



**МИНИСТЕРСТВО ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ОРЛОВСКИЙ ЮРИДИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ  
МИНИСТЕРСТВА ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ИМЕНИ В.В. ЛУКЬЯНОВА»

302027, Орел, Игнатова, 2; тел./факс (4862) 41-48-56

Научная работа на конкурс

по теме:

**ИСТОРИКО-ЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ И СОВРЕМЕННАЯ  
ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ ПРИКЛАДНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ**

девиз:

**«Готов к труду и обороне»**

Автор: Стефанкин Константин Александрович,  
курсант 201 группы 2 курса факультета  
подготовки следователей

Научный руководитель: Баркалов Сергей Николаевич,  
начальник кафедры физической  
подготовки и спорта, к.п.н., доцент

Орел  
ОрЮИ МВД России имени В.В. Лукьянова  
2015

## Содержание

Введение .....	3
1. Истоки физической культуры и роль прикладности в ее становлении .....	5
2. Ретроспектива взглядов и фактов о прикладной значимости физической культуры .....	12
3. Роль прикладности в развитии отечественной системы физического воспитания населения и физической подготовки сотрудников правоохранительных органов .....	18
4. Современные представления о прикладной значимости физической культуры .....	27
5. Прикладность в современной системе физической подготовки сотрудников органов внутренних дел .....	34
Заключение .....	42
Список литературы .....	44

## Введение

Прикладность физической культуры, реальные возможности содействовать различным сферам жизни человека уже на первый взгляд представляются как изначальный и неперенный атрибут физической культуры, как неотъемлемое, необходимое и существенное свойство. При этом В.П. Полянский отмечает, что понятие «прикладность» в самом общем смысле – это свойство чего-либо быть прикладным, практически пригодным и полезным в качестве приложения к чему-то основному, дополнять его и/или воздействовать на него в определенном направлении [36, 50].

Актуальность обращения к проблеме прикладности физической культуры была обусловлена появлением в теории тенденций принижения и даже отрицания прикладной роли физической культуры в обществе и для каждого индивида. В такой ситуации, когда идеи демократизации и обращения к культурным и личностным началам в физкультурно-образовательной сфере, противопоставляются прикладным ценностям физической культуры, может возникнуть опасность пренебрежения многократно подтвержденным наукой и практикой опытом прикладного использования колоссального потенциала возможностей, которыми обладает физическая культура в отношении содействия жизнедеятельности человека.

Известно, что исторический метод исследования, рекомендованный еще Р. Декартом – как дедуктивный подход [16], обоснованный затем Ф. Энгельсом – как индуктивный подход, прочно утвердил себя как метод познания процесса развития различных природных, социальных и культурных явлений [55].

В отечественной науке исторический (историко-логический) метод нашел широкое применение при исследовании изменяющихся и развивающихся объектов и получил дальнейшую разработку, как теоретиче-

скую, в работах философов (Б.А. Грушин, В.И. Столяров и др.), так и практическую в специальных науках, в том числе в науках о физической культуре и спорте (А.Д. Бутовский, Г.А. Дюперрон, Н.И. Пономарев, Г.Г. Наталов и др.) [9, 15, 19, 39, 51, 55, 56].

В нашем исследовании историко-логический анализ призван выявить ретроспективные особенности проявления прикладности, ее сущности и роли в развитии физической культуры как социо-культурного явления. Зная суть и тенденции в развитии проблемы прикладности физической культуры, их зависимости от характера изменений исторической ситуации, можно в какой-то мере наметить адекватные пути теоретико-методического совершенствования прикладной физической культуры в современном изменяющемся обществе.

## **1. Истоки физической культуры и роль прикладности в ее становлении**

В.П. Полянский отмечает, что в работах, посвященных исследованию происхождения физической культуры, в одних случаях рассматривались физические упражнения, в других это были: физическое образование или физическое воспитание, спорт, игра как двигательное действие, физическая культура в целом. Указанные различия по большей части связаны с неоднозначностью подходов к тому, что считать за начало возникновения физической культуры: тот момент, когда первочеловек совершал предметные действия без видимой утилитарной потребности, или момент, когда человек впервые осознал возможности и необходимость тренировки; или когда появились первые формы социальной организации двигательных действий в виде празднеств; или же, когда физические упражнения стали целенаправленно использовать в коллективных воспитательных целях в интересах сообщества [50]. Для нашего исследования указанные различия существенной роли не играют, поскольку все из вышперечисленных явлений относятся к сфере физической культуры, представляют ее элементы, появление которых знаменует моменты развития. Дифференциация периода возникновения и первоначального становления физической культуры позволит уточнить динамику появления причин развития физической культуры и характер изменения ее функций в зависимости от изменяющихся условий существования, выявить при этом роль прикладности в качестве детерминант развития.

Несмотря на то, что многие современные исследователи отмечают многогранность процесса возникновения физической культуры, комплексность ее взаимодействия с другими явлениями культуры уже на первой фазе своего развития, среди ее истоков традиционно выделяют: труд, защиту от врагов, игру, магию, биологические потребности, искусство.

Связь с первобытным трудом, значение трудовых начал в процессе первоначального возникновения физической культуры в большей степени выражено в работах исследователей, придерживающихся материалистических взглядов на историю. Наиболее основательно первоначальное взаимодействие физической культуры и труда рассматривал Н.И. Пономарев. Его диссертация и одноименная монография «Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания» является на сегодня, пожалуй, основной работой этого плана. В ней отражено практически большинство точек зрения, существовавших по этому поводу. Автор заключает: «...Возникновение физических упражнений и физического воспитания обусловлено взаимодействием объективных и субъективных факторов. Под первыми понимаются характер и уровень производства (охоты) и вызванные им потребности общества, под вторым - сознание человека...». Практика регулярного использования орудий постепенно подводит к созданию причинной зависимости успеха производственной деятельности от предварительной подготовки с помощью некоторых движений, сходных по характеру с трудовыми. Эти движения «отрываются» от своей предметной, трудовой первоосновы, превращаются в обобщенные и в отвлеченные. Отличие физических упражнений от труда выражается в том, что они не служат обобществленному производству непосредственно, но готовят к нему, позволяют лучше формировать необходимые навыки, качества и умения. Физические упражнения от непосредственного трудового акта отделены некой временной и пространственной гранью, они совершаются вне реально существующего объекта труда, но в связи с ним. Более позднее разделение развивающегося физического воспитания на утилитарное и собственно игровое отражает, по мнению автора, уже более высокий уровень общественного бытия и сознания [51].

Аналогичные взгляды высказывались представителями советской школы и раньше, но они чаще всего носили декларативный характер. Так, А.А. Чалов-Шиман, отдавая пальму первенства в возникновении задатков

физической культуры «играм и пляскам», тем не менее высказывает мысль о том, что элементы физической культуры возникают из трудовых процессов с развитием и усовершенствованием техники. Далее он так представляет итоговое практическое предназначение «игр и плясок»: «...Военные танцы или пляски, сопровождающиеся песней, хлопанием в ладоши, ужаснейшими гримасами и угрозами, употреблением примитивных инструментов – представляют воспроизведение действительной жизни, того или иного события. Они являлись теми упражнениями, которые готовили их к каким-либо действиям как-то: охоте, рыбной ловле, войне и пр. ...» [62]. А.В. Грачев и М.С. Коган утверждают, что зарождение физической культуры у древних народов, обитавших на территории бывшего СССР, было тесно связано с развитием различных форм трудовой деятельности и, прежде всего, звероловства [14]. По мнению М.Д. Орбинского, физические упражнения являются производными от труда, они служат одним из средств подготовки к нему. Он замечает, что элементы физического воспитания уже заложены в способы освоения и осознания действительности, составляющие объективное содержание двигательной деятельности, порожденной трудовой деятельностью первобытного человека [45].

Кстати сказать, трудовые мотивы в вопросах возникновения физической культуры присутствуют не только у историков советской школы. Западные авторы также анализируют особенности первоначальной взаимосвязи труда и физической культуры [31].

Фактическим материалом, на которые ссылаются историки при подтверждении роли труда в происхождении физической культуры, часто являются археологические и этнографические находки скульптурных и наскальных изображений животных со следами «тренировок» ударов копьями, дротиками, стрелами и т.п.

Идея игры как начала истории физической культуры существует как самостоятельная, но чаще она связана с идеями инстинктивной биологической потребности в движениях - избыточной энергии и/или магического

культово-обрядового начала. О первоначальной игровой роли физических упражнений упоминает А.А. Чалов-Шиман [62]. Он считает, что в «ужасной борьбе за существование» у человека развиваются физические и психические качества, разнообразные и разносторонние движения, которые «не есть виды физической культуры, а лишь необходимые трудовые процессы...». Тем не менее, полагает автор, в том, отдаленном от нас тысячами периода истории, находятся корни и зачатки физической культуры, состоящей из «игр и плясок». Социальные формы организации физической культуры связаны с появлением досуга, когда первобытное общество только-только начало создавать прибавочный продукт. В свободные минуты отдыха, когда все потребности человека удовлетворены, начинал проявлять себя избыток излишней энергии, появлялось стремление к различного рода движениям. Игры и танцы являются древнейшими видами физической культуры. О том, что игры «заложены далеко в животном происхождении», по мнению А.А. Чалова-Шимана говорит тот факт, что все высшие животные, когда они сыты и здоровы, проводят время в играх [62]. Роль игры как основного элемента зарождавшейся первобытной физической культуры отмечает Н.П. Новоселов с соавт., основное предназначение которой они все же видят в подготовке людей к жизни, к труду. Авторы пишут, что уже в период возникновения материнского рода трудовая деятельность стала отражаться в игровом действии, движении. Некоторые игры в этот момент начинают использоваться всеми возрастными группами первобытно-общинной организации в качестве средств трудового воспитания. Игры одновременно служили и средством трудового воспитания и средством первобытного физического воспитания, существовавшего слитно с трудовым. Состязательные игры выражали сущность первобытной физической культуры. Авторы отмечают на начальных ступенях развития физических упражнений их игровые формы наряду с «жизненными», культовыми и танцами [43]. Чисто игровую биологическую роль спортивных игр выделяет западные историки, подчеркивая, что первопричина их появ-



ления - суть животного стремления к движению. Духовным принципом возникновения спорта, по их мнению, является потребность человека отдать самому себе отчет о своей игре, объяснить причину ее существования и удовлетворить эту потребность. Они говорят о первичном предназначении физического воспитания и спорта для удовлетворения унаследованного от животных инстинктивного стремления человека к игре, к расходованию избыточных сил [31].

