы, отсутствие материально-технической базы и соответствующих специалистов. 70 % родителей детей не возражали, что бы дети освоили навыки и умения пожарно-прикладного спорта, которые, как они считают пригодятся в жизни.

По результатам теоретического и практического анализов была разработана опытная программа физического воспитания школьников на основе занятий пожарно-прикладным спортом.

В таблице 1 представлено теоретическое и методическое содержание программы физического воспитания школьников на основе пожарно-прикладного спорта.

Таблица 1

п/п	Содержание программы	Кол-во часов	Классы		
			1-4	5-9	10-11
.	Теоретический раздел	32	10	11	11
	1.1. История зарождения пожарно-прикладного спорта	5	1	2	2
	1.2. Содержание пожарно-прикладного спорта	8	4	2	2
	1.3. Техника безопасности и правила поведения на занятиях пожарно-прикладным спортом	6	2	2	2
	1.4. Экипировка, инвентарь и оборудование для занятий пожарно-прикладным спортом	6	2	2	2
	1.5. Правила соревнований в пожарно-прикладном спорте	5	1	2	2
	1.6. Спортивные разряды и достижения отечественных спортсменов по пожарно-прикладному спорту	2	-	1	1
.	Практический раздел	155	54	48	42
	2.1. Общая физическая подготовка	37	18	12	7
	2.2. Специальная физическая подготовка	30	4	10	16
	2.3. Эстафеты с элементами пожарно-прикладного спорта	11	6	4	1

2.4. Подвижные игры с элементами пожарно-прикладного спорта	15	11	3	1
2.5. Техника бега с рукавом по прямой и по «буму»	1	3	4	4
2.6. Техника бега с преодолением разнообразных препятствий	1	5	5	4
2.7. Техника лазания на стенку и препятствия различной высоты	4	2	3	7
2.8. Комплексная тренировка по пожарно-прикладному спорту	10	1	4	5
2.9. Контрольные занятия	8	2	2	4
2.10. Первенство школы по пожарно-прикладному спорту	7	2	1	4

Таким образом, в таблице 1 представлены разделы программы физического воспитания школьников на основе занятий пожарно-прикладным спортом.

Данная программа направлена на формирование у детей в начальной школе разносторонней двигательной подготовленности, а именно базовых прикладных технических действий: бег, прыжки, лазание, перелазание, спрыгивание, ходьба; развитие равновесия, координации и важного психологического качества - смелость. Основными формами и средствами развития базовых прикладных двигательных локомоций в начальной школе явились: эстафеты, подвижные игры, комбинированные игры, круговые занятия по станциям, препятствия, скамейки, тумбы и др.

В основной школе у детей формируются более сложные прикладные двигательные навыки: бег по буму, перелезания через препятствие, лазание на высоту, спрыгивание, обучение соединению пожарных рукавов и др.

В средней школе у учащихся в целом формируется готовность по выполнению всех прикладных действий пожарно-прикладного спорта.

Далее школьники закрепляют прикладные навыки в соревнованиях по пожарно-прикладному спорту, как на школьных, так и вышестоящих соревнованиях.

Разработанная программа физического воспитания школьников на основе занятий пожарно-прикладным спортом будет способствовать: расширению программного содержания физического воспитания школьников, внедрению в процесс физического воспитания школьников прикладной направленности, формированию мотивации детей на занятия прикладными видами спорта, формирование прикладной готовности детей к различным жизненным ситуациям. Все это в целом будет формировать у детей готовность к будущей безопасной жизнедеятельности.

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ОПТИМИЗАЦИИ СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН СПАСАТЕЛЬНОГО СПОРТА И УСЛОВИЙ ИХ ВЫПОЛНЕНИЯ

Лавриненко Д.Ф., Чирков А.Н.

Академия гражданской защиты МЧС России им. генерал-лейтенанта Д.И. Михайлика

Согласно постановлению Правительства РФ от 15 октября 2019 г. N 1324 «Об утверждении перечня военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта и федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих руководство развитием этих видов спорта» за МЧС России закреплено развитие четырех видов служебно-прикладного спорта (многоборье спасателей МЧС России, спасательный спорт, пожарно-спасательный спорт, многоборье кинологов).

К служебно-прикладным видам спорта относятся виды спорта, основой которых являются специальные действия (в том числе приемы), связанные с выполнением своих служебных обязанностей.

В настоящий момент на регулярной основе проводятся соревнования по пожарно-спасательному спорту. Соревнования по спасательному спорту не проводятся с 2014 года, в 2023 году спланировано проведение соревнований по многоборью кинологов и многоборью спасателей.

Основная причина, по которой не проводятся соревнования по спасательному спорту, это схожесть с пожарно-спасательным спортом, непринятие спасательным сообществом дисциплин в том виде, в котором проводились соревнования.

В настоящий момент кафедрой физической подготовки и спорта Академии гражданской защиты МЧС России перерабатываются спортивные дисциплины в официальных правилах соревнований по Спасательному спорту.

Разработчиками были проанализированы условия и характер труда спасателей МЧС России, определены профессионально значимые качества, к ним относятся:

- устойчивость к утомлению при выполнении работы, связанной с длительным и интенсивным передвижением по пересеченной местности;
- устойчивость к высоким и низким температурам внешней среды;
- устойчивость к утомлению при нервно-эмоциональных нагрузках;
- устойчивость к неблагоприятным факторам внешней среды, возникающим при авариях (загазованность, задымленность, запыленность атмосферы, перепады давления, шум, недостаточная освещённость и др.).

Кроме развитых профессионально значимых качеств с целью повышения эффективности действий в экстремальных ситуациях профессиональной деятельности спасателей МЧС России необходимы сформированные специальные двигательные навыки (навыки плавания, ныряния и спасения утопающих, навыки скалолазания т.д.) согласно особенностям организации спасения. В данной связи разработанные упражнения (дисциплины спасательного спорта) классифицированы по видам чрезвычайных ситуаций и

особенностям организации спасения. При разработке дисциплин спасательного спорта и условий их выполнения основной акцент делался на формирование у спасателя умения работать с аварийно-спасательным инструментом и оборудованием, средствами спасения, а также на развитие профессионально важных физических качеств у спасателя, таких как выносливость, сила, скоростная выносливость, координация, быстрота.

В результате проведенных исследований, предполагается включить в дисциплины спасательного спорта: следующие упражнения:

- специальную полосу спасателя 360;
- специальную полосу «спасение на акватории»;
- специальную полосу «работа с аварийно-спасательным инструментом 112»;
- кросс-эстафета спасателей по пересеченной местности 4 x 3000м.;
- комбинированное силовое упражнение на перекладине (поднимание ног к перекладине, подъем переворотом, подъем силой).

Специальная полоса спасателя 360.

