



**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УФИМСКИЙ ЮРИДИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ
МИНИСТЕРСТВА ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
ОГНЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ**

**Сборник материалов
Всероссийской конференции
17 июня 2021 года**

**ISBN 978-5-7247-1093-0
© Уфимский ЮИ МВД России, 2021**

Об издании – [2](#), [3](#)

УДК 378.635.016:[355.541.1+796] (470)
ББК 67.401.133p30(2Рос)+68.512.1p30(2Рос)+75.1p30(2Рос)
А43

*Рекомендован к опубликованию
редакционно-издательским советом Уфимского ЮИ МВД России*

Под общей редакцией кандидата юридических наук О. С. Носкова

Редакционная коллегия:

В. О. Ким;
Р. З. Абдюков;
А. В. Огрыза;
А. А. Романов, кандидат юридических наук;
Н. Ю. Горячева, кандидат юридических наук;
Р. Р. Музафин;
Г. И. Степанов, кандидат педагогических наук, доцент;
А. С. Матвеев;
Р. А. Ахияров

А43 Актуальные вопросы совершенствования огневой и физической подготовки обучающихся в образовательных организациях МВД России [Электронное издание] : сборник материалов Всероссийской конференции, г. Уфа, 17 июня 2021 года / под общ. ред. О. С. Носкова. – Электрон. текстовые дан. (3,2 МБ). – Уфа : Уфимский ЮИ МВД России, 2021. – 1 электрон. опт. диск (CD-R). – Систем. требования: IBM PC, 1 GHz; 512 mb оперативной памяти; 3 mb ОЗУ; CD/DVD-ROM дисковод; операционная система Windows XP и выше; Adobe Reader 8.0 и выше. – Загл. с экрана.

ISBN 978-5-7247-1093-0

В сборник материалов включены тезисы докладов, сообщений, выступлений участников Всероссийской конференции «Актуальные вопросы совершенствования огневой и физической подготовки обучающихся в образовательных организациях МВД России».

Сборник предназначен для представителей образовательных организаций МВД России, территориальных органов МВД России.

УДК 378.635.016:[355.541.1+796] (470)
ББК 67.401.133p30(2Рос)+68.512.1p30(2Рос)+75.1p30(2Рос)

© Уфимский ЮИ МВД России, 2021

Научное издание

**Актуальные вопросы совершенствования огневой и физической
подготовки обучающихся в образовательных организациях
МВД России**

Сборник материалов
Всероссийской конференции

Редактор	Р. Р. Гафарова
Редактор, корректура, компьютерная верстка	Р. Р. Гафарова
Дизайн обложки	А. Ф. Чиняева

Дата подписания к использованию: 30.06.2021

Объем издания: 3,2 МБ
Комплектация издания: 1 электрон. опт. диск (CD-R)

Тираж: 15 дисков

Редакционно-издательский отдел
Уфимского юридического института МВД России
450103, г. Уфа, ул. Муксинова, д. 2