Возникновение физических упражнений как осознанного способа удовлетворения инстинктивных биологических потребностей в движении, в ликвидации «излишней энергии» отражено в упомянутых выше работах А.А. Чалова-Шимана и других авторов. В подтверждений своих доводов о роли игровых и инстинктивных биологических начал в возникновении физической культуры они приводят тезис о том, что все высшие животные удовлетворяют свои естественные потребности с помощью игр. Ссылаются они и на существующие археологические находки – наскальные изображения подвижных, соревновательных и подражательных игр первобытного человека [19, 32, 43, 46, 51, 62].

Магическая культово-обрядовая функция изначального использования физических упражнений тоже отражена у многих исследователей, освещающих проблему возникновения физической культуры. Главная задача воспитания родового, кастового, государственного, как об этом писал еще А.Д. Бутовский, состояла в посвящении детей в обрядовую сторону той среды, к которой они принадлежали. Физическое воспитание было в такой же степени подчинено принципу обрядности, как и духовное. Тут была своя неподвижная родовая, кастовая или государственная «гигиена», свои понятия о физических достоинствах человека, свои приемы различных телесных искусств. Принципом такого воспитания была выработка навыка, который достигался бесконечным повторением и беспощадной дисциплиной [9]. Весьма рельефно культово-обрядная функция как причина возникновения физической культуры отражена в работе Ф.И. Самоуко-

ва, когда он говорит, что первобытный человек усматривал во всем, что приносило ему непосредственную пользу, вмешательство высших сил. Физические упражнения и спорт он рассматривал, как средство вступить с ними в связь и воздействовать на них. То есть физические упражнения и спорт по своему происхождению имели культовый характер, были символом жизни, глубоко связанными с теми часами, во время которых первобытный человек общался с высшими силами [53].

Развивая идею отображения магических ритуально-обрядовых действий в художественных произведениях первобытного человека (в танцах и наскальных росписях) Н.П. Новоселов с соавт. приходят к мысли об изначальном взаимодействии физической культуры и искусства, которое доставляло людям удовлетворение и радость наглядной выразительностью сцен охоты и охотничьих состязаний, передачей ритма трудовых движений, симметрией расположения линий и фигур, соответствием расположения природы и быта, цветовой гаммой этих изображений. В первобытном искусстве человек отражал все то, что уже было освоено им в суровой борьбе с природой. В итоге делается вывод, что «...закрепляя в живых образах искусства свой трудовой жизненный опыт и практику физической и волевой подготовки, первобытный человек усугублял и расширял свое эмоциональное восприятие действительности, разносторонне прознавая ее, обогащая свои мысли и чувства, свой духовный мир...». Авторы предупреждают, что если не раскрывать роль искусства в развитии первобытного физического воспитания, то возникает опасность свести сущность последнего к ограниченному практицизму, дрессировке, натаскиванию в предстоящей трудовой и оборонной деятельности человека первобытно-общинного строя [43].

Подтверждением изначальной связи физических упражнений и магических ритуальных действий служат археологические находки в Месопотамии, в Сирии, на Кипре и в других местах. Так, при раскопках у подножия Тавра, относящихся к 6-му тысячелетию до н.э., рядом с культовыми

ми принадлежностями, статуями богов, черепами животных, были обнаружены наскальные рисунки ритуальных обрядов – танцев, празднеств. На них изображены охотники, которые исполняют различные двигательные действия: прыжки, танцы, движения с оружием [32].

Подытоживая этот обзор, можно прийти к заключению, что все отмеченные точки зрения на причины возникновения физической культуры как социального явления имеют под собой некоторые реальные основания. Однако в ряде из них одна из причин генезиса физической культуры неправомерно выдается за главную и даже единственную. Сегодня становится ясно, что здесь имеет место целый комплекс причин. В тоже время, если следовать диалектико-материалистической методологии, то ведущей причиной становления физической культуры следует признать ее прикладность, объективную необходимость подготовки подрастающих и взрослых поколений к жизненной практике, главными формами которой, во многом определяющими сам факт жизни человека как социально-биологического создания, были и остаются трудовая и оборонная деятельность.

## 2. Ретроспектива взглядов и фактов о прикладной значимости физической культуры

Значимость прикладных возможностей физической культуры рассматривалась еще на рубеже 19-20 вв. такими учеными, как П.Ф. Лесгафт, А.Д. Бутовский и др., когда они указывали на изначальную взаимосвязь физической культуры с различными сторонами жизни человека, и, прежде всего, с трудовой и военной деятельностью [9, 33].

Прикладно-трудовая функция физической культуры, обнаружена многими историками уже в момент ее возникновения. При этом они ссылаются на археологические находки скульптурных и наскальных изображений животных с характерными следами на них от ударов копьями, стрелами и т.п., что указывает на использование первобытными людьми специальных тренировочных упражнений для подготовки к охоте – тогда главной форме труда [32, 46, 51].

Сначала игры и физические упражнения целиком воспроизводили элементарные трудовые движения, затем они начали выделяться в самостоятельные виды человеческой деятельности и движения в них стали отражаться уже в условном, творчески обогащенном виде [50, 61].

В процессе развития общества с изменением образа жизни людей менялся и прикладной характер физической культуры, что проявлялось в использовании иных, ранее не встречавшихся, видов физических упражнений. У народов, занимавшихся животноводством, отпала необходимость в преследовании диких животных, поэтому потеряли свою жизненную важность бег, прыжки, метания. На передний план у них выдвинулись верховая езда, владение арканом, кнутом, борьба; у земледельцев – поднятие и переноска тяжестей, метание камней, борьба; у охотников – стрельба из различных видов оружия, владение ножом, копьем и т.п. [32].

С развитием ремесленного и фабричного производства население еще большее внимание стало уделять физическому воспитанию, при этом

использовались упражнения, помогающие осваивать сложные ремесла и отдыхать после напряженной работы. Часто упражнения носили соревновательно-праздничную форму. Здесь все чаще говорится об оздоровительном значении физической культуры. Прimitивные механизмы и тяжелые условия производства того времени обуславливали однообразность и монотонность операций, вынужденное длительное поддержание рабочей позы и другие факторы, составляющие профессиональные вредности. Продолжительная работа в таких условиях нередко приводила к профессиональным заболеваниям и травмам. Необходимость сохранить здоровье заставляла людей изыскивать средства для облегчения и оздоровления своего труда. Думали об этом и владельцы предприятий, поскольку недовольство рабочих условиями труда часто приводило к бунтам. К тому же было замечено, что условия труда в существенной степени влияют на его производительность [31, 32, 53, 54].

В связи с ускорением темпов промышленного производства аспекты прикладно-трудового физического воспитания получают толчок к дальнейшему развитию. В появляющихся системах физического воспитания, просматривается стремление использовать физические упражнения для отдыха в учебных и трудовых занятиях, для воспитания необходимых в труде и учебе качеств и способностей.

Так, в своем исследовании В.П. Полянский [50] пишет, что Иоганн Бергард Базедов и его последователи выработали основы школьной гимнастики. Используемые упражнения они разделили на три группы: игры, практические упражнения для развития сноровки рук, собственно физические упражнения. В качестве упражнений для развития сноровки рук использовались элементы ручного труда из престижных для того времени профессий столяра, токаря, садовника и переплетчика. Отмечалось, что заниматься ручным трудом надо не для того чтобы обучать труду, а для того чтобы воспитывать трудом, развивать с его помощью школьников. К играм и физическим упражнениям предъявлялись такие требования, чтобы они

способствовали закалке организма, развитию силы и стойкости, выработке таких качеств, в результате которых человек был готов к решению задач, выдвигаемых жизнью. Подобных взглядов придерживались и другие педагоги того времени. Иоганн Генрих Песталоцци физическое воспитание тесным образом связывал с учебно-трудовой и бытовой деятельностью учащихся. В состав его гимнастических комплексов вошли элементы движений, применяемых в процессе производительного труда. В тоже время он говорит, что цель гимнастики заключается не в обучении конкретным движениям трудовой деятельности, а в обучении умению пользоваться движениями в различных жизненных условиях. Тесную взаимосвязь физического воспитания молодежи с трудовой деятельностью подчеркивал и К. Маркс. Он считал, что воспитание в будущем должно соединить в себе производительный труд с обучением и гимнастикой, причем это должно быть не только методом повышения общественного производства, но и единственным методом создания всесторонне развитых людей [50].