Старт дается в 12 метрах от стенки высотой 5 м.

На старте спасатель экипирован следующим образом (рабочий комбинезон, поясной ремень одет сверху, каска, перчатки, ботинки с высоким берцем). В забеге принимают участие 2 спасателя (спортсмена) по 2-м направлениям. Все препятствия преодолеваются последовательно друг за другом. Время определяется каждому участнику забега. Спасатели преодолевает следующие элементы специальной полосы спасателя:

- 1- стенка высотой 5 м;
- 2- завал высотой 3 м;
- 3- убежище длиной 6 м;
- 4- ров шириной 2 м;
- 5- лабиринт длиной 6 м;
- 6- забор высотой 2 м и толщиной 0,25 м с наклонной доской длиной 3,2 м, шириной 0,25–0,30 м; разрушенный мост высотой 2 м;
- 7- вертикально вкопанные 16 столбов длиной 5 м;
- 8- разрушенная лестница шириной 4 м;
- 9- стенка высотой 1,1 м;
- 10- колодец и ход сообщений;
- 11- здание однопролётной этажности;
- 12- вертикально вкопанные 16 столбов длиной 5 м;
- 13- качающиеся бревна длиной 2,2 м;
- 14- горизонтально качающаяся доска длиной 4 м;
- 15- качающийся мостик;
- 16- вышка – тренажер высотой до 4 м.

Специальная полоса «спасение на акватории»

Старт дается на беговой дорожке. На старте спасатель экипирован следующим образом: гидрокombинезон мокрого типа, плавательная шапочка, плавательные очки (по желанию), водолазные боты (водолазные тапки).

В забеге принимают участие 2 спасателя по 2-м направлениям.

Все этапы препятствия преодолеваются последовательно друг за другом. Время определяется каждому участнику забега. Для эстафеты команда из четырех человек разбивается на 4 этапа и преодолевается дистанция. Время определяется каждой команде.

Специальная полоса «работа с аварийно-спасательным инструментом 112».

Старт дается на беговой дорожке. На старте спасатель экипирован следующим образом (рабочий комбинезон, поясной ремень, каска с забралом, перчатки, ботинки с высоким берцем, альпинистская система). В забеге принимают участие по 2 спасателя по 4-м направлениям. Все препятствия преодолеваются последовательно друг за другом. Время определяется четырем командам участницам забега.

«Кросс-эстафета спасателей по пересеченной местности 4 x 3000м»
Эстафетный бег проводится по пересеченной местности.

На старте спасатель экипирован следующим образом (спортивный костюм, каска, кроссовки, «ИРАС» в положение «за спину»).

В забеге принимают участие все команды (по 4 спасателя). Спасатель при передаче эстафеты, обязан коснуться любой части тела стартующего за ним члена его команды. Время определяется всем командам участницам забега и лично каждому участнику.

«Комбинированное силовое упражнение на перекладине» (подъем силой, поднимание ног к перекладине, подъем переворотом).

Предложенные дисциплины спасательного спорта будут способствовать повышению уровня физической готовности спасателей к профессиональной деятельности, позволят тренировать специальные физические качества и развивать основанные на них двигательные способности: силовые способности – работа со своим и дополнительным весом; специальная выносливость; скоростная выносливость; силовая выносливость; двигательно-координационные способности; специальная гибкость (подвижность суставов), устойчивость к неблагоприятным условиям профессиональной деятельности, а также оказание первой и психологической помощи пострадавшим.

Внедрение результатов и исследования позволит повысить эффективность специальной физической подготовки военнослужащих МЧС России в условиях тесной взаимосвязи научно-методического содержания служебно-прикладных видов спорта и мотивации спасателей к высокому уровню физической подготовленности к профессиональной деятельности. Практическая значимость исследования заключается в усовершенствовании материально-технической базы для занятий физической подготовкой спасателей МЧС России и развитии служебно-прикладных видов спортивной деятельности в МЧС России.

ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СОТРУДНИКОВ МВД РОССИИ, УЧАСТВУЮЩИХ В СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ ПО СТРЕЛЬБЕ ИЗ БОЕВОГО РУЧНОГО СТРЕЛКОВОГО ОРУЖИЯ

Мамонтов Л.С.

Московский государственный педагогический университет

Для качественного выполнения служебных задач сотрудники Министерства внутренних дел Российской Федерации (далее – сотрудники) должны обладать достаточной профессиональной подготовленностью, разносторонним уровнем физической тренированности, высокими морально-психологическими качествами. Немаловажную роль в формировании данных показателей играют служебно-прикладные виды спорта, основой которых являются специальные действия, связанные с совершенствованием выполнения сотрудниками своих служебных обязанностей. Так, в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 20 августа 2009 года № 695 на Министерство внутренних дел Российской Федерации возложено руководство развитием ряда служебно-прикладных видов спорта, среди которых важную роль занимает стрельба из боевого ручного стрелкового оружия (далее – стрельба из БРСО). Стрельба из БРСО – служебно-прикладной вид спорта, основой которого являются специальные действия, направленные на совершенствование сотрудниками умений и навыков, связанных с применением оружия.

Стрельба – это сложнокоординационный вид спортивной деятельности, в котором достижение успеха зависит не только от технической выучки стрелков, но и в значительной степени от того, насколько они психологически подготовлены. Стоит отметить, что не только начинающие стрелки, но и спортсмены, имеющие большой соревновательный опыт подвержены воздействию стресс-факторов, отрицательно влияющих на спортивный результат. Повышение устойчивости к стресс-факторам, способствует оптимизации психоэмоционального состояния и достижению максимальных результатов в стрелковых соревнованиях.

Процесс развития стрессоустойчивости у сотрудников-стрелков можно разделить на несколько этапов (Рис. 1).

В основе содержания данных этапов находится идея комплексного развития компонентов стрессоустойчивости в процессе преодоления стресс-факторов, негативно влияющих на сотрудников во время участия в спортивных соревнованиях по стрельбе из БРСО. Результаты теоретического анализа сущности, содержания и основных подходов к



Рисунок 1. Этапы развития стрессоустойчивости у сотрудников-стрелков

развитию стрессоустойчивости позволили выделить интеллектуальный, эмоциональный и волевой компоненты стрессоустойчивости у сотрудников-стрелков. Интеллектуальный компонент способствует возможности правильно перерабатывать информацию, прогнозирующую неблагоприятные события, заранее готовиться к ним, а также контролировать их течение. На основе эмоционального компонента осуществляется контроль над собственным психоэмоциональным состоянием, способствующим эмоционально разумному поведению в сложившейся ситуации. Волевой контроль направлен на мобилизацию внутренних ресурсов, нацеленную на преодоление сложной соревновательной ситуации.

