

КРОССФИТ КАК ФАКТОР ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ КУРСАНТОК МВД АКАДЕМИИ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН

Мирзакулов Акром Гафуржанович

*Старший преподаватель кафедры Боевой и физической
подготовки, МВД Академии Республики Узбекистан*

e-mail: akrom.mir1988@gmail.com

Аннотация: В статье рассматриваются основные направления физической подготовки учащихся курсантов МВД Академии Республики Узбекистан.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка, кроссфит, прикладные умения и навыки, психофизические качества.

Актуальность исследования заключается в современных тенденциях педагогики физической подготовки, пониженном уровне физической и функциональной подготовленности современной молодежи. Гипотеза исследования заключается в том, что на основе анализа публикаций в данном направлении предполагается, что введение дополнительных занятий физической подготовкой курсантов, построение учебного процесса с учетом современных тенденций педагогики позволит повысить эффективность учебного процесса по физической подготовке учащихся МВД Академии Республики Узбекистан.

На основе анализа литературных источников выявлена недостаточность исследованности построения учебного процесса по физической подготовке в Академии МВД Республики Узбекистан. Отсюда вытекает и цель исследования, которая состоит в совершенствовании учебного процесса по физической подготовке курсантов.

Физическое воспитание всегда рассматривалось как средство подготовки человека к трудовой деятельности и социализации.

Цель ППФП – психофизическая готовность к успешной профессиональной деятельности. Конкретные задачи ППФП определяются особенностями будущей профессиональной деятельности и состоят в том, чтобы:

- сформировать необходимый минимум прикладных знаний;
- осваивать прикладные умения и навыки;
- воспитывать прикладные психофизические качества;
- воспитывать прикладные специальные качества.

При решении конкретных задач профориентации курсантов МВД Академии Республики Узбекистан следует всегда помнить, что такая подготовка осуществляется в тесной связи с физической культурой.

Физическая культура - это учебная дисциплина, которая включена в систему образования – воспитания подрастающих поколений в качестве одной из основных школьных дисциплин. Она является обязательным учебным предметом МВД Академии Республики Узбекистан и других учебно-воспитательных учреждений и направлена на то, чтобы заложить основы общего физического воспитания, обеспечить разностороннее развитие физических и непосредственно связанных с ними способностей, оптимизировать состояние здоровья.

Кроссфит должна опираться на хорошую общефизическую подготовку курсантов. Соотношение общей физической и профессионально-прикладной подготовки может изменяться в зависимости от выбора профессиональной деятельности.

Для представителей интеллектуального труда хорошей общей физической подготовки достаточно, чтобы иметь психофизическую готовность к будущей профессии. В других случаях (подготовка сотрудников МВД), общая физическая подготовка не может обеспечить необходимого уровня психофизической готовности к профессиональному труду.

Подводя итог статье, следует отметить, что ориентация именно на самостоятельные формы связана с целым рядом факторов, позволяющих с наименьшими материальными затратами и без значительного обострения проблемы кадрового обеспечения наиболее эффективно решать многие важные задачи физического воспитания. Это становится реальным как благодаря более значительным, чем в любых других формах, возможностям для удовлетворения личных интересов и склонностей, так и учету индивидуальных особенностей и резервов собственного организма. Успешная реализация представленного материала невозможна без должного уровня сформированности ценностно-мотивационной сферы, без создания базы знаний и умений методически грамотно, с учетом своих индивидуальных кондиций, строить самостоятельные занятия.

Литература:

1. Komkov A.G., Kirillov E.G. Improving physical training school. - St. Petersburg: FGU "St. Petersburg Research Institute of Physical Culture", 2012
2. Рачкова Т.А. Довузовская подготовка школьников по физической культуре и спорту: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Хабаровск, 2011.
3. Мирзакулов А.Г. "Функционал кўпкураш-кроссфит" Учебное пособие. Ташкент 2024 год. 150 стр.