Прикладно-трудовая функция физической культуры находит свое отражение и в немецкой «турнен», шведской, французской гимнастических системах. Их основатели и последователи (Фридрих Ян, Адольф Шписс, Матиас Рот, Пьер Линг, Франциско Аморос, Жорж Демени и др.) обращают внимание на возможность с помощью гимнастики снизить смертность, профессиональную заболеваемость, повысить работоспособность и снять с государства тем самым часть расходов на содержание предприятий. Конечную цель физических упражнений они видят в том, чтобы увеличить способность каждого к труду, научить утилизировать приобретенный запас энергии и сохранять его для своего блага и для блага других [32].

Рассматривая прикладное значение физической культуры в процессе жизнедеятельности человека, необходимо, помимо трудовой, сказать и о военной ее составляющей.

С переходом к оседлому образу жизни и возникновением борьбы за территорию военно-прикладная роль физической культуры приобрела все большую значимость как сравнительно с другими функциями физической культуры, так и в целом для общества, играя порой решающую роль в его жизнеспособности.

Исследователи отмечают, что для того периода истории ключевой задачей физической культуры стала подготовка человека, способного к завоеваниям и защите власти. В церемониях посвящения молодежи в воины стали появляться трудные военно-физические испытания, требовавшие обязательной предварительной подготовки, за которую отвечали специально назначенные лица – прообраз первых тренеров. Конечно, усиление военно-прикладной функции физического воспитания было характерно для господствующих классов. Однако появление систем самообороны без оружия, истоки возникновения которых историки видят в запрете на ношение оружия для простого народа, говорит о том, что и бедные слои населения занимались военно-прикладными физическими упражнениями. Ремесленники должны были участвовать в защите своих городов от нападения. Массовыми занятиями горожан становится стрельба и фехтование. Такая тенденция была характерна и для деревни. Феодалы и крестьяне всегда должны были быть готовыми к боевым действиям, поскольку междоусобные войны носили в то время регулярный характер. Основу их подготовки составляли военно-физические упражнения [31, 32, 53, 54].

Процесс создания национальных гимнастических систем (немецкой «турнен», шведской, французской, а позднее славянского «Сокола») также было связано с военно-прикладной функцией физической культуры: государства стремились укрепить свои армии. Гимнастика позволяла более целенаправленно формировать необходимые для ведения военных действий качества и способности. К тому же армии стали массовыми и подготовка к службе в них также стала носить массовый характер. Успех в войне мог быть возможным только при наличии большого по численности войска. В

то же время отрывать от производственного процесса такое количество населения на долгое время было нельзя. Национальные гимнастические системы позволяли вести предварительную военно-физическую подготовку, не отрывая население от его трудовых обязанностей. Они состояли из большого количества целенаправленно подобранных военно-прикладных упражнений, таких как бег по пересеченной местности, прыжки через препятствия с оружием и без него, поднятие и переноска груза, плавание и ныряние в одежде и с оружием, лазанье и перелезание через различные искусственные и естественные препятствия с помощью шестов, лестниц, канатов, борьба, метания, стрельба, фехтование и т.п. [29, 32, 53, 54].

В России почти вся история становления физического воспитания неразрывно связана с ее военно-прикладной функцией. Впервые государственный подход к использованию военно-прикладных возможностей физической культуры прослеживается с эпохи Петра I. Вначале это были военные игры – потехи, в которых солдаты совершенствовали свою боевую выучку. Затем физическая подготовка была представлена в качестве обязательного предмета во многих учебных заведениях [14, 22, 29, 43].

Военные успехи выдающихся русских полководцев и флотоводцев А.В. Суворова, Ф.Ф. Ушакова, П.С. Нахимова, М.И. Драгомирова и других во многом определялись их внимательным отношением к физической подготовке солдат, матросов и офицеров. А.В. Суворов готовил их к тому, что встречается в реальном бою, воспитывал у них быстроту, глазомер, храбрость, решительность и натиск, широко практиковал обучение приемам рукопашного и штыкового боя. П.С. Нахимов обучение и воспитание проводил в длительных плаваниях, в обстановке, максимально приближенной к боевой. Ежедневно проводились артиллерийские и парусные учения, тренировка в гребле и под парусом на шлюпках, плавании и фехтовании. М.И. Драгомиров основную задачу физической подготовки войск видел в воспитании у солдат выносливости и ловкости – качеств, необходимых для умелых действий на поле боя. Также физические упражнения использова-



лись им для воспитания важных для воина психических качеств: хладнокровия, смелости и решительности [14, 22, 23, 43].

Анализ приведенных и оставшихся за пределами данного краткого обзора исторических событий и фактов позволяет сделать вывод о том, что человечество на протяжении всего периода своего развития использовало прикладные возможности физической культуры для подготовки к различным сторонам жизнедеятельности и, в первую очередь, к труду и военному делу.

### **3. Роль прикладности в развитии отечественной системы физического воспитания населения и физической подготовки сотрудников правоохранительных органов**

Возникновение физического воспитания как социального института и основного канала приобщения человека к физической культуре истории, как было показано ранее, связывают с подготовкой человека к своему труду и защите места проживания. С прикладной функцией физической культуры непосредственно связано появление и развитие различных национальных систем физического воспитания, в том числе и в России.

Известно, что основоположник системы физического воспитания в России П.Ф. Лесгафт (рожд. 1837-1909 гг.) начал свою педагогическую физкультурную деятельность по заказу военного ведомства. Разработанная им система физического образования изначально была применена для подготовки офицеров царской армии. Более широкое внедрение целенаправленной физической подготовки также началось в армии. Причиной тому послужили неудачи России в Крымской войне 1853-1856 гг., а после поражения России в Русско-Японской войне 1904-1905 гг., было решено включить физическое воспитание в школьную программу [5, 6, 29, 50].

Пришедшее к власти после Октябрьской революции Советское правительство сразу же обратило внимание на прикладные возможности физической культуры. К началу организационного оформления прикладной физической культуры в нашей стране можно отнести появление в 20-х годах XX века таких форм, как физическая подготовка в рамках ВСЕВОБУЧа (военно-спортивные клубы) и пролеткультовская «трудовая гимнастика» [5, 6, 18, 22, 50].

В годы Гражданской войны защитить завоевания Советской власти помогло активное привлечение граждан к всеобщему воинскому обучению (ВСЕВОБУЧ). Военное обучение, основу которого составляла военно-прикладная физическая подготовка, проходили все граждане в возрасте от 16 до 40 лет. Как отмечает Г.С. Дементр, в течение года на пунктах ВСЕ-

В ОБУЧА занималось более 1,5 млн. человек. Деятельность ВСЕВОБУЧА выходила далеко за рамки использования физической культуры для подготовки физически крепких, смелых и ловких защитников Родины. Это была организация, на которую Советское правительство возложило общее руководство физкультурной работой в стране. ВСЕВОБУЧ был тесно связан с внедрением физического воспитания в новую систему народного образования и созданием «пролетарского» спорта. В мае 1919 г. в Москве на Красной площади состоялся парад ВСЕВОБУЧА, который открыл эпоху физкультурных парадов, ставших мощным пропагандистским фактором [18].

Значительную роль ВСЕВОБУЧ сыграл и в годы Великой Отечественной войны. Еще в предвоенные годы (1937-1941) в стране была широко развернута компания по так называемой «военизации» физического воспитания. В эти и в послевоенные (1945-1946) годы в журнале «Теория и практика физической культуры» многие публикации носили ярко выраженный военно-прикладной характер. Особенно характерным в этом отношении был 1940 год, когда из 209 опубликованных в журнале статей, 56 или 26,8% имели военно-прикладную направленность. Была организована подготовка резервистов, обучение их передвижению на лыжах, приемам рукопашного боя, стрельбе, гранатометанию, плаванию и водным переправам. В передовой статье журнала «Теория и практика физической культуры» в 1945 году сообщалось, что за годы войны лыжную подготовку прошли 4 млн. 300 тысяч человек, рукопашному бою было обучено 1 млн. 664 тысячи человек, плаванию и водным переправам 862 тысячи человек. Многие исследователи, в том числе иностранные, отмечают как весьма существенную роль сложившейся в стране системы физического воспитания в Победе в этой войне. Воины-спортсмены в годы Великой Отечественной войны своими боевыми действиями подтвердили военно-прикладную значимость физической культуры и спорта. Тысячи спортсменов сражались с врагом на фронтах, в партизанских отрядах, в частях осо-

бого назначения. Они проявили отличную боевую выучку, физическую подготовленность, закалку и энергию. Многие из них награждены орденами и медалями. Во время войны физическая культура нашла широкое применение в деле лечения и восстановления боеспособности раненных солдат и офицеров. Многие специалисты по физической культуре и спорту, особенно девушки провели в госпиталях значительную лечебно-физкультурную работу, которая способствовала более эффективному лечению и восстановлению бойцов и командиров [5, 6, 50].

Естественно, что если в годы войны физическая культура носила по большей части военно-прикладной характер, то в послевоенные годы (после Гражданской и после Великой Отечественной войн) активно развивавшаяся структура прикладной физической культуры приобретала профессионально-прикладную направленность. Известно, что уже в первый послереволюционный период прикладные возможности физической культуры активно, но примитивизированно пытались использовать деятели Пролеткульта. Была разработана так называемая «трудовая гимнастика», в которой физические упражнения часто замещались трудоподобными движениями типа переноски тяжести, ударов молотобойца, действий косаря, землекопа, каменщика и тому подобными [14, 18, 50].

