

Педагогика и просвещение

Правильная ссылка на статью:

Колесниченко Д.А. Применение методик функционального многоборья, базирующиеся на тренировочных средствах гиревого спорта, в процессе физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России // Педагогика и просвещение. 2024. № 4. DOI: 10.7256/2454-0676.2024.4.72511 EDN: RTYMMW URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=72511

Применение методик функционального многоборья, базирующиеся на тренировочных средствах гиревого спорта, в процессе физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России

Колесниченко Дмитрий Александрович

кандидат экономических наук

старший преподаватель, кафедра физической подготовки, Московский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.Я. Кикотя (Рязанский филиал)

390043, Россия, Рязанская область, г. Рязань, ул. Красная, 18, оф. 114

✉ kolesnichenko.fp@mail.ru



[Статья из рубрики "Типы обучения"](#)

DOI:

10.7256/2454-0676.2024.4.72511

EDN:

RTYMMW

Дата направления статьи в редакцию:

29-11-2024

Аннотация: Цель настоящего исследования заключается в проверке гипотезы о том, что обеспечения развития физических качеств обучающихся образовательных организаций системы МВД России на уровне, необходимом в профессиональной деятельности сотрудника ОВД, возможно в короткое время, в условиях ограниченного пространства и материально-технического обеспечения на основе применения методик функционального многоборья. При правильном построении тренировочного процесса на основе таких методик соответствующие показатели возрастают весьма значительно по сравнению с традиционным подходом к физической подготовке обучающихся. Предметом исследования являются методики функционального многоборья, базирующиеся на тренировочных средствах гиревого спорта, принимаемые для внедрения в

образовательный процесс с курсантами и слушателями образовательных организаций системы МВД России (на примере Рязанского филиала Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя). В процессе исследования применены методы наблюдения, обобщения независимых характеристик, изучения передового педагогического опыта, эксперимента, обобщения, конкретизации. Автор доказывает, что воспитание физических качеств обучающихся в образовательных организациях системы МВД России отличается качественной спецификой, обусловленной потребностью во всестороннем физическом развитии, как в части силы, выносливости, быстроты и ловкости, так и применительно к овладению навыками тактико-технической подготовки. При этом нормативно установленные требования к уровню физического развития и порядку проверки степени сформированности соответствующих физических качеств нередко толкуются как средство ограничения используемых для решения соответствующих задач методик. Обосновывается, что такой подход не является ни строго обязательным, ни отвечающим потребностям физического развития сотрудников ОВД на современном этапе. Новизна исследования определяется содержанием апробированной методики и обоснованием эффективности ее применения в условиях ограниченности организационно-технических ресурсов и бюджета времени, отводимого на развитие необходимых в деятельности сотрудника ОВД физических качеств.

Ключевые слова:

функциональное многоборье, кроссфит, физические качества, профессиональная подготовка, сотрудник полиции, гиревой спорт, тренировочные комплексы, системы программирования тренировок, эффективность обучения, физическая подготовка

Введение

Воспитание физических качеств у курсантов и слушателей, обучающихся в образовательных организациях системы МВД России, отличается качественной спецификой, обусловленной потребностью во всестороннем физическом развитии, как в части силы, выносливости, быстроты и ловкости, так и применительно к овладению навыками тактико-технической подготовки. Наличие таких навыков выступает в качестве обязательного условия для законного применения сотрудником органов внутренних дел (далее – ОВД) физической силы (в особенности, боевых приемов борьбы). По этой причине перед педагогическим составом кафедр, отвечающих за физическую подготовку, встает особая задача, заключающаяся в обеспечении гармоничного развития не только физических, но и тактических качеств обучающихся.

Следует отметить, что механизм решения этой задачи заложен в Приказе МВД России № 44 от 02 февраля 2024 г. «Об утверждении порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации», в содержании которого закреплены виды физических упражнений, направленных на развитие физических качеств, необходимых в профессиональной деятельности сотрудника ОВД. Поскольку проверка уровня физического развития обучающихся проводится в соответствии с данным нормативным правовым актом, основное внимание в образовательном процессе традиционно уделяется именно названным в нем физическим упражнениям. Представляется, однако, что ограничение средств физического воспитания курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России нормативно прописанными физическими упражнениями не является ни строго обязательным, ни отвечающим потребностям физического развития сотрудников ОВД на

современном этапе.