Так, первый этап представляет собой предварительную диагностику развития стрессоустойчивости у сотрудников-стрелков, основывающуюся на применении психодиагностических тестов с помощью которых осуществляется изучение вышеуказанных компонентов (интеллектуального, эмоционального, волевого). В ходе реализации данного этапа происходит изучение потенциальных возможностей по нейтрализации воздействия стресс-факторов, возникающих в сложных соревновательных ситуациях. Второй – этап совершенствования стрессоустойчивости у сотрудников-стрелков, в процессе которого приводятся в действие психологические механизмы рефлексии и оптимизации психоэмоционального состояния сотрудников-стрелков с помощью формирования волевых установок. На данном этапе, во взаимодействии со специалистом психологического обеспечения и инструктором по стрельбе, применяется методика совершенствования техники стрельбы и преодоления сопутствующих стресс-факторов, в процессе которой проводится анализ действий сотрудников-стрелков, принятых ими решений и полученного результата. Третий этап – интериоризации средств развития стрессоустойчивости, предполагает успешное применение освоенных методов и приемов преодоления стресс-факторов в сложных соревновательных ситуациях. Кроме этого, на данном

этапе средствами психодиагностических методик повторно исследуется уровень развития стрессоустойчивости. В ходе обработки полученных данных осуществляется оценка изменения показателей развития стрессоустойчивости у сотрудников-стрелков по отношению к показателям предварительного психодиагностического тестирования.

Таким образом, содержание процесса развития стрессоустойчивости представляет собой формирование положительных изменений в функционировании психики сотрудников-стрелков, происходящих на этапах диагностики, совершенствования и интериоризации. В ходе реализации указанных этапов происходит выработка навыков и умений, способствующих формированию волевых способностей, направленных на преодоление стресс-факторов, негативно влияющих на сотрудников в ходе стрелковых соревнований.

КЛИМАТИКО-ГИПОКСИЧЕСКИЙ ТРЕНИРОВОЧНЫЙ КОМПЛЕКС ДЛЯ ПОДГОТОВКИ ЛИЧНОГО СОСТАВА СПАСАТЕЛЬНЫХ ФОРМИРОВАНИЙ К РАБОТЕ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ, А ТАКЖЕ СПОРТСМЕНОВ ПРИКЛАДНЫХ ВИДОВ СПОРТА

*Селяткин М.В., Белявский Д.Г., Леонов Н.М., доктор технических наук,
профессор*

АО «НПО Радиозавод имени А.С. Попова»

С 60-х годов прошлого века физиологи приступили к изучению реакций организма человека на подъем в горы и анемические состояния. Эти исследования привели к открытию эритропоэтина – гормона, который выделяется тканями почек и печени в кровь, причем его продукция резко возрастает в ответ на дефицит кислорода. Распространяясь по организму и достигая костного мозга эритропоэтин, стимулирует дополнительное формирование эритроцитов, что, в конечном итоге, приводит к улучшению снабжения тканей кислородом уже в течение нескольких часов после начала гипоксии.

В 2019 году Нобелевская премия в области физиологии и медицины была присуждена, согласно формулировке Нобелевского комитета, именно «за открытие механизмов, посредством которых клетки воспринимают доступность кислорода и адаптируются к ней». Награду получили американцы Уильям Кэлин и Грегг Семенза, а также британец Питер Рэтклифф.

Описанный выше гипоксический эффект приводит к существенному улучшению функциональных возможностей и, что самое поразительное, когнитивных способностей человека. Графики, представленные на рисунках 1,2,3 наглядно иллюстрируют данное обстоятельство

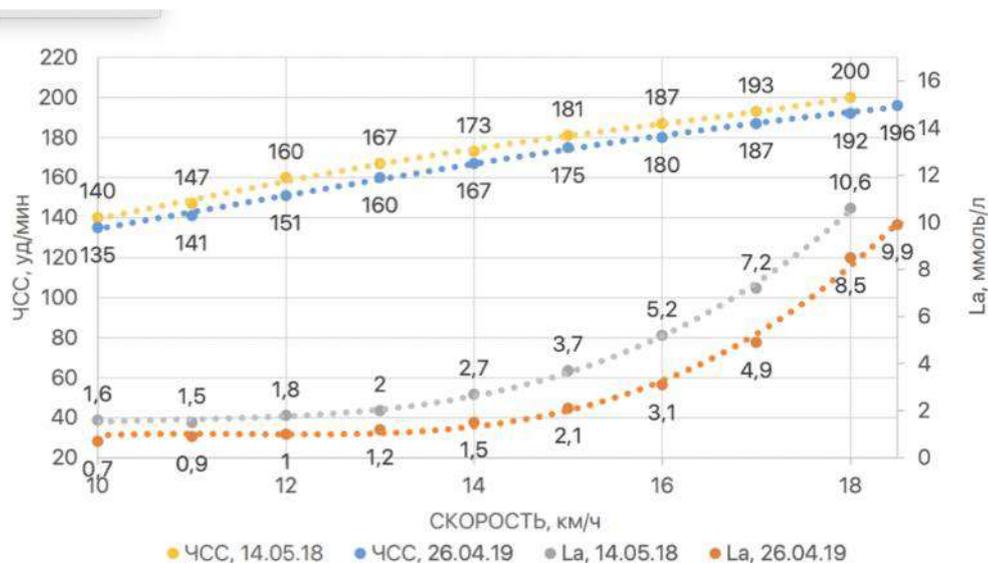


Рисунок 1. Функциональный тест

Спортсмен	6 декабря		21 декабря	
	ВР, мс	Ошибки	ВР, мс	Ошибки
К Б	572	0	359	1
М И	394	1	360	1
А Д	418	2	373	1
Т И	398	0	378	0
Ш А	619	1	393	0
Р В	441	0	405	1
А И	489	0	424	1
С Д	402	1	425	1

Рисунок 2. Время реакции

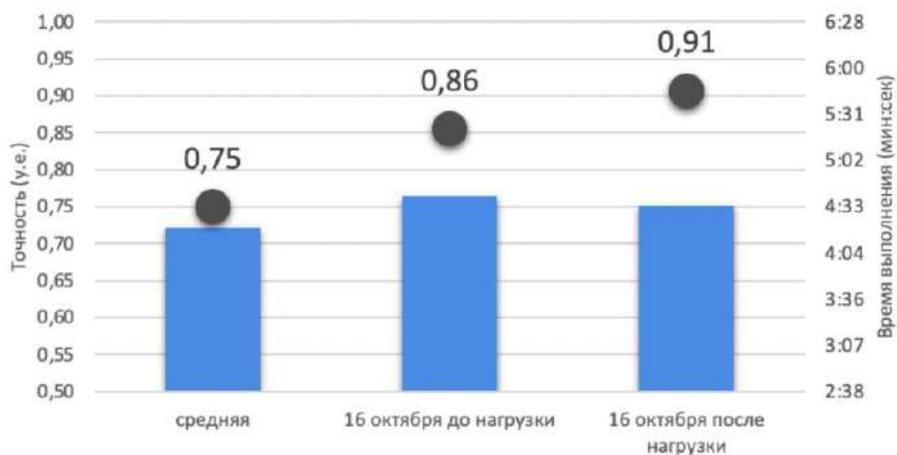


Рисунок 3. Решение задач

Параллельно с изучением и научным осмыслением эффектов гипоксии стремительными темпами развивалась индустрия, производящая гипоксическую аппаратуру для лечебных и тренировочных целей.