Трудовая прикладность во многом предопределила особый этап в развитии физической культуры и отечественной системы физического воспитания в целом, который был связан с обращением государства к прикладным возможностям физической культуры для содействия решению экономических задач, выполнения заданий первых и послевоенных пятилеток. В 30-е годы в стране был популярен лозунг: «Каждый физкультурник - ударник, каждый ударник – физкультурник». Основные цели создававшейся тогда системы физического воспитания предусматривали подготовку к труду и вооруженной защите своего Отечества. Прикладность физической культуры получила теоретическое оформление в виде одного из основных принципов Советской системы физического воспитания. Обра-

зовавшиеся в ту пору научно-исследовательские коллективы и лаборатории по проблемам прикладности физической культуры и спорта были призваны обеспечить научное обоснование, определить наиболее рациональные направления процесса использования физической культуры для нужд народного хозяйства и обороны [18, 50].

Отечественным исследователям принадлежит приоритет в научно-практической разработке проблематики производственной физической культуры, активно развернувшим исследования еще в 30-40-е годы прошлого века (Л. Геркан, Д.В. Ненюков, П.А. Рудик, В. Коряковский и др.).

Символом прикладности Советской системы физического воспитания стал созданный в 1931-1934 году физкультурно-нормативный комплекс «Готов к труду и обороне СССР» (ГТО). По замыслу разработчиков комплекс определял необходимый уровень общей физической подготовки, которая служила бы базой для физического обеспечения профессиональной деятельности, выполнения воинского долга, бытового самообслуживающего труда, спорта и др., т.е. для жизнедеятельности в целом. Комплекс ГТО сохранял свое программно-нормативное значение вплоть до начала 90-х годов. За период своего существования он несколько раз совершенствовался в соответствии с требованиями времени. Его популярность менялась в диапазоне от всенародной (30-40-е гг.), до Почетной обязанности (50-70-е) и до бюрократической «обязаловки» (конец 80-х - начало 90-х) [5, 18, 50].

Оформление в целом социальной структуры прикладной физической культуры в основном произошло к 60-м годам 20-го столетия. Её основными формами определились военно-прикладная и профессионально-прикладная физическая подготовка, производственная физическая культура. На период конца 60-х, 70-е и на начало 80-х годов приходится наибольшее число научных работ по прикладной тематике. Производственная тематика доминировала в ведущих отечественных теоретико-практических изданиях. К примеру, в журнале «Теория и практика физической культу-

ры» из годовой совокупности статей, опубликованных в 1960 году, 68 или почти 28 % имели производственную и профессионально-трудовую прикладную тематику [50].

Основными направлениями научно-методического поиска было освещение вопросов производственной гимнастики и профессионально-прикладной физической подготовки (В.Э. Нагорный, В.В. Белинович, А.В. Коробков, И.В. Ловицкая, Л.Ф.Сорокина, С.Л. Фейгин и др.). В это время в программы физического воспитания включается раздел «Профессионально-прикладная физическая подготовка», совершенствуется военно-физическая подготовка войск, активно развивается физическая культура на производстве [5, 6, 7, 42, 47].

Нельзя обойти вниманием также факты оздоровительного использования физической культуры, которые имели место с момента возникновения отечественной системы физического воспитания и которые казалось можно было бы обозначить как проявление оздоровительной прикладности. Об изначальном присутствии оздоровительной направленности в создававшейся системе физического воспитания говорит уже факт того, что создание 29 мая 1918 г. института физической культуры в Москве было инициировано Школьно-санитарным отделом при Государственной комиссии по просвещению Российской Федерации. Обеспокоенность состоянием здоровья, отсутствием физкультурной образованности у школьников и у населения в целом, заставило членов отдела во главе с В.М. Бонч-Бруевич (Величкиной), учитывая накопленные в мировой культуре сведения об оздоровительных возможностях физической культуры, выступить с инициативой создания в кратчайшие сроки «научного института, который стал бы рассадником новых знаний в этой области». В сентябре 1918 г. Отдел переименовывается в Отдел охраны здоровья детей и подростков и переходит в ведение Народного Комиссариата здравоохранения. Одновременно под юрисдикцию Наркомздрава переходит первый в нашей стране институт физической культуры [18, 22, 50].

Прикладная значимость физической культуры прослеживается и в становлении системы физической подготовки сотрудников правоохранительных органов. В исследованиях С.Н. Баркалова с соавт. [5] и А.А. Волкова [10] показано, что она начала создаваться в 20-ые годы прошлого столетия. С 1924 года для работников НКВД и милиции было введено в действие руководство «Физическая подготовка Рабоче-Крестьянской Красной армии и допризывной молодежи», состоявшее из девяти отдельных брошюр, каждая из которых освещала один из разделов руководства. В первых разделах говорилось, что красноармеец должен быть физически крепким, обладать должным уровнем развития силы, выносливости и ловкости, предлагался перечень физических упражнений и нормативы для оценки их развития. Пособие по 9-му разделу «Способы защиты и нападения без оружия» включало приемы нападения и самозащиты, приемы обезоруживания противников и предлагало комбинировать в бою приемы трех видов единоборств (французская борьба, бокс, джиу-джитсу). Но данное руководство не получило широкого распространения в правоохранительных органах именно потому, что не учитывало специфику их служебной деятельности, которая имела отличные от армии задачи [5, 10].

Позднее в создавшемся обществе «Динамо» начали реализовывать идеи по созданию системы профессиональной подготовки работников ОВД с учетом возложенных на них функций [5, 10].

В 1927 году вышла книга В.А. Спиридонова «Руководство самозащиты без оружия по системе джиу-джитсу». Предназначалась она сотрудникам ОГПУ и НКВД и удовлетворяла требования правоохранительных органов тех лет. В этом пособии был обобщен опыт подготовки работников ОВД для действий в ситуациях нападения преступников, применение приемов без оружия с целью их задержания. Автором изучались конкретные ситуации нападений преступников, часто встречающиеся в служебной деятельности милиционеров: захват за различные участки тела и одежды, угроза преступниками специальными средствами, такими как винтовка,

пистолет, различными видами холодного оружия. Им были разработаны конкретные способы защиты и задержания преступников при помощи освобождения от захватов, защиты от ударов, бросков и болевые приемов. Кроме того, в пособии излагалась система тренировки, включавшая общеразвивающие и специальные упражнения для развития и поддержания необходимых физических кондиций [5, 10].

За период с 1923 по 1930 годы был накоплен значительный опыт по обучению приемам нападения и самозащиты без оружия, нашедший свое отражение в системе Н.Н. Ознобишина. Автор в основу своей синтетической системы положил принцип дистанционного деления форм рукопашного боя, где на каждой дистанции используется, как правило, средство какой-то одной из известных систем единоборства, боевой или спортивной. Существенным достоинством этого руководства является то, что в нем значительное внимание уделено общей и специальной физической подготовке, а также тактике рукопашного боя в различных условиях: в темноте, на лестнице, в вагоне поезда, против нескольких нападающих. Методические разработки Ознобишина Н.Н. дают возможность реального практического воплощения его системы. В рамках разделов, посвященных каждой боевой дистанции, описаны упражнения и даны указания по развитию необходимых физических качеств и обучению специальных умений и навыков. Специально подобранные практические упражнения в ведении рукопашного боя – «элементы-фазы» имитировали «сюжеты» реального столкновения с преступником. Выполняя их, обучающиеся получали основы грамотного использования приемов всех составляющих систему элементов, объединяя их в комбинации. После этого они должны были сами составлять и тренировать такие комбинации, для чего предлагались подводящие упражнения. Учащиеся получали возможность находить тактически правильные решения выхода из затруднительных положений, которые неоднократно встречались в практической деятельности сотрудников ОВД. Предложенная автором система имеет и положительные и отрицательные



стороны, однако, некоторые рациональные методы обучения, представляют интерес и сегодня [5, 10].

В 1940 году было издано учебное пособие для школ НКВД «Курс самозащиты без оружия «Самбо», автором которого был В.П. Волков. Им была разработана система обучения самбо, предусматривающая: общие и специальные физические упражнения; приемы страховки и самостраховки; броски; удушающие приемы; болевые приемы стоя и лежа; борьбу в положении лежа; освобождение от захватов; способы задержания и конвоирования; а также специальные приемы, включающие действия против лиц, вооруженных такими специальными и подручными средствами, как саперной лопатой, винтовкой, револьвером, а также различными видами холодного оружия. В книге приведены детальные методические разработки, рассчитанные на разные сроки обучения. Автор отмечает, что «спортивная схватка» отличается от «жизненного столкновения». Тренировки строились таким образом, чтобы тактика спортивной схватки приближалась к тактике жизненного столкновения. Волков В.П. в качестве основных тактических элементов рассматривал: обманы; вызов противника на прием; окончательное изучение противника; сохранение собственных сил и выматывание противника; искусство скрывать собственное утомление и имитация этого утомления. В рамках своей системы В.П. Волков разработал 23 «тренировочные комбинации рукопашного боя» в стойке, на различных дистанциях и в партере. Овладев «тренировочными комбинациями» обучающиеся должны были получить навык самостоятельного «составления» комбинаций, то есть свободно строить «связи» приемов, пользоваться обманными действиями и легко переходить с неудавшегося приема на успешный. Последним из выпускных экзаменов для курсантов школ НКВД должна была стать «вольная схватка», «вольный бой» по специально разработанным правилам. Именно это позволяло оценивать навыки, полученные курсантами [5, 10].

