

Ахтямова Р.Р.,
Студентка 3-го курса юридического факультета
Казанского института (филиала) федерального государственного
Бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«Всероссийского государственного университета юстиции
(РПА Минюста России)»

Научный руководитель: Ибрагимов И.Ф.,
кандидат биологических наук, доцент

**ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА
ЭМОЦИОНАЛЬНО - ВОЛЕВУЮ СФЕРУ БУДУЩИХ СОТРУДНИКОВ
ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ**

Аннотация: Данная статья позволяет вывить значимость влияния физической культуры и спорта на психологическую подготовку будущих сотрудников правоохранительных органов, в связи с тем, что данная работа связана с некоторыми психологическими нюансами. А именно со стабильным нахождением в агрессивной и криминально – направленной среде, с ненормированным рабочим графиком, с контактом с асоциальными элементами, с доступом к оружия и правом его использования, что не может не сказываться на психике человека.

Ключевые слова: правоохранительные органы; эмоционально – волевая сфера; физическая культура; спорт.

**THE INFLUENCE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ON THE
EMOTIONAL - VOLITIONAL SPHERE OF FUTURE LAW
ENFORCEMENT OFFICERS**

Description: This article allows us to deduce the significance of the influence of physical culture and sports on the psychological training of future law enforcement

officers, due to the fact that this work is connected with some psychological nuances, namely the presence of extreme situations in it. This is due to a stable presence in an aggressive and criminally directed environment, with irregular work schedules, contact with asocial elements, access to weapons and the right to use them, which cannot but affect the human psyche.

Keywords: *law enforcement agencies; emotionally - volitional sphere; physical education; sport.*

Введение

Нередко, исполнение своего профессионального долга, сотрудниками правоохранительных органов, связана с безмерными физическими и эмоциональными нагрузками, которые приводят к стрессовым состояниям. В свою очередь, это способствует повышению раздражительности, импульсивности, нарушению внимания и памяти, депрессии, возникновению чувства страха и тревоги, что сказывается не только на работоспособности сотрудника, но и на его здоровье.

Эмоционально - волевая устойчивость является одним из важнейших показателей психологической подготовки сотрудника к профессиональной деятельности. Поэтому выполнение служебных задач зависит не только от уровня профессиональной подготовки, но и эмоционально – волевой устойчивости и надежности.

Стоит отметить, что актуальность данного исследования обусловлена тем, что изучив и применив данную статью, выпускники юридических факультетов будут отвечать требованиям профессиональной подготовки, с точки зрения эмоционально – волевой сферы.

Целью работы является анализ значимости физической культуры и спорта для формирования и развития эмоционально – волевых качеств у будущих сотрудников правоохранительных органов.

Задачи работы заключаются в выявлении некоторых закономерностей и разработка методики по формированию и развитию эмоционально – волевой устойчивости, под влиянием физической культуры и спорта.

При написании статьи были использованы учебные пособия по психологии, методики воспитания эмоционально – волевых качеств и другие источники информации.

Основная часть

Служба в правоохранительных органах требует профессионального отбора и подготовки сотрудников. Из-за высокой эмоциональной напряженности, постоянной работы в трудной и напряженной обстановке, особое внимание при отборе кандидатов уделяется эмоционально – психологической устойчивости. Под ней понимается способность сохранять благоприятное для успешной работы психическое состояние, в сложных ситуациях. Она выражается в:

- отсутствию у сотрудника в сложной обстановке психологических реакций, которые снижают эффективность действий и приводят к неточностям и ошибкам;
- натренированности в безошибочном выполнении профессиональных действий в психологически сложных условиях;
- способности сохранять внимательность, проявлять настороженность и внимание к риску, опасности, неожиданностям;
- неподатливости к психологическому давлению со стороны лиц, пытающихся влиять на сотрудника;
- способность вести напряженную психологическую борьбу с лицами, противодействующими предупреждению, раскрытию и расследованию преступлений;
- способность владеть собой в психологически напряженных, конфликтных, провоцирующих ситуациях.

Изучением предпосылок формирования этих качеств личности занимались А.С. Макаренко, А.Г. Ковалев, Л.И. Божович и другие.

В ходе исследований данного вопроса ученые выяснили, что формирование таких качеств личности начинается уже в подростковом возрасте и продолжается в период прохождения профессиональной подготовки в высшем учебном заведении, в том числе во время занятий физической культурой и спортом, ведь суть этих занятий заключается в сознательном преодолении возникающих трудностей, которые содействуют формированию смелости, стойкости, выдержки. Эти качества позволяют адекватно воспринимать экстремальные ситуации и принимать быстрые и правильные решения.

Во время занятий физической культурой и спортом, четко определяются целевые установки, которые влияют на развитие целеустремленности, упорства, инициативности, формируется привычка к проявлению волевых усилий. Благодаря применению игровых методов обучения, а именно условия о наличии в ней жестких правил, развивают состязательность и взаимодействие игроков одновременно. Нередко, в ходе игр возникают конфликтные ситуации, решение которых закрепляет волевые качества личности. Кроме того, соперничество во время игр или соревнований, воспитывается такое важное качество для сотрудника правоохранительных органов как самообладание.