Напротив, особую актуальность сегодня составляет научное обоснование таких подходов к организации физической подготовки, которые могли бы соединить в себе современные варианты программирования тренировочного процесса, обеспечивающие высокую заинтересованность обучающихся в развитии и совершенствовании физических качеств, и нормативные требования к качеству подготовки сотрудников ОВД. При этом важно иметь в виду, что для того, чтобы разнообразить тренировочный процесс, не всегда необходимо прибегать к сложному материально-техническому обеспечению (оборудованию). В частности, одним из доступных и эффективно используемых для развития физических качеств может считаться такой спортивный снаряд, как гиря. В настоящее время область его практического применения не ограничивается гиревым спортом, в особенности, значительное число тренировочных комплексов (систем) с использованием гирь предложено в функциональном многоборье [\[2, с. 396\]](#), [\[12, с. 90\]](#), [\[15, с. 425\]](#). Гиря в классическом исполнении может иметь следующие весовые характеристики: 16, 24, 32 кг.

С точки зрения возможностей для физического воспитания обучающихся образовательных организаций системы МВД России использование гирь в качестве спортивного снаряда имеет ряд преимуществ. В особенности, данный снаряд является компактным, его использование в тренировочном процессе не требует специальной организации пространства, перечень применяемого оборудования минимален – достаточно иметь в распоряжении перекладину, площадку длиной 10 на 10 метров и, соответственно, парные гири весом 16, 24 и 32 килограмма.

Учитывая сказанное, цель настоящего исследования заключается в проверке гипотезы о том, что обеспечение развития физических качеств обучающихся образовательных организаций системы МВД России на уровне, необходимом в профессиональной деятельности сотрудника ОВД, возможно в короткое время, в условиях ограниченного пространства и материально-технического обеспечения на основе применения методик функционального многоборья, базирующихся на тренировочных средствах гиревого спорта. При правильном построении тренировочного процесса на основе таких методик соответствующие показатели возрастают значительно по сравнению с традиционным подходом к физической подготовке обучающихся. Объектом исследования является процесс развития и совершенствования физических качеств обучающихся образовательных организаций системы МВД России. Предметом исследования являются методики функционального многоборья, базирующиеся на тренировочных средствах гиревого спорта, принимаемые для внедрения в образовательный процесс с курсантами и слушателями образовательных организаций системы МВД России (на примере Рязанского филиала Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя).

Методология исследования

В ходе исследования применены методы наблюдения, обобщения независимых характеристик, изучения передового педагогического опыта, эксперимента, обобщения, конкретизации. Результатом работы служит совокупность показателей, подтверждающих эффективность использования систем программирования функционального многоборья с элементами гиревого спорта для целей развития силовых качеств и выносливости обучающихся образовательных организаций системы МВД России.

Для проведения исследования были сформированы две группы обучающихся – группа А и группа В.

Группа А тренировалась по программе с использованием гирь, в основу которой были положены принципы программирования тренировочного процесса в функциональном многоборье. В группе В занятия по физической подготовке были организованы в соответствии с традиционными методиками развития физических качеств сотрудников ОВД.

В группе А обучающиеся выполняли следующие специальные задания:

Задание 1. Выполнить 3 раунда:

1.1. 20 приседаний с гирей на груди 16 кг.

1.2. 40 подъемов корпуса на пресс лежа на полу.

Данное задание предусматривало объемную работу, в рамках которой допускалось разбивать повторения до набора необходимой суммы в движениях. Задача состояла в том, чтобы работать в одном скоростном режиме. Вес гири в этом задании избирался тяжелый (с учетом уровня подготовки, веса и самочувствия обучаемого).

Задание 2. Выполнить 6 кругов:

2.1. 7 берпи с махом гири 24 кг.

2.2. 10 толчков гири 24 кг.

Выполнять данное задание требовалось в одном скоростном режиме, без максимальных усилий. Вес гири варьировался в зависимости от подготовки, веса и самочувствия обучаемого.

Задание 3. Выполнить 3 раунда, в рамках которых в сумме набрать 120 повторений, - махи гири.

В рамках выполнения данного задания необходимо было работать все три раунда, не ставя гирю на пол, руки при этом менять произвольно. Вес гири – легкий.

Задание 4. Выполнить лесенку на время 11-10-9-8-7...1:

4.1. Берпи.

4.2. Махи гири 24/32 кг.

Задание 4 являлось рубежно-контрольным и проводилось в начале эксперимента и в его конце (результаты см. в приложении № 1).

Специальные задания в группе А выполнялись либо в конце занятия, либо в его основной части вместе с отработкой сложных технических действий, таких как боевые приемы борьбы.