Дальнейшее развитие подготовки сотрудников связано с именем А.А. Харлампиева, который в 1950-70-ые годы опубликовал ряд работ, в которых он окончательно разделяет борьбу самбо и боевой раздел, предназначенный для обучения милиции. В качестве обязательных действий для подготовки сотрудников он предлагал изучать: страховку и само страховку; броски; приемы борьбы лежа; проверку документов и производство обысков; задержание и сопровождение; захваты и освобождения от захватов и обхватов; защиты от попыток обезоружить; защиты от ударов невооруженного; защиты от нападения вооруженного; помощь и взаимовыручку. Основными тактическими методами борьбы он выделяет: внезапность нападения; подавление противника; изматывание противника; отвлечение внимания противника; завлечение противника в ловушки. Кроме этого, установлены формы ведения борьбы: нападение; преследование и обеспечение полной победы; активная оборона; встречная борьба; разведка; маскировка; маневрирование [5, 10].

Таким образом, следует вывод о том, что на протяжении создания и развития системы физической подготовки в ОВД специалисты Спиридонов В.А., Ознобишин Н.Н., Волков В.П., Харлампиев А.А. осознавали, что обучение сотрудников должно иметь прикладную направленность на основе изучения практики и учета особенностей служебной деятельности в учебном процессе. Разработанная на основе их материала система самбо (боевой раздел) и сейчас является базовой в обучении сотрудников ОВД.

Анализ приведенных в кратком обзоре исторических событий и фактов, касающихся становления отечественной системы физического воспитания, показывает, что ее прикладность оформлялась в основном как трудовая, оборонная и правоохранительная. В настоящее время прослеживается новый этап в развитии прикладной физической культуры. Это связано с происходящими изменениями в условиях и характере современного труда, обусловленных научно-техническими, социальными, экономическими и экологическими процессами.

#### **4. Современные представления о прикладной значимости физической культуры**

Приведенные в предыдущих главах исторические события и факты позволяют сделать вывод о том, что человечество на протяжении всего периода своего развития использовало прикладные возможности физической культуры для оптимизации профессиональной (трудовой, военной, правоохранительной) деятельности. В современном представлении это получило научное обоснование, в результате чего оформился отдельный вид физического воспитания – профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП), который получил достаточно полное освещение в отечественной и зарубежной литературе.

Теоретические разработки и обоснование роли физических упражнений в развитии и совершенствовании функциональных возможностей и способностей человека в освоении жизненно необходимых (в том числе трудовых) навыков связывается с трудами П.Ф. Лесгафта. Он принимал прямое участие в работе комиссии по техническому образованию молодежи, заложив в профессиональную подготовку основы физической подготовки к производственной деятельности. П.Ф. Лесгафт писал: «Вводя физическое образование в профессиональную школу, мы имеем в виду достичь искусства в ремесле» [33]. В.В. Гориневский не только разделял его мнение, но и разработал конкретные рекомендации по применению физической культуры для профессионального роста специалистов производства. «Физическая культура рабочего должна применяться к его профессии, - писал он. – Башмачнику нужны одни упражнения, кузнецу – другие, почтальону – третьи, слесарю - четвертые и т.д. Поступить иначе значить действовать по шаблону, не разбираться в требованиях организма и не считаться с профессиональными различиями в работе» [12].

В дальнейшем учеными (В.В. Белинович, С.А. Полиевский, Р.Т. Раевский, Л.П. Матвеев, В.А. Кабачков, В.И. Ильинич и др.) были определе-

ны задачи ППФП, направленные на содействие всестороннему физическому развитию и достижению высокого уровня физической подготовленности обучаемых, а также формированию двигательных навыков и физических качеств, особенно важных для конкретной профессиональной деятельности, воспитанию специфических волевых качеств. Авторы отмечают, что содержание ППФП составляют обычные средства – физические упражнения и виды спорта, но подобранные и организованные в соответствии с поставленными прикладными задачами, при этом прикладная физическая подготовка должна быть органической частью общей программы физического воспитания и осуществляться в единстве с общими задачами физического воспитания [7, 24, 25, 26, 35, 47, 52].

В настоящее время литература о роли физического воспитания в создании предпосылок для успешного овладения профессиональными движениями обширна и охватывает многие стороны проблемы. Авторы обращают внимание на следующие моменты: у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, быстрее и качественнее формируются трудовые приемы и навыки, выше работоспособность, их организм быстрее адаптируется к профессиональным условиям. Целенаправленное физическое воспитание способствует повышению качества профессионального обучения, сокращает время на подготовку высококвалифицированных кадров в самых разнообразных видах трудовой деятельности.

Необходимо отметить, что содержание ППФП (для специалистов различного профиля) авторами объясняются по-разному. Одни авторы считают, что ППФП должна быть направлена на развитие физических качеств и способностей, двигательных умений и навыков, которые в большей степени необходимы для достижения успешных результатов в конкретном виде трудовой деятельности [7, 10, 11, 35, 38, 40, 44, 63]. Другие дополнительно предлагают целенаправленно развивать профессионально важные психические качества и психофизиологические функции, а также личностные свойства [1, 8, 13, 26, 27, 34, 48, 52]. В работах В.И. Ильинича и ряда

других авторов, помимо всего прочего, существенное внимание уделяется формированию прикладных знаний в процессе ППФП, которые, по их мнению, являются специфическими для представителей определенной профессии [3, 4, 5, 6, 20, 24, 25, 47, 50, 58]. В.П. Жидких и его единомышленники считают, что роль ППФП в вузах в первую очередь должна определяться задачами подготовки физически здорового специалиста, который смог бы в условиях конкретной производственной деятельности самостоятельно использовать средства физической культуры для восстановления работоспособности и профилактики профессиональных заболеваний. Одним из перспективных путей решения этих задач является усиление образовательного начала физического воспитания, разработка новых рабочих программ, в которых ППФП будет представлена как система овладения знаниями, умениями и навыками организации самостоятельных занятий с использованием средств физической культуры для психофизической разгрузки, восстановления работоспособности и профилактики профессиональных заболеваний. Это позволит молодому специалисту в условиях конкретной производственной деятельности подобрать для себя средства физической культуры, которые помогут ему полноценно трудиться и сохранять здоровье [21, 30, 37, 50].

Таким образом, ППФП призвана удовлетворить общественные и личностные потребности в формировании, во-первых, личности с характерным набором как общих, так и профессионально-прикладных личностных свойств, качеств и функций, во-вторых, комплекса прикладных физических, психофизиологических качеств и функций, двигательных умений и навыков, необходимых для овладения профессией на всех этапах образования и дальнейшего совершенствования в профессиональной деятельности.

Уяснив понятие ППФП и осознав необходимость профессионально-прикладной подготовки будущих специалистов, следует уточнить цель, а также наиболее общие и конкретные (частные) задачи данного направления системы физического воспитания.

По мнению специалистов, цель профессионально-прикладной физической подготовки - достижение психофизической готовности человека к успешной профессиональной деятельности.

Достижение этой цели осуществляется через создание у будущих специалистов определенных психофизических предпосылок и готовности к ускорению профессионального обучения, к достижению высокоинтенсивного и продуктивного обучения, высокого профессионализма в труде, к грамотному использованию средств физической культуры и спорта для активного отдыха и восстановления общей и профессиональной работоспособности в рабочее и свободное время, к выполнению служебных и общественных функций по внедрению физической культуры и спорта в профессиональном коллективе. Отсюда вытекают и задачи ППФП, которые в каждом отдельном случае нужно конкретизировать применительно к избранной профессии и особенностям контингента занимающихся. Ясно также, что ППФП может быть достаточно эффективным лишь в органическом сочетании с другими слагаемыми социальной системы воспитания в целом [13, 20, 24, 30, 50].

К общим задачам ППФП относятся:

- содействие ускоренному освоению профессиональных умений и навыков;
- понимание роли физической культуры в развитии личности для достижения высокопроизводительного труда в избранной профессии;
- выявление и предупреждение профессиональных заболеваний и травматизма, обеспечение профессионального долголетия;
- овладение средствами физической культуры и спорта для активного отдыха и восстановления общей и профессиональной работоспособности в рабочее и свободное время;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

К более конкретным (частным) задачам ППФП относятся такие, как приобретение, воспитание и формирование прикладных знаний, прикладных физических качеств, прикладных психических и личностных качеств, прикладных специальных качеств, прикладных умений и навыков.

При решении конкретных задач профессионально-прикладной физической подготовки будущих специалистов следует всегда помнить о том, что такая подготовка осуществляется в тесной связи с общей физической подготовкой. Следует отметить, что большинство исследователей, занимавшихся проблемой содержания ППФП студентов различных факультетов, подчеркивали ведущую роль общей выносливости при подготовке к профессии. Общая выносливость, по их мнению, является основой той специальной выносливости, которая необходима профессионалу для поддержания оптимальной интенсивности труда в течение всего рабочего дня [5, 23, 24, 35, 52, 58, 60, 61].

По мнению В.И. Ильинича, общая физическая подготовка является необходимой основой, фундаментом профессионально-прикладной физической подготовки студентов любого вуза. Другой вопрос, что соотношение общей физической подготовки и ППФП может изменяться в существенных пределах при освоении различных профессий. Иногда (особенно для представителей гуманитарных профессий) хорошая общая физическая подготовка решает почти все задачи обеспечения специальной психофизической готовности к будущей профессии. В этом случае дополнительно нужны в основном лишь более широкие прикладные знания об активном и сознательном подборе средств физической культуры и спорта и навыки их самостоятельного использования в режиме труда и отдыха в зависимости от характера и условий труда и быта [58].

