

Казначеев Д. Г.,
кандидат юридичних наук,
доцент кафедри тактико-спеціальної підготовки,
Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ,
м. Дніпро

Лісовик А. О.,
здобувач освітнього ступеня «бакалавр»
Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ,
м. Дніпро

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ НАВИКІВ ВЛУЧНОЇ СТРІЛЬБИ У КУРСАНТІВ ЗВО ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ МВС УКРАЇНИ

Особливості центральної нервової системи, а саме наявності домінанти та центрального гальмування можуть завадити майбутньому стрілку досягти відмінних результатів. Домінанта – це система, яка своїм впливом тимчасово керує функціонуванням нервових центрів у будь-який момент часу і визначає поведінку людини в певний момент. Саме вона є домінуючим вогнищем збудження, бо накопичує та підсумовує імпульси, що надходять до центральної нервової системи, а також пригнічує роботу інших центрів. Це і пояснює цілеспрямовану та систематичну поведінку організму, що за рефлексорним типом є не реактивним, а навпаки – активним. Але вирішальне значення надається принципу «системної історії», тому що ритм цього принципу відтворює ритм зовнішніх впливів. За допомогою цього ресурси тканини в нормальних умовах збільшуються, а не виснажуються. Тобто загальним напрямом розвитку нервової системи зосереджено на терміновості сигналізації і контролю. Виходячи з цього, ми можемо стверджувати, що нервова система відображає об'єкти зовнішнього середовища в їх просторово-часовій єдності, за допомогою нерозривності просторово-часових параметрів її діяльності.

Також, на відмінні результати стрільби впливає стомлення. Під стомленням розуміють один із видів функціональних станів організму, що виникає під час тривалої та інтенсивної роботи та призводить до зниження працездатності [3]. Але потрібно відрізнити, такі поняття як «стомлення» та «втома». Якщо стомлення, то – це функціональний процес організму, що виникає під час виконання роботи, то втома – це суб'єктивне відчуття спортсмена відносно виконуваної роботи. Завдяки цьому відчуттю відбувається попередження організму щодо перевтоми.

Перевтома – сукупність стійких функціональних відхилень організму людини, що виникає після неодноразового стану стомлення [4]. Виходячи, з цього можна сказати для того, щоб покращити навички влучної стрільби треба застосовувати різноманітні методи тренувань, а саме такі, як спортивне та ідеомоторне тренування.

Спортивне тренування – це детально організований педагогічний процес виховання, тренування і підвищення фізичної та функціональної підготовленості

спортсменів в умовах належного гігієнічного режиму, на основі педагогічного та медичного контролю, а також – самоконтролю [6].

Ідеомоторне тренування в подоланні елементів смуги перешкод являє собою уявне повторення сенсомоторного навичку при відсутності будь-яких рухів частин тіла, які сильно виражені і відносяться до основних засобів розвитку сфери саморегуляції рухів курсантів [1].

Отже, можна стверджувати, що існують чинники, які заважають курсантам-стрількам досягнути високих результатів, але наявні методи тренувань, уведення яких в освітній процес покращило б та прискорило б процес навчання.

Список використаних джерел

1. Философское содержание учения А. А. Ухтомского о доминанте. *Вестн. МГУ. Сер. 7 : Философия*. 2003. № 1. С. 30–43.
2. Озолин Н. Г. Настольная книга тренера : Наука побеждать. Москва : АСТ : Астрель, 2004. 863 с.
3. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Киев : Олимпийская литература, 1997. 584 с.
4. Чермит К. Д. Теория и методика физической культуры: опорные схемы : учеб. пособ. Москва : Советский спорт, 2005. 272 с.
5. Виленский М. Я. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических специальностей : учеб. пособ. Москва : Высш. шк, 1989. 159 с.