Во второй части эксперимента были использованы системы программирования тренировочного процесса, разработанные в функциональном многоборье, такие как: AMRAP (от англ. «As many rounds as possible» - «Столько, сколько сможешь выполнить»), EMOM (от англ. – «Every minute on the minute» - «Каждую минуту в течение минуты»), Metcon (от англ. – «Metabolic conditioning workout» - тренировка по метаболическому кондиционированию).

Специальные задания в группе А во второй части эксперимента включали в себя:

Задание 1:

Выполнить АМРАП 5 минут.

1.1 Демонстрация боевых приемов борьбы – 1 прием (в зависимости от темы занятия).

1.2 10 толчков гири (5 правой и 5 левой рукой без постановки гири на пол).

Цель выполнения данного задания состояла в том, чтобы за 5 минут набрать как можно больше толчков гири, не теряя качества в выполнении боевых приемов.

Задание 2. Выполнить ЕМОМ 10:

2.1. Демонстрация боевых приемов борьбы – 1 прием (в зависимости от темы занятия) + 6 махов гири (3 правой, 3 левой рукой).

Задание 3. Табата 20 раундов:

3.1. Боевые приемы на скорость (в зависимости от темы занятия).

3.2. Рывок гири правой рукой.

3.3. Рывок гири левой рукой.

3.4. Толчок левой рукой.

3.5. Толчок правой рукой.

Результаты исследования и их обсуждение

Таблица № 1. Рубежно-контрольные тестирования группы А

№	1 Рубежно-контрольное тестирование (время выполнения)	2 Рубежно-контрольное тестирование (время выполнения)
Испытуемый 1	17.54	11.01
Испытуемый 2	17.32	10.42
Испытуемый 3	16.45	10.19
Испытуемый 4	18.03	10.54
Испытуемый 5	16.45	11.02
Испытуемый 6	17.11	10.21
Испытуемая 7	19.32	15.21
Испытуемая 8	21.02	16.11
Испытуемая 9	19.21	16.33
Испытуемая 10	18.45	14.55
Испытуемый 11	17.11	10.32

Таблица № 2. Сравнительный анализ промежуточной аттестации группы А и В

№ п/п	категория	Группа А (баллы в трех нормативах сила, быстрота, выносливость)	Группа В (баллы в трех нормативах сила, быстрота, выносливость)	Разница прогресса в процентах А/В

1	Слушатель (Ж)	155	178	10/12
2	Слушатель (М)	176	190	11/12
3	Слушатель (М)	179	195	5/12
4	Слушатель (М)	171	199	5/11
5	Слушатель (М)	185	187	5/5,5
6	Слушатель (М)	178	188	5,5/10
7	Слушатель (М)	179	179	5/5
8	Слушатель (М)	182	194	10/17
9	Слушатель (М)	176	187	5,5/10
10	Курсант (Ж)	175	186	3/10
11	Курсант (М)	199	197	12/11
12	Курсант (М)	174	186	2/10
13	Курсант (М)	188	191	10/12
14	Курсант (М)	211	187	25/10
15	Курсант (М)	173	189	2/11
16	Курсант (М)	170	203	1/20
17	Курсант (М)	187	198	10/17
18	Курсант (М)	171	186	1/10
19	Курсант (М)	172	181	1/9
20	Курсант (М)	177	212	6/24
21	Курсант (М)	174	188	2/10

Анализируя данные проведенного эксперимента, следует отметить значительный прирост как силовых качеств, так и выносливости обучающихся группы А по сравнению с обучающимися группы Б согласно данным таблицы №1. В группе эксперимента наблюдается также повышение качества применения технических действий, а, следовательно, и более высокий уровень развития таких физических качеств, как быстрота и координация (таблица № 2). Следует полагать, что обнаруживаемый положительный эффект обусловлен не только эффективностью систем функционального многоборья по сравнению с традиционными методиками развития физических качеств в целом, но и тем, что разнообразие, наглядность и простота организации тренировочного процесса, качественное улучшение структуры тела в короткие сроки дополнительно мотивируют курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России к направленному физическому совершенствованию.