При отборе средств профессионально-прикладной физической подготовки эффективным приемом является сравнение тех требований, которые физические упражнения или другие средства физического воспитания, предъявляют к психофизической подготовке занимающегося, с требова-

ниями, предъявляемыми производственной деятельностью к этой подготовке [3, 5, 25, 26, 35, 48, 49, 52]. При этом, по мнению И.В. Гречанной, роль и значение специально подобранных упражнений из арсенала ППФП заключается в следующем:

- внедрение профилированных физических упражнений в соответствии со спецификой труда и обучения молодежи будет способствовать поддержанию оптимального уровня соотношения двигательной и вегетативной функций в ходе выполнения конкретных трудовых операций, приемов, поддержания позы; это может найти выражение в более длительном поддержании высокой работоспособности, качестве и эффективности обучения;

- повышенная способность к образованию условных моторно-висцеральных рефлексов, приобретенная в ходе ППФП, обеспечит успешное их формирование и функционирование в процессе трудовой деятельности; конечным эффектом может явиться новаторский стиль работы [13].

В последнее время проведено много исследований по обоснованию ППФП для студентов различных специальностей. Практически все авторы при разработке рекомендаций для построения ППФП обращают внимание на характер и условия труда будущих специалистов, специфику деятельности, причины утомления и профессиональных заболеваний. На основании этого в вузе подбираются специальные физические упражнения, способствующие развитию психических и физических качеств, навыков и умений, напрямую связанных с данной профессией.

К примеру, методика ППФП студентов геолого-географических и сельскохозяйственных специальностей, чья работа будет протекать в полевых и экспедиционных условиях, должна включать специальные знания по туризму, альпинизму, стрельбе, навыки в вождении транспортных средств, а также конный спорт. Специальную атлетическую гимнастику, наряду с развитием прикладных видов спорта (лыжи, вело-мотоспорт), необходимо включать в подготовку будущих механизаторов и ветеринаров. Низкая вестибулярная устойчивость может существенно затруднить обучение и



профессиональный труд будущих инженеров-строителей, курсантов морских и летных училищ и даже явиться причиной их отчисления. Хорошо развитая система дыхания препятствует возникновению легочных заболеваний в химической отрасли, развитие мышц живота и спины являются профилактикой возникновения заболеваний, связанных с некоторыми техническими специальностями [60, 61].

Все больше специалистов (В.П. Полянский, В.П. Жидких, В.М. Меньщиков и др.) в последнее время склоняются к мнению, что процессе ППФП является составной частью профессионально-прикладной физической культуры, направленной на комплексное использование широкого спектра ее прикладных эффектов: для формирования профессионально значимых двигательных и других умений и навыков, физических качеств и психофизических функций, психических способностей и личностных свойств; для содействия развитию общей и профессиональной работоспособности; для регулирования оперативной работоспособности; для профилактики и коррекции воздействий на организм профессиональных вредностей и заболеваний и др. [2, 6, 20, 21, 30, 37, 49, 50].

## **5. Прикладность в современной системе физической подготовки сотрудников органов внутренних дел**

Нас, в большей мере, интересуют современные представления о прикладной значимости физической культуры для конкретной категории государственных служащих – сотрудников органов внутренних дел.

Проведенный нами анализ научных и учебно-методических публикаций по вопросам совершенствования физической подготовки сотрудников ОВД создает определенные предпосылки для систематизации существующих в настоящий момент в системе МВД методических подходов к построению профессионально-прикладной физической подготовки. С определенной долей условности их можно классифицировать по двум направлениям: 1) учет в физической подготовке отдельных составляющих правоохранительной деятельности; 2) учет в физической подготовке специфических характеристик, свойственных служебной деятельности сотрудников конкретных подразделений ОВД.

К первому направлению исследований можно отнести все попытки моделирования некоторых аспектов деятельности сотрудников ОВД при разработке методик физической подготовки, которые в последнее время предпринимались неоднократно.

Так, с целью выявления наиболее часто применяемых и распространенных приемов самозащиты О.А. Невзоровым, В.Г. Колуховым, Е.П. Супруновым было проведено исследование практики активного силового пресечения противоправных действий. Авторы отмечают приоритетное использование ударной техники. Из бросков чаще всего используются передняя подсечка и задняя подножка, из болевых приемов стоя – загиб руки за спину «толчком» и «рывком», из удушающих – удушение плечом и предплечьем. В целях обеспечения личной безопасности 2/3 сотрудников предпочитают бесконтактные способы защиты от ударов (уходы, уклоны, нырки и т.п.). В этой связи предлагается на занятиях по физической подго-

товке развивать и совершенствовать мышечно-двигательные представления в различных наиболее часто встречающихся в практике задержания правонарушителей вариантах. На указанные приемы необходимо обращать особое внимание, доводя их до определенного динамического автоматизма [41].

Требования к функциональному состоянию сотрудников ОВД, которые определяются применением мер принуждения для обеспечения правопорядка, рассматривали А.Ф. Калашников с соавт. Авторы отмечают, что, совершенствуя физическую подготовку курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России, необходимо не только повышать уровень развития отдельных профессионально важных физических качеств, но и специально работать над их комплексным проявлением в ограниченный отрезок времени, что характерно для ситуаций преследования и единоборства с правонарушителями. Оказалось, что эти ситуации, как и различные спортивные единоборства, предъявляют повышенные требования к силовой выносливости, устойчивости организма к продуктам анаэробного обмена, поскольку это осуществляется при ЧСС 170-190 уд/мин в течение 2-6 мин. В этой связи рекомендуются упражнения, которые будут эффективно тренировать у занимающихся анаэробные гликолитические механизмы энергообеспечения и специфическую выносливость: интенсивная разминка в парах; боевые приемы борьбы, выполняемые в максимальном темпе; силовое единоборство в виде спаррингов; преодоление специальных полос препятствий; двухсторонняя контактная игра типа регби [28].

Исследования уголовных дел, данные анкетирования, обобщения опыта работы сотрудников различных служб ОВД позволили П.П. Михееву разработать классификацию специальных и подручных средств с учетом характерных особенностей их применения, включающую 62 ситуации нападения и 55 – защиты, наиболее часто встречающихся в практической деятельности сотрудников [38].

Психологический аспект подготовки сотрудников ОВД к действиям в экстремальных условиях рассматривался в исследованиях В.Н. Алексан-

дрова, В.И. Булыко с соавт. и др. Важным моментом психологической подготовки исследователи считают изучение условий, в которых осуществляется та или иная деятельность и выработка требований, которые предъявляются при этом к сотрудникам. С этих позиций проводился психологический анализ ситуаций при задержании правонарушителей [1, 8]. Обобщая результаты исследований названных и других авторов, можно констатировать, что помимо навыков применения боевых приемов борьбы и развития физических способностей сотрудникам крайне необходимы определенные психические качества, наиболее важными из которых являются: рассудительность, быстрота реакции, решительность; уверенность в своей правоте, осторожность, умение влиять на эмоционально-волевую сферу людей на основе знаний психологии поведения в конфликтных ситуациях; мужество, находчивость, ясность мысли; уверенность в своих силах и устойчивость к стрессу.

В определенной степени развитию этих качеств могут способствовать два взаимосвязанных пути психологического моделирования экстремальных ситуаций: первый – приближение условий практических занятий, учений и игр к реальным условиям оперативно-служебной деятельности, то есть воспроизведение внешней картины; второй – приближение внутренних (психических) условий практических и других видов занятий к реальности, возможно более точное воспроизведение слушателями психической деятельности, которая максимально близка к той, что бывает в ходе экстремальных действий на практике. Для этого занятия насыщаются элементами быстрого изменения обстановки, риска и внезапности, противодействия и борьбы, упражнения выполняются с высокой скоростью и темпом [3, 4, 5].

Изучение и учет отдельных аспектов, свойственных правоохранительной деятельности в целом, не может в достаточной мере обеспечить квалифицированную подготовку сотрудников к службе в различных подразделениях ОВД, в каждом из которых служебная деятельность имеет свои специфические особенности. Поэтому дифференцированный подход,

основанный на изучении специфики труда, свойственной конкретным специальностям, специализациям и профилям (направлениям) службы, представляется нам более перспективным. В настоящий момент в этой области уже накоплен богатый исследовательский материал.

К примеру, проведя хронометраж служебной деятельности инспекторов ДПС ГИБДД, А.Ф. Калашников определил преобладающие в их работе действия и операции. Выявив, таким образом, навыки и качества значимые для данной категории сотрудников, автор предлагает их формировать в ходе комплексных занятий на специализированной полосе препятствий с привлечением преподавателей всех профильных кафедр [27].

Г.А. Ямалетдинова, основываясь на результатах хронометража и педагогического наблюдения за деятельностью следователей, определила фактический регламент их рабочего дня, двигательный режим, преобладающие рабочие действия и операции. Автор показала, что следователи должны владеть не только боевыми приемами борьбы, табельным оружием, спецсредствами и иметь хорошо развитые физические качества (общая выносливость, быстрота реакции, координационные и скоростно-силовые способности), но и обладать специфическими личностными качествами (организаторскими и коммуникативными способностями, аналитическими способностями, инициативностью и самостоятельностью, обоснованной требовательностью к себе и другим) [64].

Н.В. Ческидов, хронометрируя служебную деятельность сотрудников уголовного розыска, определил ее нестабильный характер, заключающийся в быстром переходе от сидячей формы труда к работе, требующей максимальных физических и психических нагрузок. Автор отметил необходимость преимущественного развития у сотрудников уголовного розыска быстроты, абсолютной силы, скоростно-силовых способностей, общей и специальной выносливости, то есть тех физических качеств, которые имеют решающую роль при задержании активно сопротивляющегося правонарушителя [63].