СОДЕРЖАНИЕ

ДОКЛАДЫ

<u>Носков О. С.</u> АНАЛИЗ ФАКТОРОВ, СНИЖАЮЩИХ ЭФФЕКТИВНОСТЬ СТРЕЛЬБЫ, И ИХ УЧЕТ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ОГНЕВОЙ И ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ.....	8
<u>Купавцев Т. С.</u> О ПЕРСПЕКТИВАХ ПРИМЕНЕНИЯ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТИВНЫХ СУДЕЙ ПО СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫМ ВИДАМ СПОРТА.....	11
<u>Якушев В. А., Митин А. А., Филимонов В. А.</u> К ВОПРОСУ О КОМПОНЕНТАХ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ОРГАНАХ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.....	15
<u>Лунин А. А., Рукавишников Г. А.</u> О СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ, НАПРАВЛЯЕМЫХ В СЕВЕРОКАВКАЗСКИЙ РЕГИОН РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.....	18
<u>Пунтус С. А.</u> ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ СКВОЗЬ ПРИЗМУ ФЕДЕРАЛЬНЫХ ГОСУДАРСТВЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ.....	24
<u>Панов Е. В., Филиппович В. А.</u> О ЗНАЧЕНИИ СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫХ ВИДОВ СПОРТА В СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ.....	28
<u>Ким В. О.</u> СПОРТИВНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ.....	32
<u>Романов А. А.</u> О КОМПЕТЕНТНОСТНОМ ПОДХОДЕ В ПОДГОТОВКЕ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ К ПРИМЕНЕНИЮ ОГНЕСТРЕЛЬНОГО ОРУЖИЯ.....	36
<u>Романов Р. В., Диянич В. Ю.</u> ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ ПРИ ОБУЧЕНИИ БОЕВЫМ ПРИЕМАМ БОРЬБЫ.....	41
<u>Цекун С. О.</u> МОДЕЛИРОВАНИЕ ТИПОВЫХ СИТУАЦИЙ ЗАДЕРЖАНИЯ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ.....	45
<u>Николаев Н. Ю.</u> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КЕЙС-ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ.....	49

ВЫСТУПЛЕНИЯ

<u>Волков А. Н., Варфоломеева Е. А.</u> ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПРИКЛАДНЫХ ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДОВ СПОРТА (НА ПРИМЕРЕ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ)	53
<u>Огрыза А. В., Таран А. Н.</u> ОСОБЕННОСТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЦ, ПОДЛЕЖАЩИХ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ЗАЩИТЕ.....	58
<u>Степанов Г. И.</u> ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ В УСЛОВИЯХ САМОИЗОЛЯЦИИ.....	60
<u>Горячева Н. Ю.</u> ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ СТРЕЛКОВЫХ СЕКЦИЙ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ К СЛУЖБЕ В ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНАХ.....	64
<u>Насадюк Е. В., Симонтовский А. П.</u> ОЦЕНКА И АНАЛИЗ ДИНАМИКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ.....	67
<u>Абазов А. Б., Файрушин Т. А.</u> СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫЕ ВИДЫ СПОРТА С ПРИМЕНЕНИЕМ ОРУЖИЯ КАК ОСНОВА СТАНОВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА СОТРУДНИКА ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ.....	72
<u>Музафин Р. Р., Никифоров П. В.</u> ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНИКИ ПРАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБЫ В ПРИКЛАДНЫХ ВИДАХ СПОРТА.....	75
<u>Синянский В. А., Каленик Р. С., Назаренко Б. А.</u> РОЛЬ АССИСТЕНТА ПРИ ИЗУЧЕНИИ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ БОЕВЫХ ПРИЕМОВ БОРЬБЫ.....	78
<u>Файзуллин Н. Н.</u> ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЕЙ, СВЯЗАННЫЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИНВЕНТАРЯ..	82
<u>Муртазин А. И.</u> СПЕЦИФИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ОГНЕВОЙ, ФИЗИЧЕСКОЙ И ТАКТИКО-СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ.....	86
<u>Гусейнов А. А.</u> МЕСТО УПРАЖНЕНИЙ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПРЕПЯТСТВИЙ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СОТРУДНИКОВ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ, РЕАЛИЗУЮЩИХ МЕРУ БЕЗОПАСНОСТИ «ЛИЧНАЯ ОХРАНА».....	88
<u>Даминов А. А.</u> ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА КАК УСЛОВИЕ ФОРМИРОВАНИЯ МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ.....	92