С 2010 года в эту работу активно включилась наша организация в кооперации с профильными компаниями. За это время было установлено более 20 тренировочных гипоксических систем по всей стране. В сотрудничестве с Олимпийским комитетом России была разработана и успешно внедрена оригинальная методология гипоксических тренировок, которая уже широко используется при подготовке сборных команд страны. Компания целенаправленно работает над совершенствованием технологии производства и повышением инженерного уровня выпускаемых изделий. На отдельные оригинальные технические решения были оформлены патентные свидетельства. На рис. 4 представлен один из вариантов исполнения наших устройств.



Рисунок 4. Многофункциональный климатико – гипоксический комплекс

Нашим предприятием существенно расширены возможности технологии.

Во-первых, нами предлагаются комбинированные климатико-гипоксические установки, позволяющие регулировать не только содержание кислорода, но также температуру, влажность, силу ветра (применительно к установке скорее силу движения воздуха).

Во-вторых, предприятием разработана целая линейка устройств, различающихся мощностью и оснащением, что позволяет применять их в различных подразделениях – от пожарного депо до специализированного центра подготовки спасателей.

В таблице 1 приведены примеры возможного применения климатико-гипоксического метода в МЧС России.

Таблица 1. Примеры возможного применения климатико-гипоксического метода в МЧС России

Подразделения	Задачи	Решение
Пожарные	Устойчивость к гипоксии и высоким температурам	Регулярные тренировки в гипоксии
Спасатели	Отбор в отряд	Тестирование в сложных условиях
Горноспасатели	Готовность к высоте, низким температурам и гипоксии	Адаптационные программы
Спортсмены	Высокая физическая форма к соревнованиям	Система гипоксических тренировок
Научно-исследовательские подразделения	Испытание экипировки и оборудования	Создание эталонных условий

Нашей организацией направлены предложения в МЧС России по оснащению подразделений министерства климатико-гипоксическими устройствами. В настоящее время они проходят приемочные испытания. Надеемся на успешное внедрение нашего метода в систему подготовки спасателей и спортсменов министерства.

К ВОПРОСУ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНЫХ РАЗДЕЛОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ВУЗАХ МЧС РОССИИ

Мотовичев К.В.

Санкт-Петербургский Университет Государственной противопожарной службы МЧС России

Ивахненко Г.А.

Санкт-Петербургский Университет Государственной противопожарной службы МЧС России

Значение профессионально-прикладной направленности физической подготовки (ФП) в вузах МЧС России диктуется требованиями предстоящей профессиональной деятельности к уровню подготовленности выпускников. В результате постоянно ведущейся научно-исследовательской работы специалистами ФП всесторонне рассмотрены ее содержательные аспекты, обоснованы эффективные подходы, разработаны и внедрены в вузовскую

практику соответствующие методики и программы. Вместе с тем, проделанная работа, накопленный богатый опыт, полученные результаты не снижают актуальности дальнейшей разработки этого направления ФП в вузах МЧС. Анализ эффективности вузовской ФП показал необходимость дальнейшего детального изучения имеющегося опыта, анализа современных тенденций в интересах решения остро стоящих вопросов специализации существующего процесса в вузах МЧС. Результатом работы должно стать обоснование и построение моделей, описывающих необходимый конечный результат функционирования системы ФП, внедрение интенсивных методик и программ, обеспечивающих повышение качества подготовки обучающихся.

Поиск путей решения актуальных на сегодняшний день задач, показал потребность в объединении усилий и совместных действий специалистов в области ФП, медицинского и психологического профилей. Проведенный анализ показал востребованность и эффективность проведения междисциплинарных исследований как с целью вывода ФП в вузах МЧС на новый качественный уровень, так и выявления проблемных аспектов и перспективных направлений дальнейшего развития. Необходимость движения в этом направлении диктуется еще и тем, что профессиональная деятельность сотрудников МЧС сопряжена со значительными физическими и нервно-эмоциональными напряжениями и протекает в сложной, в высшей степени динамичной и опасной для жизни обстановке. Это требует высокого уровня развития профессионально значимых физических качеств, сформированности двигательных навыков и умений эффективно их применять в экстремальных ситуациях. Этим определяется потребность вузовской практики в методиках, обеспечивающих не только физическую готовность выпускников, но и решающих задачи их психологической подготовленности к эффективной профессиональной деятельности. Движение в этом направлении определило запрос на детальное изучение и внедрение в содержание ФП в вузах МЧС подходов, основанных на данных исследований психологических механизмов формирования двигательных навыков, и их включения в содержание целенаправленной двигательной деятельности.

Проделанная работа способствовала разработке экспериментальной методики (ЭМ) специфической особенностью которой является оптимизация процессов формирования прикладных двигательных навыков у обучающихся вузов и обеспечение способности эффективного их применения в сложных условиях. Таким образом, ЭМ предполагает системное объединение двух взаимозависимых процессов, процесса формирования профессионально-прикладных двигательных навыков и процесса развития способности с их помощью эффективно действовать в экстремальных ситуациях. Необходимо отдельно остановиться на обоснованности и оптимальности содержания ЭМ, что выражается в уровне специализации педагогического процесса, а также объемах и интенсивности применяемых средств. Обращает на себя внимание

и технологичность разработанной ЭМ, чем обеспечивается простота ее встраивания в существующий педагогический процесс и возможность одновременного решения других задач ФП с получением синергетического эффекта.

Процесс разработки ЭМ на первом этапе заключался в проведении анализа отечественного и зарубежного опыта с целью поиска путей обеспечивающих повышение качества формирования двигательных навыков и умений применения автоматизированных двигательных действий в экстремальных ситуациях. В результате проведенных исследований были обоснованы подходы к решению поставленной задачи, выявлены проблемные моменты, требующие своего всестороннего изучения. Это вопросы гетерохронности формирования двигательных навыков и умений, а также зависимость осуществляемой в экстремальных условиях деятельности от количества имеющихся в двигательном арсенале навыков и степени их автоматизации. Детальному рассмотрению подверглись методические аспекты формирования двигательных навыков и умений с учетом специфики массового обучения. Помимо этого, было уточнено необходимое и, в то же время достаточное количество сформированных профессионально значимых двигательных навыков надежно обеспечивающее высокую эффективность осуществления профессиональной деятельности сотрудниками МЧС в экстремальных условиях.