Сопоставляя полученные результаты с иными предлагаемыми в доктринальных источниках подходами, нельзя не обратить внимание на то, что применению методик функционального многоборья в системе МВД России в последние годы уделяется весьма существенное внимание. При этом использование элементов систем программирования тренировочного процесса, разработанных в данном виде спорта, рекомендуется в качестве средства воспитания гармонично развитой личности обучающегося [\[1, с. 115\]](#), формирования психологической устойчивости, создания условий для самостоятельного физического совершенствования и поддержания необходимого уровня физической подготовленности [\[5, с. 7\]](#); [\[7, с. 105\]](#); [\[8, с. 247\]](#). В то же время, при аргументации потребности в таком использовании конкретные тренировочные комплексы либо не приводятся вообще [\[6, с. 218\]](#), либо обосновываются с содержательным наполнением, не учитывающим нормативные требования к деятельности сотрудников ОВД (включая уровень их физической подготовки и порядок проверки соответствия занимаемой должности в данной части), организационно-технические условия деятельности образовательных организаций системы МВД России.

Так, например, для проведения занятий по физической подготовке с курсантами и слушателями рекомендуется использование тренировочных комплексов, включающих в себя упражнения со штангой, выполняемые индивидуально каждым обучающимся, упражнения с использованием гребного тренажера и т.п. [3, с. 75]; [9, с. 136]; [11, с. 24]; [13, с. 322]. Другой проблемой является наличие многочисленных рекомендаций по внедрению сложно-координационных упражнений в процесс самостоятельной работы обучающихся. В частности, речь идет об элементах тяжелой атлетики (толчок, рывок и т.п.), гимнастики (выходы силой, ходьба на руках) и т.п. упражнение, выполнение которых требует длительной предварительной подготовки под руководством и контролем персонального тренера [4, с. 106]; [10, с. 219]; [14, с. 85]; [16, с. 333]. Такого рода рекомендации, хотя и соответствуют представлению о функциональном многоборье как комплексном виде спорта, включающем в себя элементы целого ряда различных спортивных дисциплин, практически невыполнимы с точки зрения требований к обеспечению техники безопасности, отсутствия возможностей осуществления индивидуального контроля за каждым обучающимся в процессе самостоятельной работы, а также необходимости развития, помимо физических качеств, специальных умений и навыков в сфере применения боевых приемов борьбы.

Заключение

Учитывая сказанное, следует заключить, что представленная в настоящей статье частная методика, апробированная в образовательном процессе и доказавшая свою высокую эффективность, выгодно отличается от иных предлагаемых вариантов. С ее помощью достижение цели развития физических качеств на уровне, необходимом в профессиональной деятельности сотрудника ОВД, становится возможным в условиях ограниченности бюджета времени, отводимого на развитие физических качеств обучающихся (по сравнению со временем, отводимым на освоение боевых приемов борьбы), и с минимальным объемом специального оборудования. Новизна исследования определяется содержанием апробированной методики и обоснованием эффективности ее применения в заданных условиях. Полученные результаты позволяют также обозначить ряд направлений для дальнейших исследований, включая: обоснование вариантов использования в образовательном процессе с курсантами и слушателями вузов системы МВД России элементов систем программирования тренировочного процесса AMRAP, EMOM, Metcon на основе имеющегося физкультурно-спортивного оборудования (его отдельных разновидностей); оценка эффективности такого использования с точки зрения нормативных требований к уровню развития отдельных физических качеств сотрудников ОВД (силы, быстроты, выносливости).

Библиография

1. Аракелян, Г.Л. Стратегии конструирования телесности и формирования здорового образа жизни обучающихся образовательных организаций МВД России / Г.Л. Аракелян, Н.В. Бичан, О.С. Мантуров // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2022. – № 1 (67). – С. 113-118.
2. Балашов, А.В. Методы повышения уровня функциональной подготовленности сотрудников правоохранительных органов, курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России / А.В. Балашов, А.В. Игумнов // Евразийский юридический журнал. – 2020. – № 12 (151). – С. 395-397.
3. Галимова, А.Г. Повышение физической подготовленности курсантов образовательных организаций МВД России на основе использования физических упражнений функционального многоборья (кроссфит) / А.Г. Галимова, М.Д. Кудрявцев, Г.Я. Галимов