Результаты бесед, наблюдений и анкетного опроса с достаточно широким охватом анкетированных, представляющих подразделения специального назначения ОВД различной дислокации и различной целевой направленности, позволили О.А. Невзорову констатировать, что содержанием рабочего дня сотрудников спецподразделений является напряженная, с точки зрения физической нагрузки, двигательная деятельность, которая непосредственно заключается в систематических тренировках по отработке боевых приемов борьбы и действий по задержанию правонарушителей, а также по выполнению команд тревоги, отработке тактических мероприятий, проведению учений. В этой связи автор отмечает важное значение разработки средств и методов для целенаправленного формирования необходимых для силового противоборства физических качеств [40]. Анализ условий, в которых непосредственно происходит задержание правонарушителя (скоротечность, локальность, преодоление короткой дистанции до правонарушителя и скоростно-силовой характер самого задержания), позволил В.В. Орлову определить приоритетные физические качества наиболее важных мышечных групп сотрудников спецподразделений: скорость и взрывную силу сгибателей-разгибателей позвоночного столба, сгибателей-разгибателей рук и разгибателей ног [44].

Анализ результатов приведенных и других подобных исследований, показывает, что в системе физической подготовки сотрудников ОВД, еще не сложилось системного (комплексного) подхода к ее построению. Труд сотрудников ОВД пока не рассматривается специалистами как совокупность многих составляющих, в результате учет его особенностей в физической подготовке, как правило, имеет фрагментарный характер. Отсутствует общее представление о том, какие составляющие служебной деятельности конкретных категорий сотрудников являются наиболее значимыми для построения методик их физической подготовки, из-за чего невостребованными остается значительная часть прикладных эффектов физической культуры. На сегодняшний день правоохранительная деятельность рассматри-

вается, как правило, только с точки зрения действий в ситуациях, когда возникают основания к применению и использованию боевых приемов борьбы, специальных и подручных средств, а также огнестрельного оружия. На основании этого строятся программы подготовки, направленные на формирование физических качеств и специальных навыков, значимых в непосредственном единоборстве с правонарушителем. Безусловно, данный аспект является важным (базовым) в подготовке сотрудников ОВД, но не единственным. «Силовая» составляющая правоохранительной деятельности не отражает всего спектра особенностей этой деятельности и происходящих в ней изменений, касающихся психических (ценностных, эмоциональных, когнитивных) и физических (двигательный режим, направленность и характер физической нагрузки) компонентов, организационных и санитарно-гигиенических условий, экологической ситуации и материально-технической базы.

К примеру, с каждым днем значительно возрастает длительность взаимодействия сотрудников ОВД с персональными ЭВМ. Уже сейчас основной объем информации, различные базы данных (картотеки учета транспортных средств и их владельцев; картотеки по угнанному автотранспорту; оперативные, криминалистические и иные учеты) находятся на компьютерных носителях. Широко используются автоматизированные информационно-поисковые системы. Проведение целого ряда экспертиз осуществляется с использованием компьютерных технологий. Компьютерную технику используют для составления документов, обработки статистических материалов и анализа оперативной обстановки. Анализ занятости сотрудников УМВД России по Орловской области, проведенный В.С. Макеевой показал, что в должностях, специфика которых связана с длительной работой на компьютере и в значительной степени имеет, так называемую, операторскую направленность, состоит до 30 % личного состава. Характерными особенностями такой работы являются специфичность внешних объективных условий и внутренних, предъявляемых к функциональным возможностям человека, требований.

Она отличается значительным изменением нервно-эмоционального статуса, малоподвижностью, монотонностью, неравномерностью и однообразием физической нагрузки, напряжением зрительного анализатора. Вынужденные позы сидя приводят к увеличению кровенаполнения в малом тазу, длительному повышению тонуса мышц плечевого пояса, шеи и спины, что способствует возрастанию количества болезней локомоторных систем и опорно-двигательного аппарата [34].

Отрицательное воздействие названных факторов усугубляется присутствием в служебной деятельности сотрудников различных подразделений ОВД других неблагоприятных условий (профессиональных вредностей): вибрация, неравномерное или недостаточное освещение, низкая или высокая температура и влажность окружающей среды, запыленность, загазованность, недостаток кислорода, наличие токсических испарений и т.п. Выполнение служебных обязанностей в таких условиях чревато снижением работоспособности, возникновением чрезмерного утомления, заболеваний и травматизма, а значит, общим снижением эффективности правоохранительной деятельности, что в условиях сложной социально-экономической обстановки в стране может лишней раз дать повод для недовольства правоохранительной системой, как неспособной решать поставленные перед ней обществом задачи. Все это еще в большей степени обостряет проблему профессионально-прикладной направленности физической подготовки сотрудников ОВД, решение которой нацеливает специалистов на постоянное и системное изучение особенностей характера и условий служебной деятельности, что в дальнейшем позволит наметить пути эффективной организации процесса подготовки к ней с целенаправленным применением прикладных средств обучения, с последующей адаптацией специалистов к изменяющимся условиям труда.

Во многих исследованиях показано, что проблема гибели и ранения значительного количества сотрудников полиции по причине профессиональной неподготовленности остается актуальной [10, 11, 38, 40, 41, 44].



Однако информация о том, сколько сотрудников различных подразделений системы МВД России заканчивают службу или не могут качественно и эффективно выполнять служебные обязанности по причине низкого уровня сформированности профессионально значимых качеств и навыков, наступления профессиональной деформации и/или профессиональных заболеваний, встречается гораздо реже и на стадии подготовки и переподготовки кадров практически не учитывается. Причем в подавляющем большинстве случаев чем больше стаж работы сотрудника, тем выше и уровень его профессионального мастерства. Поэтому проблема сохранения здоровья и творческого долголетия средствами физической культуры, внедрение здорового образа жизни играют для сотрудников ОВД далеко не последнюю роль.

В связи с этим, в последнее время специалистами (В.П. Полянский, С.Н. Баркалов и др.) достаточно активно ведется разработка научно обоснованных рекомендаций по содержанию и методике профессионально-прикладной физической культуры сотрудников ОВД, основанных на учете всего спектра прикладных эффектов физической культуры и связанных с ними аспектов специфики служебной деятельности [3, 4, 6, 20, 49].

Таким образом, можно констатировать, что имеющиеся в настоящее время результаты и намеченные подходы в теоретико-методическом обосновании прикладной значимости физической культуры для сотрудников ОВД, создают предпосылки к дальнейшему совершенствованию этого актуального сегодня направления в профессиональной подготовке кадров для органов внутренних дел Российской Федерации.

## Заключение

Прикладная значимость физической культуры рассматривалась еще в конце 19-го и в начале 20-го веков в работах П.Ф. Лесгафта, Г. Демени, А.Д. Бутовского и других авторов, когда они указывали на изначальную взаимосвязь физической культуры в целом или ее частей с различными сторонами бытия и, прежде всего, с трудовой и военной практикой. В той или иной мере прикладность отражена в наиболее распространенных современных теоретических представлениях о формах и функциях физической культуры, о принципах, целях и задачах физкультурной деятельности (А.Д. Новиков, Л.П. Матвеев, С.Э. Александров и др.). Аспекты прикладности, в частности профессионально-прикладной физической подготовки, много раз становились темами диссертационных исследований (С.А. Полиевский, В.И. Ильинич, В.А. Кабачков и др.). Анализ состояния дел в сфере физической культуры и спорта, существующих программ физического воспитания различных контингентов населения, показывает, что реальная структура и формы социальной и индивидуальной практики физической культуры, используемые средства, методы и получаемые результаты также во многом определяются их практическим прикладным предназначением.

В то же время в отечественной теории физической культуры идет активный процесс ее переосмысления. Наряду с причинами экономического характера, это связано с разрушением прежней, 70 лет существовавшей в обществе идеологии, с переоценкой ценностей, норм, стереотипов. В ряде публикаций последних лет содержится существенная критика в отношении аспектов прикладности отечественной системы физического воспитания. В этой ситуации возникает опасность утраты приобретенного и многократно подтвержденного наукой и практикой опыта использования колоссального потенциала прикладных возможностей, которыми обладает физическая культура в отношении содействия жизнедеятельности человека, в особенности в основных ее сферах – трудовой и оборонной.

Известно, что уровень развития физической культуры во многом определяется экономическим состоянием общества, его социально-политическим устройством и научно-техническим прогрессом, которые формируют характер и условия жизни его членов. За последнее время в обществе произошли весьма существенные изменения, которые коснулись практически всех его сфер и особенно профессиональной. Наиболее существенные изменения характера и условий профессиональной деятельности связаны, с одной стороны – с общемировым прогрессом в области науки и техники, в частности с компьютеризацией производства, с другой стороны – с негативными по большей части, пока, явлениями, сопровождающими организационное переустройство производства в нашей стране. Необходимость соответствия прикладной сферы физической культуры указанным изменениям очевидна.

Рамки обозначенной темы исследования дали основание рассмотреть прикладность физической культуры интегративно, через призму системного анализа весьма существенного арсенала накопленных, описанных в литературе, а также частично полученных автором теоретико-методических наработок. В работе показаны ретроспективные особенности проявления прикладности, ее сущности и роли в развитии физической культуры как социо-культурного явления. Выявленные суть и тенденции в развитии проблемы прикладности физической культуры, их зависимости от характера изменений исторической ситуации, позволяют наметить адекватные пути теоретико-методического совершенствования прикладной физической культуры в современном изменяющемся обществе.

Кроме того, отмеченные в работе особенности становления отечественной системы физической подготовки сотрудников полиции создают предпосылки к дальнейшему совершенствованию этого актуального сегодня направления в профессиональной подготовке кадров для органов внутренних дел Российской Федерации.