В рамках второго этапа были всесторонне рассмотрены психологические аспекты формирования двигательных навыков, что определило содержание и направленность дальнейших действий. Результатом проведенных исследований стал вывод о том, что процесс формирования профессионально значимых двигательных навыков может быть значительно оптимизирован посредством актуализации ведущих компонентов их структуры. Имеющиеся на этот счет данные показали, что применение такого приема позволяет значительно сократить (до 30%) время на освоение и автоматизацию изучаемых движений и действий. На третьем этапе разработки ЭМ были рассмотрены материалы ряда исследований в рамках которых изучались психологические механизмы проведения человеком оценки неожиданно возникающих ситуаций и факторов определяющих ее объективность и способность к формированию соответствующего двигательного ответа. Особого изучения потребовали вопросы построения и реализации двигательных программ из имеющихся в арсенале автоматизированных приемов и действий. Полученные результаты позволили сделать заключение о возможности оптимизации педагогического процесса, посредством формирования у обучающихся умений действовать в неожиданно возникших условиях и ситуациях. Это обусловило необходимость моделирования и внедрения в педагогический процесс полуобусловленных и необусловленных ситуаций, а также создания сложных условий вместо применяемого заучивания последовательности выполнения ранее автоматизированных действий.

Четвертый этап наших исследований решал задачи по непосредственному проектированию ЭМ, что заключалось в уточнении ряда педагогических аспектов и организационных вопросов, определяющих ее внедрение в существующий процесс. Помимо этого, на заключительном этапе проводились обработка полученных результатов, их анализ, а также оценка эффективности ЭМ. В качестве критериев рассматривались показатели необходимого количества учебного времени для решения поставленной задачи, технологичность разработанной ЭМ и сравнительные данные ее реализации с общепринятыми подходами. Особое внимание было уделено оценке достигнутого, в следствие применения ЭМ, качественных и количественных показателей сформированного у обучающихся вузов профессионально-прикладного двигательного фонда и умений им оперировать в смоделированных сложных условиях и ситуациях.

Полученные результаты позволяют констатировать, что внедрение в содержание вузовской ФП ЭМ надежно обеспечивает оптимизацию педагогического процесса по целому ряду моментов. Во-первых, это повышение качества формирования навыков профессионально значимых приемов и действий путем актуализации и контроля за выполнением «несущих», в содержательном и функциональном плане параметров (скорость, сила, точность, амплитуды и т.п.). Применение такого подхода способствует значительному сокращению сроков обучения (до 30%) и повышению эффективности формирования профессионально-прикладных навыков. Во-вторых, моделирование различных ситуаций и создание специфических условий обеспечивает переход с заучивания стандартной последовательности движений на формирование умений решать неожиданно возникающие задачи посредством применения имеющихся в двигательном арсенале автоматизированных приемов и действий. В-третьих, это технологичность и высокую эффективность ЭМ, чем обеспечивается значительная экономия учебного времени и возможность более тщательно решения других задач ФП в вузах МЧС. И, наконец, в-четвертых, это универсальность ЭМ, о чем свидетельствуют результаты ее внедрения в содержание профессионально-прикладных разделов ФП (рукопашный бой, преодоление препятствий, прикладное плавание, преодоление водных преград и специальные действия в водной среде) вузов различных ведомств.

СОРЕВНОВАНИЯ - ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕТОД ПОДГОТОВКИ СПАСАТЕЛЕЙ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАЧ ПО ПРЕДНАЗНАЧЕНИЮ В УСЛОВИЯХ ЧС РАЗЛИЧНОГО ХАРАКТЕРА

Курсаков А.В.

Заслуженный спасатель Российской Федерации, к.в.н., доцент, водолазный специалист, мастер спорта по горному туризму, Действительный государственный советник Российской Федерации 3 класса, Председатель

Коллегии Судей по служебно-прикладному виду спорта «Многоборье спасателей МЧС России», спортивный судья всероссийской категории.

Корнилов А.Н.

главный специалист отдела организации и проведения спортивных мероприятий ФКУ «Центр физической подготовки и спорта МЧС России», к.п.н.

Первые Всероссийские соревнования спасателей были проведены в августе 1994 г. в Приэльбрусье. Основной задачей было приобретение опыта организации соревнований в системе МЧС России. В ходе соревнований команды отрабатывали этапы ведения классических, по опыту контрольно-спасательных служб, спасательных работ в условиях горного рельефа, что, в основном, соответствовало задачам только набирающей опыта поисково-спасательной службе МЧС России. Вполне закономерной на этих соревнованиях стала победа команды Эльбрусской территориальной поисково-спасательной службы.

Расширение диапазона задач министерства повлекло за собой оснащение поисково-спасательных формирований новыми техническими средствами, аварийно-спасательным инструментом, водолазным снаряжением, средствами защиты органов дыхания и кожи при работе в агрессивных газовых средах.

Применение различных спасательных технологий на этапах Вторых всероссийских соревнований в 1967 году показало необходимость постоянного наращивания знаний, умений и доведения до «автоматизма» навыков спасателей в области всесторонней профессиональной подготовки. Соревнования в этих условиях стали одним из направлений подготовки спасателей к действиям в чрезвычайных ситуациях не только в условиях природной среды, но и в условиях ЧС техногенного характера, а также на акваториях водных объектов с применением водолазных технологий спасения. Стало ясным, что в современных условиях требуется умение вести работу в условиях быстроменяющейся обстановки, длительных физических и психологических нагрузок, обладать скоростной выносливостью, т.е. достаточно долго выдерживать высокий темп выполнения поисково-спасательной работы, что возможно только в случае высокой профессиональной подготовки, когда многие требуемые навыки спасателя доведены до автоматизма, умение подчинить себя интересам команды и многое другое.

К исходу 1997 года Отделом поисково-спасательных формирований МЧС России были разработаны Временные Правила проведения соревнований и проделана большая работа по признанию Государственным комитетом Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму ведомственных профессиональных соревнований спасателей видом спорта Российской Федерации и определения Статусов Служебно-прикладного вида

спорта– «Многоборье спасателей МЧС России», который начал жизнь с 28 января 1998 года.



Статусы соревнований. Первый статус: Международные, Чемпионат МЧС России.

Второй статус: Чемпионат(кубок) Федерального округа РФ, Межрегиональные соревнования.