<u>Матвеев А. С.</u> АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ГРУППЫ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ.....	96
<u>Зайцева Е. А., Малыгин Д. А., Чиновников А. И.</u> СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ НЕКОТОРЫХ МОМЕНТОВ ПЕРВОНАЧАЛЬНОЙ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ.....	101
<u>Федосеева К. А., Васильева Д. П., Чернышов А. В.</u> СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТАКТИКО-СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД.....	104
<u>Носова Д. Х., Давлетов В. И.</u> ВЛИЯНИЕ ИНТЕНСИВНОСТИ И ДЛИТЕЛЬНОСТИ АЭРОБНЫХ ВЫСОКОИНТЕНСИВНЫХ ИНТЕРВАЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОК НА ПОКАЗАТЕЛИ ВЫНОСЛИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ.....	110
<u>Ковалев Д. В.</u> ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ.....	114
<u>Каленик Р. С.</u> ВЛИЯНИЕ РАЗВИТИЯ ВЕРХНЕГО ПЛЕЧЕВОГО ПОЯСА КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ НА КАЧЕСТВО СТРЕЛБЫ ИЗ ПИСТОЛЕТА МАКАРОВА.....	116
<u>Ахияров Р. А.</u> О ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ.....	122
<u>Балуев А. С.</u> ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА КАК ФУНДАМЕНТ МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СОТРУДНИКОВ МВД РОССИИ.....	124
<u>Горынин Д. В.</u> НЕТРАДИЦИОННЫЕ ВИДЫ СПОРТА В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СОТРУДНИКОВ МВД (НА МАТЕРИАЛАХ УМВД ГИБДД РФ ПО ПРИМОРСКОМУ КРАЮ).....	127
<u>Шербаков О. Н.</u> ОТДЕЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ОРГАНИЗАЦИИ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ В РАМКАХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ (ПОЛИЦИИ).....	133
<u>Давыдов Н. М.</u> ОБУЧЕНИЕ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ ПРИМЕНИТЕЛЬНО К ПРАКТИЧЕСКОЙ СЛУЖБЕ В ОВД.....	138
<u>Чембарисов Т. И.</u> К ВОПРОСУ О СОЧЕТАНИИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО И ГРУППОВОГО ПОДХОДОВ В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ОБУЧАЕМЫХ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ.....	140
<u>Никитин А. И.</u> О НЕОБХОДИМОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ РАЗМИНКИ И РАЗОГРЕВА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ.....	143

<u>Фатхиев Д. М.</u> ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ПОДГОТОВКА КАК ЭЛЕМЕНТ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОВД.....	147
<u>Усманов Д. Р.</u> ТЕХНИКА ПРЕОДОЛЕНИЯ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ СО СТРЕЛЬБОЙ.....	149
<u>Анисимов В. А.</u> УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ СПАРРИНГИ ПО РУКОПАШНОМУ БОЮ КАК СРЕДСТВО ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ МВД РОССИИ.....	152
<u>Ахтамьянов Р. Р.</u> СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНОЕ ПЛАВАНИЕ В СИСТЕМЕ МВД РОССИИ, ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ПОДГОТОВКИ.....	155

ДОКЛАДЫ

УДК 378.635.016:035.541.1(470)

О. С. Носков – начальник кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России, кандидат юридических наук (г. Уфа)

АНАЛИЗ ФАКТОРОВ, СНИЖАЮЩИХ ЭФФЕКТИВНОСТЬ СТРЕЛЬБЫ, И ИХ УЧЕТ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ОГНЕВОЙ И ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Совершенствование огневой и тактической подготовки сотрудников органов внутренних дел является одним из важных и актуальных сегодня направлений профессионального роста полиции. В частности, на это указывают статистические данные об эффективности применения оружия сотрудниками полиции в различных обстановках оперативно-служебной деятельности. Так, по данным исследования авторского коллектива Дальневосточного юридического института МВД России процент попаданий в условиях ведения огня из нестандартных положений очень низкий. Так, например, при стрельбе из автомашины с места количество попаданий составило 7,4 %, в движении – 7,0 % [1. С. 16]. При этом следует отметить, что более 40 % случаев применения оружия сотрудниками полиции приходится на цели остановки транспортного средства [2. С. 8]. В этом случае огонь ведется преимущественно по колесам автомобиля, при этом и автомобиль нарушителя, и автомобиль, в котором находится ведущий стрельбу сотрудник полиции, двигаются на большой скорости, маневрируют, реагируют на неровности дороги. В подобных и многих других ситуациях ведения огня в движении или по движущейся цели, из неудобных положений, при плохом освещении и т. п., в результате действия таких осложняющих стрельбу факторов эффективность стрельбы снижается.