## Список литературы

1. Александров В.Н. Профессионально-психологическая подготовка слушателей к действиям в экстремальных условиях в процессе проведения занятий по боевой и физической подготовке // Пути повышения эффективности боевой подготовки слушателей учебных заведений МВД РФ: Тез. науч.-практ. межвуз. конф. - Орел: ОВШ МВД РФ, 1995.- С. 113-116
2. Александров С.Э. Социальные функции физической культуры как составной части общечеловеческой культуры // Теория и практика физической культуры. – 1990. - № 11. – С. 51-54
3. Баркалов С.Н. Методика служебно-боевой подготовки курсантов вузов МВД России с учетом специфики профессиональной деятельности: Дис. ... канд. пед. наук. – М., 2005
4. Баркалов С.Н., Баученков А.В., Хархардин О.В. Учет специфики служебной деятельности в огневой и физической подготовке сотрудников ОВД. – Орел: ОрЮИ МВД России, 2006
5. Баркалов С.Н., Герасимов И.В., Кателкин А.В. Специальная направленность физической подготовки сотрудников органов внутренних дел. – Орел: ОрЮИ МВД России, 2010
6. Баркалов С.Н., Хархардин О.В. Служебно-прикладная физическая культура в системе подготовки и организации труда сотрудников ОВД. – Орел: ОрЮИ МВД России, 2007
7. Белинович В.В. Вопросы организации физического воспитания учащегося профессионально-технических училищ с учетом профессиональной подготовки. – М.: Высшая школа, 1967
8. Булыко В.И., Науменко Е.Б., Лавриков С.А. Психофизиологические особенности личности, обеспечивающие успешность профессиональной деятельности в экстремальных условиях // Совершенствование системы боевой подготовки в учебных заведениях МВД России: Тез. межвуз. науч.-практ. конф.- Орел: ОВШ МВД РФ, 1996.- С. 107-109

9. Бутовский А.Д. Записки по истории и методике телесных упражнений. – СПб.: Издание Главной гимнаст.-фехтовальной школы, 1913
10. Волков А.А. Педагогические условия формирования профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников ОВД: Автореф. дис. ... канд. пед. наук.- Тула, 1999
11. Герасимов И.В., Кателкин А.В., Иванов И.И. Физическая подготовка сотрудников криминальной милиции. – Орел: ОрЮОИ МВД РФ, 2005
12. Гориневский В.В. Избранные сочинения. Т.1.– М., 1951.–С. 274-275
13. Гречанная И.В. Профессионально-прикладная физическая подготовка работников сферы обслуживания: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Челябинск, 1996
14. Грачев А.В., Коган М.С. История физической культуры в СССР с древнейших времен. – М.-Л.: Физкультура и спорт, 1940
15. Грушин Б.А. Очерки логики исторического исследования.– М., 1961
16. Декарт Р. Рассуждение о методе. Избранные произведения. – М.: Госполитиздат, 1950. – С. 294
17. Демени Г. Научные основы физического воспитания: Пер. с франц. – М., 1905
18. Деметр Г.С. Физическая культура в социалистическом обществе (исторический очерк). – М.: Знание, 1987
19. Дюперрон Г.А. Краткий очерк истории физических упражнений. – Л.: Из-во Ленинградской школы физического образования Комсостава КР и Ф, 1924
20. Евтушенко А.В. Формирование профессиональной физической культуры курсантов высших учебных заведений МВД России: Автореф. дис. ... канд. пед. наук.- М., 1999
21. Жидких В.П. Профессионально-прикладная физическая культура в системе подготовки специалистов-строителей.- М.: Институт теории образования и педагогики РАО, 1999

22. Зикмунд А.А. Основы советской системы физкультуры / Изд. 3-е, доп. – М.: Новая Москва, 1926
23. Иванов А.А. Роль адмирала Нахимова в физическом воспитании моряков Русского флота // Теория и практика физической культуры. – 1957. - № 4. – С. 314-315
24. Ильинич В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов. – М.: Высшая школа, 1978
25. Ильинич В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка специалистов народного хозяйства в высших учебных заведениях: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – М., 1978
26. Кабачков В.А., Полиевский С.А. Профессиональная направленность физического воспитания в ПТУ. – М.: Высшая школа, 1991
27. Калашников А.Ф. Проблема физической и психофизиологической подготовки специалистов для подразделений дорожно-патрульной службы госавтоинспекции России. – Орел: ОрЮИ МВД России, 1997
28. Калашников А.Ф., Герасимов И.В., Кателкин А.В., Алдошин А.В. Особенности подготовки сотрудников милиции к силовому противодействию с преступником. – Орел: ОрЮИ МВД России, 2006
29. Карпушко Н.А. Развитие научно-методических основ физического воспитания в дореволюционной России: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1982
30. Коровин С.С. Функции профессионально-прикладной физической культуры // Теория и практика физической культуры. – 1997.- № 8. – С.44
31. Крадман Д.А. Физическая культура и спорт в государствах Западной Европы в Новое Время (XVII в. – 1917 г.): Авторф. дис. ... д-ра пед. наук. – М., 1973
32. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. – М.: Радуга, 1982
33. Лесгафт П.Ф. Собрание педагогических сочинений. – М.: Физкультура и спорт, 1953. – Т. 1-5

34. Макеева В.С. Проблемы подготовки курсантов к работе операторских профессий // Совершенствование учебно-образовательного процесса по боевой подготовке в образовательных учреждениях МВД России: Сб. статей межвуз. науч.-практ. конф.- Орел: ОрЮОИ МВД РФ, 1999

35. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры).- М.: Физкультура и спорт, 1991

36. Матвеев Л.П., Полянский В.П. Прикладность физической культуры: понятийные основы и их конкретизация в современных условиях // Теория и практика физической культуры.- 1996.- № 7.- С. 42-47

37. Меньшиков В.М. Дидактические основы профессионально-прикладной физической культуры учащейся молодежи: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. - Челябинск, 2001

38. Михеев П.П. Физическая подготовка сотрудников милиции с применением специальных и подручных средств. – Брянск: Изд-во «Грани», 1997

39. Наталов Г.Г. Историко-логический анализ предмета и структуры теории физического воспитания: Автореф. дис. ... канд. пед. наук.– М., 1975

40. Невзоров О.А. Методика физической подготовки сотрудников подразделений специального назначения ОВД: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. - М., 2000

41. Невзоров О.А., Колухов В.Г., Супрунов Е.П. Анализ современной практики применения приемов самозащиты без оружия // Совершенствование системы боевой подготовки в учебных заведениях МВД России: Тез. межвузов. научн.-практ. конф.- Орел: ОВШ МВД РФ, 1996.- С. 60-63

42. Новиков А.Д. Физическое воспитание (к вопросу о предмете, принципах, средствах, методах и формах организации занятий физическими упражнениями). – М. – Л.: Физкультура и спорт, 1947

43. Новоселов Н.П., Сеницын С.Д., Харабуга Г.Д. История физической культуры народов СССР. – М.: Физкультура и спорт, 1953
44. Орлов В.В. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников специальных подразделений криминальной милиции МВД России: Автореф. дис. ... канд. пед. наук.- М., 2001
45. Оробинский М.Д. О взаимоотношении логического и исторического в теории физического воспитания // Труды Смоленского института физкультуры. – Смоленск, 1959. – Вып. 3. – С. 27-34
46. Пеклер Х.Н. Физическая культура в доклассовом обществе // Теория и практика физической культуры. – 1939. - № 2. – С. 50-56
47. Полиевский С.А. Гигиенические основы профессионально-прикладной физической подготовки подростков к профессиональной деятельности: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – М., 1974
48. Полиевский С.А., Старцева И.Д. Физкультура и профессия.- М.: Физкультура и спорт, 1988
49. Полянский В.П. О сущности отношений прикладной физической культуры и служебной (профессиональной) деятельности // Вопросы совершенствования боевой подготовки в современных условиях: Матер. межвуз. науч.-практ. конф.- М.: МА МВД РФ, 2002.- С. 127-137
50. Полянский В.П. Теоретико-методические основы совершенствования прикладной физической культуры (ее содержания и форм) в современном обществе: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук.- М., 1999
51. Пономарев Н.И. Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания. – М.: Физкультура и спорт, 1970
52. Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов. – М.: Высшая школа, 1985
53. Самоуков Ф.И. История физической культуры.–М.: ГЦОЛИФК, 1972
54. Столбов В.В. История физкультуры. – М.: Просвещение, 1989
55. Столяров В.И. Исторический метод познания в современной науке. – М.: Знание, 1973



56. Столяров В.И. Исторический метод в науках о физической культуре и спорте // Общество и спорт: Сб. науч. трудов. – М., 1976. – С. 75-86
57. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 4-е изд, стер. – М.: Советский спорт, 2010
58. Физическая культура студента и жизнь: Учебник / Под ред. В.И. Ильинич. – М.: Гардарики, 2008
59. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник для вузов МВД России / Под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010
60. Физическая культура: Учебник / [М. Я. Виленский и др.]; под ред. М.Я. Виленского. - М.: КНОРУС, 2012
61. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие. – 7-е изд.. стер. – М.: Изд. центр «Академия», 2009
62. Чалов-Шиман А.А. Краткий очерк истории физической культуры. – М.: Новая Москва, 1926
63. Ческидов Н.В. Средства и методы развития профессиональных качеств сотрудников уголовного розыска в процессе физической подготовки: Автореф. дис. ... канд. пед. наук.- М., 1996
64. Ямалетдинова Г.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка следователей органов внутренних дел: Автореф. дис. ... канд. пед. наук.- М., 1991