Третий статус: Чемпионат АСФ, ПСФ субъекта РФ, Первенство АСФ, ПСФ субъекта

Впервые, по утвержденным Правилам, были проведены Четвертые Всероссийские соревнования в Слюдянском районе Иркутской области. Дистанции соревнований, которые поставили спасатели Байкальского Поисково-спасательного отряда (далее - ПСО) МЧС России послужили основой классического теперь набора этапов и упражнений.

С 1998 года Межрегиональные, Всероссийские соревнования и Чемпионаты проводятся в рамках официального вида спорта, внесенного в Единую всероссийскую спортивную классификацию (ЕВСК России). В настоящее время Минспортом утверждены приказами четыре основных документа, которые являются основными для дальнейшего развития вида спорта «многоборье спасателей МЧС России»:

1. Правила проведения соревнований по «многоборью спасателей МЧС России» (Приказ Минспорта России от 05 октября 2012 № 283),

2. Требования по присвоению спортивных разрядов и званий и условия их выполнения по виду спорта «многоборье спасателей МЧС России» (Приказ Минспорта от 13.11.2017 № 991, зарегистрирован Минюст РФ от 11.12.2017 регистр № 49206);
3. Положение о спортивных судьях вида спорта «Многоборье спасателей МЧС России» (Приказ Минспорта России от 28 февраля 2017 г. № 134), зарегистрирован в Минюсте России 31 мая 2017 г. регистр № 46917; в редакции Приказа Минспорта РФ от 13.02.2018 №123;
4. Квалификационные требования к присвоению и подтверждению категорий спортивных судей по виду спорта «многоборье спасателей МЧС России» (Приказ Минспорта России от 20 февраля 2012 №105).



Соревнования по многоборью проводятся на пяти ДИСТАНЦИЯХ:

Основные, на которых спортсмены демонстрируют свои профессиональные знания, умение и устойчивые навыки в условиях дефицита времени, с одновременным многообразием применяемых спасательных технологий и требованиями многодневного ведения различных поисково-спасательных работ в режиме скоростной выносливости и быстрого принятия решения в ходе меняющейся обстановки:

«ПСР в условиях природной среды»,

«ПСР в условиях чрезвычайных ситуаций (далее - ЧС) техногенного характера»,

«ПСР на акватории»;

ОБЩЕФИЗИЧЕСКИЕ:

«Кросс-эстафета 6 на 3 км», который проводится в день торжественного открытия соревнований в виде эстафеты 6 человек по 3 км для каждой команды;

«Комплексное силовое упражнение на перекладине», включающее гимнастические упражнения, развивающие силу, ловкость и координацию тела в пространстве (подъем силой, поднимание ног к перекладине и подъем переворотом).

Что же представляют соревнования на основных дистанциях?

ПСР в условиях природной среды



Дистанция включает прохождение этапов:

1. Ориентирование на местности и поиск пострадавших (движение по компасу без карты по заданным азимутам, с помощью GPS). Перепад высот - до 500 м. Трасса имеет много пересекающихся и расходящихся линейных ориентиров и различных природных препятствий. Оказание пострадавшим ПП (до трех пострадавших); транспортировка пострадавшего по различным формам горно-таежного рельефа; подача сигналов экипажу вертолета.
2. Поиск "попавшего в лавину" с помощью приборов поиска и лавинных датчиков.
3. Транспортировка пострадавших на скальном рельефе на носилках, на спасателе: спуск по стене 60 м; подъем 40-60 м (третья категория сложности), траверс по стене с организацией маятника.
4. Переправа через водную преграду (ширина 40-60 м, скорость течения - до 2 м/сек) на подручных плавсредствах.
5. Сплав по реке на плавсредствах, поиск пострадавших, оказание им помощи и транспортировка. Протяженность сплава с элементами третьей категории сложности - до 6 км.
6. Организация навесной переправы с переправой команды и пострадавшего (ширина преграды - 50-60 м).
7. Применение технологий SRT и "Самоспас".

9

Соревнования на дистанции «ПСР в условиях ЧС различного характера»



Соревнования на дистанции проводятся в специально подготовленной зоне, именуемой "зоной чрезвычайной ситуации". На территории "зоны чрезвычайной ситуации" в зданиях и вспомогательных сооружениях, под завалами, в элементах транспортных средств находятся статисты или манекены "пострадавших" (до 20 ед.).

Дистанция включает упражнения, объединенные в 5 этапов:

поиск, деблокировка пострадавших, оказание им помощи и эвакуация из зданий и сооружений, из колодцев, водотоков, вентиляционных коробов, с верхних этажей здания, с линий электропередач, из загазованных помещений, затопленных емкостей, подвалов, лабиринтов;

ликвидация очагов возгорания;

ликвидация последствий дорожно-транспортного происшествия по видам транспорта: автобус, грузовые и легковые машины, ж/д транспорт, Самолет, вертолет;

наложение пластыря на аварийную цистерну, продуктопровод.

11

3. Дистанция "Поисково -спасательные работы на акватории"

Соревнования на дистанции проводятся на акватории (150 х 200 м) глубиной до 6 м. На грунте на глубине не менее 2,5 м располагаются кузова автомобилей, элементы конструкций (или имитирующие их предметы) транспортных средств, подводных гидротехнических сооружений, затонувшее аварийное судно. Под конструкциями, в них или отдельно на грунте находятся статисты или манекены.



12



Дистанция включает упражнения, объединенные в 5 этапов:
 ориентирование под водой (подводное плавание с расчетом маршрута следования и поиском ориентиров);
 поиск затонувших конструкций;
 поиск пострадавших, их деблокирование с помощью аварийно-спасательного инструмента и эвакуация к месту сбора пострадавших;
 заводка пластыря на подводный продуктопровод (затонувшее судно);
 размывка грунта;
 поиск "черных ящиков" и доставка их к установленному месту;
 остроповка, подъем, перенос и установка груза с помощью мягкого понтона;
 выполнение работы по сборке металлической конструкции.
 поиск пострадавших под водой с применением различных водолазных технологий (с берега, с лодки, с понтона);
 оказание помощи "аварийному" водолазу;
 вывод пострадавшего из воздушного "пузыря";
 остроповка затонувшего автомобиля, доставка к нему буксирного троса и эвакуация его на берег.
 подача пострадавшему спасательного круга и «конца Александра» с берега и лодки;
 прорывание до 25 м в "коридоре" шириной до 6 м;
 поиск пострадавшего на глубине до 3 м и его эвакуация на берег;
 эвакуация пострадавшего со "льдины" .

13

Соревнования между Поисково-спасательными формированиями (далее - ПСФ), а также между поисково-спасательными подразделениями этих ПСФ можно проводить в рамках пятиборья, четырехборья, троеборья, при обязательном включении в них общефизических дистанций.

