

Карпенко О. М.,
*старший викладач кафедри тактико-спеціальної підготовки,
Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ,
м. Дніпро*

Голубєва А. Д.,
*здобувач освітнього ступеня «бакалавр»,
Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ,
м. Дніпро*

НЕГАТИВНА РОЛЬ СТРАХУ ПЕРЕД ПОСТРІЛОМ У НАВЧАННІ МАЙБУТНІХ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ

Одним з найважливіших предметів у підготовці курсантів є вогнева підготовка. Окрім того, що предмет є дуже важливим для подальшої роботи майбутніх поліцейських. Вогнева підготовка є емоційно тяжким предметом для ще не окріпшої психіки курсантів. У процесі навчально-тренувальних занять найчастіше доводиться спостерігати, наскільки впевнено майбутні стрільці поведуться з навчальною зброєю. На вогневому рубежі – зовсім інша ситуація. Деякі стрільці, судорожно стискаючи в руці пістолет, заряджений бойовими патронами, виглядають розгубленими і скутими. Вони тут же забувають не тільки те, чого навчив їх викладач, але і навіть свою домашню адресу і телефон.

Усі курсанти – люди, які до вступу до закладу вищої освіти зі специфічними умовами навчання МВС України були простими цивільними особами, більшість з яких навіть не тримали вогнепальну зброю в руках, а побачити її в дії є великим емоційним напруженням. Деяким курсантам дуже важко психологічно здійснити постріл з вогнепальної зброї через страх. Страх – природна реакція людини на реальну загрозу життю і здоров'ю. Його негативна роль в момент пострілу або вогневого контакту давно відома.

Кожен момент дотику до зброї певною мірою викликає стрес, саме через страх порушення заходів безпеки, який викликає на емоційному рівні стан невизначеності. Під час виконання тренувальних вправ у курсантів часто спостерігаються відчутне тремтіння рук і мокрі долоні не тому, що м'язи втомлені в такому положенні (на даний момент немає фізичної активності), а часто від хвилювання та внутрішнього психічного напруження.

Це пов'язано з особистими негативними установками стрільця, його зовні необґрунтованими страхами і протиріччями. Щоб розібратися з цією проблемою, спочатку йому слід розібратися у собі, адже, в першу чергу, його турбують саме тривога і занепокоєння, і в результаті чого проявляються фізіологічною невизначеністю. У цьому випадку необхідно налаштувати позитивний настрій, вселити впевненість у правильності зроблених дій [3].

Тобто, курсанту для отримання гарних результатів зі стрільби необхідно працювати над удосконаленням своєї психологічної підготовки. Формування інтересу і любові до стрільби, готовності до тренувальної діяльності, вимагає від курсанта

вольових зусиль для подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод, вдосконалення емоційних властивостей особистості, розвиток і вдосконалення інтелекту стрілка [5].

Як повідомляє Л. Вайнштейн і А. Корхома, фізична активність під час здійснення пострілу не така велика, як, наприклад, у легкій атлетиці чи плаванні. При виконання прицільного пострілу основне навантаження припадає на роботу центральної нервової системи. Автори також відзначили, що причиною невдалої вправи часто є недостатній рівень емоційної стійкості. Найважливішою вимогою при стрільбі є можливість показати високий результат за обмежений час в екстремальних умовах, що спричиняє різні тривожні та негативні чинники: тиск на спусковий гачок, некерованість прицільного пристрою, розслаблений хват зброї, очікування пострілу, страх, негативний результат, надмірне бажання показати відмінний результат [2, с. 19].

Успішне вирішення цих завдань залежить від знань і педагогічної майстерності викладача, від володіння курсантами системою спеціальних знань про психіку людини. Курсанти повинні розуміти, що таке сприйняття, уявлення, увага, їх види та властивості, пам'ять, мислення, воля, вольові якості, почуття, емоції, які їх значення, роль і вплив на діяльність людини [4, с. 27-31].

Одним з головних правил вогневої підготовки є дисциплінованість. Її виховання слід починати з перших занять, суворо вимагаючи чіткого виконання вказівок викладача, досконалих знань правил поведінки з вогнепальною зброєю, дотримання правил поведінки на заняттях [1, с. 72].

Цілеспрямованість також є одним з факторів подолання страху перед стрільбою. Вона відкриває перспективу діяльності, сприяє мобілізації всіх фізичних і психічних сил для досягнення мети, стимулює активність людини, попереджає пасивність та «лінь». Нарешті, цілеспрямованість поєднується з бадьорим, оптимістичним настроєм, свідомістю бійця, якому досягнення мети і боротьба приносить радість перемоги.

Тому, найважливішим чинником успішної роботи курсантів є їх психофізична підготовка, мета якої – створити у стрільця такий психічний та фізіологічний стан, який сприятиме досягненню поставленої мети. Для її покращення необхідне поєднання внутрішнього контролю, впевненості у своїх діях, вміння абстрагуватися від стресових ситуацій і, звичайно, практичне навчання навичкам стрільби. Тому правильний і вдалий постріл може бути здійснений за наявності та взаємозв'язку двох елементів: практичних навичок і вмінь курсанта в поводженні зі зброєю та його розумової готовності.

Список використаних джерел

1. Бригунець В. О., Моро М. В., Зайцев Ю. В., Заболотний В. В., Горелов І. Ю. Вогнева підготовка (теоретичний розділ). Альбом схем. Кафедра бойової і тактико-спеціальної підготовки факультету №2 ДЮО. Донецьк, 2006. 72 с.
2. Вайнштейн Л. М., Шлях на Олімп. Москва, 2005. 19 с.
3. Горбунов Г. Д. Психопедагогіка спорту : підручник для бакалаврату та магістратури. 6-е вид., пер. і доп. Москва : Юрайт, 2019. 269 с.
4. Трубіна В. С., Умнягіна Ю. А. Психологічні особливості здійснення прицільного пострілу. *Концепт*. 2017. Т. 36. С. 39.
5. Моральная, волевая, психологическая и тактическая подготовки стендовика. Воспитательная работа. URL: http://www.shooting-ua.com/books/book_371.htm