- // Вестник Восточно-Сибирского института МВД России. – 2016. – № 3 (78). – С. 71-78.
4. Глубокий, В.А. Средства и методы развития силовых способностей у курсантов (слушателей) образовательной организации Министерства внутренних дел России / В.А. Глубокий, С.М. Струганов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 4 (182). – С. 105-108.
5. Глубокая, М.В. Кроссфит в физической подготовке обучающихся в вузе правоохранительных органов / М.В. Глубокая, В.А. Глубокий // Научный журнал Дискурс. – 2017. – № 10 (12). – С. 6-13.
6. Камнев, Р.В. Формирование у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России осознанной потребности в физическом развитии / Р.В. Камнев, Д.Г. Овечкин, Е.Г. Прыткова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 11 (213). – С. 217-220.
7. Кузнецов, М.Б. Кроссфит как основа повышения силовой выносливости у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России / М.Б. Кузнецов // Наука-2020. – 2019. – № 6 (31). – С. 101-106.
8. Крючков, В.В. Мотивация курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России к регулярным самостоятельным занятиям функциональной подготовкой с использованием дистанционных технологий / В.В. Крючков, Р.В. Камнев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 5 (207). – С. 246-249.
9. Николаев, Н.Ю. Повышение физической подготовленности обучающихся вузов МВД России с использованием упражнений функционального многоборья (кроссфит) / Н.Ю. Николаев, А.В. Южанина // Физическая культура и спорт в системе профессионального образования: опыт и инновационные технологии физического воспитания: сб. статей. – Екатеринбург: Уральский юридический институт МВД России, 2020. – С. 134-137.
10. Носов, С.А. Способ развития и повышения силовых показателей у курсантов и слушателей, обучающихся в образовательных организациях МВД России на занятиях по физической подготовке // Автономия личности. – 2023. – № 1 (29). – С. 218-222.
11. Применение комплексов кроссфит в физической подготовке курсантов образовательных организаций МВД России: учебно-методическое пособие / А.В. Горбатенко, Ю.В. Муханов, А.В. Апальков, А.А. Третьяков. – Белгород: БЮИ МВД России имени И.Д. Путилина, 2022. – 54 с.
12. Ревин, Д.А. Взаимосвязь ведущих параметров физической подготовленности курсантов с результатами в базовых упражнениях кроссфита / Д.А. Ревин // Мир спорта. – 2024. – № 2 (95). – С. 79-82.
13. Томас, А.В. Применение технологии функционального многоборья для физического совершенствования будущих сотрудников полиции / А.В. Томас, В.В. Желонкин, Е.В. Василькова // Евразийский юридический журнал. – 2018. – № 1 (116). – С. 322-323.
14. Украинский, С.В. К вопросу о внедрении в структуру физической подготовки сотрудников полиции кроссфит-тренировок / С.В. Украинский // Экономика. Право. Печать. Вестник КСЭИ. – 2018. – № 2 (78). – С. 84-87.
15. Фомин, С.А. Использование элементов кроссфит-тренинга в процессе физической подготовки курсантов вузов МВД России / С.А. Фомин, А.Р. Шевченко // NovaUm.Ru. – 2018. – № 15. – С. 424-426.
16. Язанов, Д.И. Использование кроссфит-комплексов в физической подготовке курсантов образовательных организаций МВД России // Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных организациях высшего образования. Здоровый образ жизни как фактор профилактики наркомании: сб. статей. – Красноярск: СибЮИ МВД России, 2023. – С. 331-334.

Результаты процедуры рецензирования статьи

В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.

Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).

Представленная статья на тему «Применение методик функционального многоборья, базирующиеся на тренировочных средствах гиревого спорта, в процессе физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России» соответствует тематике журнала «Педагогика и просвещение» и посвящена актуальному исследованию.

Статья включает в себя предмет, цель исследования, а также научную новизну.

В водной части статьи авторы уделяют внимание гипотезе о том, что обеспечение развития физических качеств обучающихся образовательных организаций системы МВД России на уровне, необходимом в профессиональной деятельности сотрудника ОВД, возможно в короткое время, в условиях ограниченного пространства и материально-технического обеспечения на основе применения методик функционального многоборья, базирующихся на тренировочных средствах гиревого спорта. Данный вопрос исследования является актуальным.

В статье авторы ссылаются на нормативно-правовую базу, а именно: приказ МВД России № 44 от 02 февраля 2024 г. «Об утверждении порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации», в содержании которого закреплены виды физических упражнений, направленных на развитие физических качеств, необходимых в профессиональной деятельности сотрудника ОВД.

В качестве научной новизны авторы указывают содержание апробированной методики и обоснование эффективности ее применения в заданных условиях.

Практическая значимость четко обоснована и заключается в обосновании эффективного использования в процессе развития физических качеств курсантов образовательных организаций системы МВД России такого спортивного снаряда, как гиря. В настоящее время область его практического применения не ограничивается гиревым спортом, в особенности, значительное число тренировочных комплексов (систем) с использованием гирь предложено в функциональном многоборье.