Виды многоборья спасателей МЧС России

Дистанции:	5-борье	4-борье	3-борье
<u>ПСР в условиях Природной среды</u>	X	X X	X
<u>ПСР в условиях ЧС Техногенного характера</u>	X	X	X X
<u>ПСР на акватории</u>	X	X X	X X
<u>Кросс-эстафета на 3 км</u>	X	X X X	X X X
<u>Комплексное силовое упражнение на перекладине</u>	X	X X X	X X X

Правилами, утвержденными Минспорта России в 2012 году предусмотрен варианты расширения диапазона этапов и упражнений, проведения соревнований в зимних условиях, а также по водолазному

троеборью. В этом случае, как уже было в 2012 году, когда проводили Первые международные соревнования водолазов системы МЧС России дистанция «Кросс-эстафета...» заменяется на дистанцию «Фридайвинг» (эстафетный заплыв в формате: 6 чел. x 75 м в комплекте № 1 с погружением на 2 – 3 м, эвакуацией на поверхность тонущего и его транспортировка 25 м). Дистанция «КСУ» заменяется дистанцией «Акваланг», в ходе прохождения которой спортсмены погружаются на дно бассейна, включаются в аппарат и выполняют ряд упражнений под водой.

Конечно, жизнь вносит коррективы в возможности постановки этапов на каждой из основных дистанций. Что-то уходит, что-то добавляется. Это зависит от места проведения соревнований, от возможности создания спортивно-учебной материальной базы, от подготовленности постановщиков и спортивных судей и т.д. Назрела необходимость проведения соревнований по применению в ПСР квадрокоптеров, подводной робототехники и другого современного оборудования.

В ходе соревнований участники проходят курс подготовки («мастер-класс»), состоящий в изучении правил эксплуатации начавшегося поступать на оснащение ПСФ аварийно-спасательного инструмента, необходимого при работе в условиях техногенных аварий и катастроф, водолазного снаряжения, современных технологий промышленного альпинизма и применения спасательных средств на воде, оказания Первой помощи (медицинской) пострадавшим. Многие фирмы-производители, участвуют в выставке аварийно-спасательного инструмента, водолазного и альпинистского снаряжения и предоставляют свои изделия на их апробацию в ходе соревнований. Организуют показательное применение, обслуживание и ремонт этих изделий.

Итоги соревнований по служебно-прикладному виду спорта «многоборье спасателей МЧС России» позволяют участникам, в зависимости от результатов и уровня самих соревнований (местные, межрегиональные, Всероссийские, Чемпионат МЧС России, Международные) добиваться присвоения им спортивных разрядов и званий до мастера спорта России включительно.

Одним из важных факторов, влияющим на повышение эффективности выполнения ПСР различного характера является приобретение коллективного опыта каждым спасателем, в том числе и благодаря общению с коллегами-спасателями из других ПСФ, изучения применяемых ими на «глазах» технологических приемов.

После завершения всех мероприятий, проводящихся в ходе соревнований, команды разъезжаются по местам постоянной дислокации. Спортсмены и судьи вновь приступают к своим обязанностям спасателей. Активные и болеющие за свою профессию смогли и себя показать и посмотреть, как же другие справляются с теми же, иногда нелегкими задачами, которые им преподнесли постановщики дистанций, оценить свои

силы, знания, умение, накопленные навыки и сделать соответствующие выводы о высоте своих же достижений в сложной профессии СПАСАТЕЛЬ.

Опыт, приобретенный каждым членом команды, спортивным судьей становится опытом коллективным (для всего ПСФ), распространившись на других спасателей. Ведь каждое упражнение на этапах основных дистанций соревнований являет собой имитацию чрезвычайной ситуации, максимально приближенной к ситуации жизненной. И поэтому, каждый, прошедший эти упражнения, отработав в такой «учебной» ситуации применение технологических операций не растеряется и в реальных условиях, примет правильное решение, выполнит задачу и себя не погубит.

Пример: межрегиональные соревнования в Москве, в Ярославле, на Северном Кавказе, в Южном, Приволжском, Сибирском и Северо-Западном федеральных округах.

В свою очередь опыт организации и проведения соревнований сам по себе играет важную роль в профессиональной жизни поисково-спасательных формирований и в системе МЧС России в целом, в готовности каждого ПСФ действовать по назначению в условиях ЧС различного характера.

За 30 лет соревнований по «многоборью спасателей МЧС России» наработан немалый опыт постановки дистанций, судейства.

Очевиден рост профессиональной подготовки команд. Можно уверенно констатировать, что общий уровень профессионализма поисково-спасательных формирований заметно подрос.

Впервые результат достижения требований к мастеру спорта по «многоборью спасателей МЧС России» был достигнут одной командой (Дагестанская республиканская ПСС) в 2002 году. Последние Чемпионаты в 2017, 2019, 2021 г.г. показали, что, не смотря на постоянное усложнение технологических требований по прохождению дистанций, уровня мастера спорта России достигли соответственно 4,6,9 команд.

Формирования, содержащиеся за счет бюджетов субъектов Российской Федерации и муниципальных образований не только не отстают от «федералов», но и по праву занимают призовые места. Причем те команды, которые замотивированы на активное участие, на лучший результат и которые стремятся попасть в состав участников с каждым годом показывают лучшие результаты и в ходе поисково-спасательных работ.

Анализ проведения соревнований показал, что только во Всероссийских соревнованиях, Чемпионатах приняли участие 548 команд (более 4832 человек). Среди команд – 64 общественных от РОССОЮЗСПАС и Всероссийского студенческого корпуса спасателей, 34 иностранных. 98 содержащихся за счет средств местного бюджета. Кроме того, в постановке дистанций и судействе участвовали 2895 спасателей от различных ПСФ.

По результатам, показанных на соревнованиях 1-го статуса, за период 1998 - 2021 г.г. выполнили норматив мастера спорта России – 216

спортсменов-спасателей, кандидатов в мастера спорта – 449. На межрегиональных соревнованиях кандидатами в мастера спорта стали 326 спасателей.

Кроме того, 24 спасателям присвоена судейская спортивная квалификация – судья по многоборью спасателей всероссийской категории.

Соревнования являются серьезным позитивным раздражителем для всех поисково-спасательных формирований, не позволяющим успокаиваться на достигнутых показателях в создании учебно-материальной базы с внедрением различных тренажеров, умения работать применяя методики скоростной выносливости. Соревнования – хороший экзамен проверки профессионального мастерства, физической и психологической выносливости, катализатор методов и способов применения различных средств спасения при ведении поисково-спасательных работ, освоении новых технологий спасательного дела, позволяющий повышать эффективность подготовки спасателей и ПСФ к выполнению задач по назначению в условиях ЧС различного характера

Необходимо отметить, что пример проведения Соревнований по «многоборью спасателей МЧС России» послужил толчком для создания такого же вида спорта в Казахстане, в Монголии, в Таджикистане, в Киргизии, в Беларуси, в Азербайджане, в Польше.