В процессе регулярного преодоления внутреннего нежелания, утомления при выполнении тренировок, особенно в непривычных и неблагоприятных условиях, развивается стойкость и настойчивость. Целеустремленность и решительность развиваются в процессе освоения новых техник и упражнений. Так или иначе, работая над собой, человек преодолевает страх, слабость воли, лень.

Во время занятий физическим спортом, человек учится использовать свои ресурсы для достижения целей, учится управлять своим эмоциональным состоянием, воспитывает такие качества как решительность, смелость, самообладание, самостоятельность.

Для формирования эмоционально – волевой устойчивости студентам, желающим работать в правоохранительных органах, следует:

1. Уметь преодолевать препятствия и трудности при выполнении физических упражнений, благодаря которым формируются основные эмоционально – волевые качества;
2. Научиться самообладанию, например, во время соревнований или командных игр, то есть умению управлять своими эмоциями даже в самых трудных ситуациях;
3. Воспитать у себя такие качества как решительность, смелость, целеустремленность, самостоятельность, инициативность, настойчивость, сосредоточенность;
4. Рационально использовать собственные ресурсы для достижения поставленных целей.

Для того чтобы тренировочная работа содействовала успешному формированию и развитию данных качеств, предлагается следовать следующей методике.

Тренеру – преподавателю необходимо обладать методом убеждения, то есть способностью оказать словом поддержку, повысить мотивацию воспитанника или непосредственно оказать ему помощь. Приведем пример, во время обучения отжиманиям, подталкивание в спину дает возможность заставить поверить нерешительного воспитанника в то, что ему это под силу. Важную роль здесь играет и требовательность тренера, которую он в процессе тренировок не должен снижать.

Следующий метод, который должен применяться в воспитательной работе – метод принуждения. Данный метод заключается в применении различных мер наказаний. Это могут быть замечания, порицания со стороны команды, отстранение от тренировочного процесса и другие.

Нельзя забывать и о мерах поощрения, слова тренера - преподавателя глубоко воспринимаются воспитанником и способны подталкивать к дальнейшей работе. Однако не стоит хвалить сверх меры, ведь в таком случае воспитанник может расслабиться.

Имеет место быть и метод постепенно повышающейся нагрузки. Это необходимо для того, чтобы человек научился преодолевать еще большие трудности, чем те, что он способен преодолеть без особых усилий.

Как уже отмечалось ранее, соревновательный метод способствует тому, что во время соревнований воспитывается такое важное качество как самообладание. Важным в тренировочном процессе является и метод многократных повторений, который способствует формированию навыка.

Данная методика позволяет сформировать эмоционально – волевые качества студентов, содействуют осуществлению воспитательного процесса в условиях профессиональной подготовки студентов.

Заключение

Таким образом, можно еще раз подчеркнуть, что занятия физической культурой и спортом, влияют не только на физическое здоровье человека, но и на формирование его эмоционально – волевой сферы, что особенно важно для сотрудников правоохранительных органов.

Именно выработка установки на преодоление трудностей во время занятий физической культурой и спортом, с помощью предложенной методики, позволяют тренировать собственную волю, самообладание, способность реализовывать личностные позиции, не поддаваться действиям и убеждениям третьих лиц. Степень развития всех этих качеств личности, определяет уровень его волевого развития в целом. Высокий уровень развития данных качеств, свидетельствует о психологической готовности студента к работе в правоохранительных органах.

Библиографический список

1. Багадирова С.К. Материалы к курсу «Спортивная психология»: учебное пособие / С.К. Багадирова. – Майкоп: Изд-во «Магарин О. Г.», 2014. – 243 с.
2. Броев, А. Х. Особенности физической подготовки сотрудников полиции в рамках первоначального обучения / А. Х. Броев // Успехи соврем. науки. — 2016. — Т. 1. — № 9. — С. 30-32.

3. Гарипова А.З., Гущина Л.Е. Влияние физической культуры и спорта на формирование личности студента // Психология, социология и педагогика. 2017. № 5 [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://psychology.snauka.ru/2017/05/8124> (Дата обращения 17.11.2019)
4. Кушнарёва, Д.В. К вопросу физической подготовки женщин-сотрудников правоохранительных органов / Д.В. Кушнарёва // Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов, слушателей и студентов. — Орёл, 2016. — С. 184-186.
5. Методы воспитания морально-волевых качеств юных спортсменов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://lektsii.org/14-22744.html> (Дата обращения 17.11.2019)
6. Смолянинова, Е.С. Пути совершенствования физической подготовки сотрудников правоохранительных органов: совершенствование физической, огневой и тактико-специальной подготовки сотрудников правоохранительных органов / Е. С. Смолянинова // Физическая подготовка и спорт. — Орёл, 2015. — С. 225-227.
7. Шохин, В.Е. Физическая культура в органах внутренних дел / В.Е. Шохин // APRI-ORI. Сер.: Гуманитар. науки. — 2016. — № 4. — С. 1.