Статья по объему соответствует рекомендуемому объему от 12 000 знаков.

Стиль и язык изложения является достаточно доступным для широкого круга читателей. Авторами статьи проведен аналитический обзор отечественной литературы.

К недостаткам можно отнести следующие моменты: не сформулирован объект исследования; статья не структурирована (не выделены введение, внутреннее членение основной части, выводы или заключение).

Возможно будет целесообразным добавить в водную часть статьи краткое рассмотрение истории вопроса для подведения к современному положению дел и обоснованию актуальности рассматриваемой проблемы. Также будет целесообразным добавить о перспективах дальнейшего исследования.

Также имеет смысл краткий анализ передового зарубежного опыта в рассматриваемом вопросе.

Рекомендуется сформулировать объект исследования; структурировать статью (выделить введение, внутреннее членение основной части, выводы или заключение).

Статья «Применение методик функционального многоборья, базирующиеся на тренировочных средствах гиревого спорта, в процессе физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России» требует доработки по указанным выше замечаниям. После внесения поправок рекомендуется к повторному рассмотрению редакцией рецензируемого научного журнала.

Результаты процедуры повторного рецензирования статьи

В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.

Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).

На рецензирование представлена статья «Применение методик функционального многоборья, базирующиеся на тренировочных средствах гиревого спорта, в процессе физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России». Работа содержит постановку проблемы, проведение теоретического обзора и представлены результаты эмпирического исследования.

Предмет исследования. В центре внимания автора находится проверка гипотезы о том, что обеспечение развития физических качеств обучающихся образовательных организаций системы МВД России на уровне, необходимом в профессиональной деятельности сотрудника ОВД, возможно в короткое время, в условиях ограниченного пространства и материально-технического обеспечения на основе применения методик функционального многоборья, базирующихся на тренировочных средствах гиревого спорта. В том случае, если правильно выстроен тренировочный процесс на основе таких методик, то соответствующие показатели возрастают значительно по сравнению с традиционным подходом к физической подготовке обучающихся.

Методология исследования. В исследовании были использованы следующие методы: наблюдение, обобщение независимых характеристик, изучение передового педагогического опыта, эксперимент, обобщение, конкретизация.

Актуальность исследования. Актуальность исследования опосредована тем, что особую актуальность в настоящее время составляет научное обоснование таких подходов к организации физической подготовки, которые могли бы соединить в себе современные варианты программирования тренировочного процесса, обеспечивающие высокую заинтересованность обучающихся в развитии и совершенствовании физических качеств, и нормативные требования к качеству подготовки сотрудников ОВД. С точки зрения возможностей для физического воспитания обучающихся образовательных организаций системы МВД России использование гирь в качестве спортивного снаряда имеет ряд преимуществ.

Научная новизна исследования заключается в том, что рассмотрен процесс развития и совершенствования физических качеств обучающихся образовательных организаций системы МВД России. Особое внимание уделено изучению методик функционального многоборья, базирующихся на тренировочных средствах гиревого спорта, принимаемых для внедрения в образовательный процесс с курсантами и слушателями образовательных организаций системы МВД России.

Стиль, структура, содержание. Стиль изложения соответствует публикациям такого уровня. Язык работы научный. Структура работы четко прослеживается, автором выделены основные смысловые части. Логика в работе представлена. Содержание статьи отвечает требованиям, предъявляемым к работам такого уровня. Объем работы достаточный для того, чтобы раскрыть предмет исследования. В исследовании были рассмотрены следующие позиции: краткий теоретический анализ, описана методология и результаты проведенного исследования и т.д.

Библиография. Библиография статьи включает в себя 16 отечественных источников, большая часть из которых издана за последние три года. В список включены, в основном, статьи и тезисы, а также учебно-методические издания. Источники оформлены корректно и однородно.

Апелляция к оппонентам.

Рекомендации: провести более подробный теоретический анализ источников,

рассматривающих затронутую проблему, а также более подробно описать результаты эмпирического исследования и их анализ.

Выводы. Проблематика затронутой темы отличается несомненной актуальностью, теоретической и практической ценностью. Статья будет интересна специалистам, которые занимаются проблемами физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России. Затронутая проблема была рассмотрена через призму использования методик функционального многоборья, базирующиеся на тренировочных средствах гиревого спорта. Статья может быть рекомендована к опубликованию. Однако важно учесть выделенные рекомендации и внести соответствующие изменения. Это позволит представить в редакцию научно-методическую и научно-исследовательскую работу, отличающуюся научной новизной и практической значимостью.