Объединение спасателей через спорт – великая сила, движущая вперед новые спасательные технологии.

Вместе с тем, существует ряд проблемных вопросов в подготовке и проведении соревнований:

- слабая подготовка ряда команд, прибывающих на соревнования 2-го и 1-го статуса. Слабая личная подготовка спасателей, отсутствие слаженности в работе команды, в применении спасательных технологий, позволяет делать выводы об организации и ведении подготовки спасателей в конкретных ПСФ. Да, на соревнованиях не могут все команды занять призовые места. Но когда первые 6-10 команд показывают мастерские результаты, а последние 3-5 еле вытягивают на 3-й разряд – это говорит о многом. И о слабом желании совершенствовать свое профессиональное мастерство, и об организации подготовки спасателей и участии их в ПСР различного характера;

- громадную роль играет и умение создать достойные упражнения, этапы и в целом дистанции. Слабые дистанции, поставленные на соревнованиях 3-го и 2-го статусов самоуспокаивают спасателей, не позволяют им поработать и физически и технологически на «всю катушку», психологически деморализуют их. И плачевные результаты чемпионов межрегиональных соревнований на Чемпионатах МЧС России зачастую мы видим. Это проявляется и в ходе настоящих ПСР.

И в то же время заслуживает внимания ПРИМЕР подготовки спасателей в ПСС Удмуртской Республики, где Первенство среди

подразделений спасательных отрядов положено в основу аттестования спасателей каждого ПСО, определения их профессиональной готовности и уровня подготовки каждого спасателя. Аналогично такую же методику применяют и в Пожарно-спасательном центре г. Москвы и в Краснодарской краевой ПСС «КУБАНЬ-СПАС». В ряде ПСФ созданы учебно-материальные базы, учебные городки (Северо-Кавказский РПСО МЧС России, Северо-Западный РПСО МЧС России, Хабаровский ПСО МЧС России, Удмуртская ПСС Удмуртской Республики, МОСОБЛПОЖСПАС, г. Москва). Хочется отдать должное и Ставропольскому ПСО - филиалу Северо - Кавказского РПСО МЧС России. Команда СК РПСО МЧС России многократный победитель в соревнованиях по «многоборью спасателей МЧС России». В составе команды спасатели, которые 3-4-5 кратно добивавшиеся результатов мастеров спорта России;

- но, к сожалению, не все руководители Главных управлений МЧС России, да и ПСФ заинтересованы в развитии и реальном росте профессионального мастерства спасателей, используя методический опыт соревнований, постоянно ссылаясь на нехватку финансов, на загруженность личного состава текущими задачами и т.п. ...

- без широкого набора аварийно-спасательного инструмента, водолазного и альпинистского снаряжения невозможно поставить технически сложные этапы, упражнения. Тем более, что в ПСФ нет дополнительных технических средств – все что применяется в ходе реальных ПСР и в ходе подготовки спасателей, и в ходе соревнований – это боевые средства, поставляемые в ПСФ для выполнения задач по предназначению. Необходимость создание технического фонда, предназначенного для использования в ходе программного обучения спасателей, а также проведения учений и соревнований давно назревшая необходимость, в том числе и для обеспечения соревнований 1- го статуса;

- плохо поставлено дело и со своевременным оформлении спортивных разрядов и званий по результатам проведенных соревнований. Главными тормозами в этом является слабая настойчивость самих ПСФ, а также Главных управлений МЧС России. Такое же положение и с присвоением квалификации спортивных судей. А это влечет за собой нелегитимность проведения соревнований и их результатов.

Спасатели – это бойцы на фронте всегда неожиданно и разнообразно нападающих на людей ЧС, и только высоко и разносторонне подготовленные профессионалы, обладающие устойчивыми навыками борьбы с разными ЧС могут противопоставлять этим ЧС свое умение и побеждать в этой борьбе.

А как говорит С.К. Шойгу – «спасший хотя бы одну жизнь прожил свою жизнь не напрасно».

РЕЗОЛЮЦИЯ КОНФЕРЕНЦИИ

1. Актуализировать работу межведомственной рабочей группы по развитию прикладных видов спорта при Министерстве спорта Российской Федерации;
2. Содействовать развитию прикладных видов спорта на международном уровне, в том числе в Международном олимпийском комитете;
3. Считать целесообразным для развития служебно-прикладных и военно-прикладных видов спорта, включение пожарно-спасательного спорта во второй раздел Всероссийского реестра видов спорта — виды спорта развиваемые на общероссийском уровне (Приказ Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ от 17 июня 2010 г. N 606 "О признании и включении видов спорта, спортивных дисциплин во Всероссийский реестр видов спорта");
4. Обеспечить, через своевременную подготовку правовой и технической документации, плановое финансирование ведения хозяйственной деятельности на объектах спортивной инфраструктуры в том числе, и на новых территориях;
5. Создать единое цифровое пространство для оперативного сбора и обработки информации по уровню физического состояния и подготовленности сотрудников МЧС России;
6. Обеспечить развитие детско-юношеского и молодежного прикладного спорта, в том числе через интеграцию его в образовательный процесс общеобразовательных школ, колледжей, высших учебных заведений;
7. Продолжить международное сотрудничество с Российско-Сербским Гуманитарным центром в области физической подготовки и спорта МЧС России;
8. Организовывать проведение ежегодных семинаров спортивных судей из состава главных судейских коллегий по видам спорта, а так же входящих в состав судейских коллегий межрегиональных соревнований. Способствовать своевременному присвоению(подтверждению) судейских квалификаций;
9. Считать целесообразным создание при учебно-спасательных центрах, региональных поисково-спасательных формированиях фонд аварийно-спасательного, водолазного и другого снаряжения, применяемого для подготовки спасателей, обеспечения проводимых учений и соревнований;
10. Считать целесообразным разработку приказа МЧС России по организации тренировочного процесса личного состава МЧС России, входящего в состав сборных команд по видам спорта;
11. Считать целесообразным разработку единого приказа по организации физической подготовки в системе МЧС России;

12. Актуализировать методические материалы по вопросам психологической подготовки личного состава МЧС России к выполнению служебных обязанностей;

13. Считать важным аспект повышения психологической готовности личного состава МЧС России с целью эффективного выполнения служебных задач по своему предназначению;

14. Актуализировать мотивацию личного состава МЧС России к занятиям физической подготовкой и спортом;

15. Обеспечить развитие научно-методической, материально-технической, кадровой и правовой базы служебно-прикладных видов спорта: многоборья спасателей МЧС России, пожарно-спасательного спорта, многоборья кинологов;