Таким образом, указанное наглядно демонстрирует, что факторы воздействия на сотрудника конкретной обстановки могут существенно осложнять ведение точной стрельбы. И даже если на тренировочных занятиях сотрудник показывает отличный результат, поражая статичную заданную мишень с привычной дистанции, то в реальной обстановке даже на короткой дистанции под воздействием широкого перечня внутренних и внешних факторов, промахнуться. Поскольку такие факторы снижают эффективность стрельбы, в рамках настоящей статьи мы будем определять их как сбивающие факторы.

Задачей огневой и, в некоторой степени, тактической подготовки является обеспечение эффективности ведения огня сотрудником полиции

именно в реальных жизненных обстоятельствах, спектр различных вариантов которых может быть бесконечно широк. В то же время для таких ситуаций можно выделить наиболее характерные сбивающие факторы. При этом одни из факторов могут быть устранены путем регулярной тренировки (например, такие, как страх боевого контакта с преступником, сомнения в правомерности применения оружия и т. п.), в присутствии других сотрудников может научиться работать, сохраняя эффективность (ведение огня в темной обстановке, в движении и т. п.).

Исходя из этого, повышение эффективности подготовки сотрудников полиции к применению огнестрельного оружия видится в определении сбивающих факторов и построении практических занятий по огневой и тактической подготовке таким образом, чтобы погружать обучающихся в ситуации, имеющие указанные факторы, постоянно сталкивать обучающихся с ними для выработки навыка работы с оружием при их воздействии.

Условно сбивающие факторы можно подразделить на внешние и внутренние. Внутренние факторы связаны с состоянием, ощущениями, способностями сотрудника полиции, которые зависят от него самого. Среди внутренних факторов, в свою очередь, можно выделить психологические, физиологические и интеллектуальные.

Психологические внутренние факторы связаны с чувствами волнения, страха, которые, в свою очередь, вызывают напряжение мышц, нервозность или, напротив, реакции торможения психических процессов, учащенное поверхностное дыхание, возможно тремор рук. У обучающихся в самом начале огневой подготовки зачастую наблюдается страх шума выстрела и отдачи (который приводит к распространенной ошибке ожидания выстрела и резкому нажатию на хвост спускового крючка). В некоторых случаях у новичков это может быть страхом в отношении огнестрельного оружия как такового.

В отношении последнего страха следует отметить, что он достаточно легко устраняется путем регулярных тренировок и работе с оружием (в том числе вхолостую). Страх шума выстрела и отдачи пистолета устраняется несколько сложнее, однако опытный преподаватель путем имитации отдачи при работе вхолостую, манипуляцией с курком и ударником, не позволяющей произойти выстрелу при боевой стрельбе, некоторыми другими упражнениями и приемами в ходе индивидуальной работы с обучаемым может решить и эту проблему.

В то же время следует заметить, что названные страхи могут иметь место при стрельбе в тире по мишени. В реальной боевой обстановке противостояния с вооруженным преступником необходимо говорить о страхе получить ранение. Этот страх, являющийся следствием проявления инстинкта самосохранения, и необходим для выбора наиболее безопасных моделей поведения. Тем не менее, не пытайтесь избавиться от данного стра-

ха (что и не требуется), можно говорить о путях минимизации его вредных проявлений. Такими путями могут быть тактические тренировки с имитацией боестолкновений с преступниками с применением страйкбольного, пейнтбольного оборудования и т. п. В результате таких тренировок, во-первых, ситуация «дуэли» становится более знакомой и, соответственно, менее стрессогенной. Во-вторых, позволяет выработать тактические навыки использования укрытий, ухода с линии огня и минимизации себя как цели и т. д., что, в свою очередь, усиливает ощущение защищенности и уверенности в своей безопасности.

К интеллектуальным сбивающим факторам можно отнести проблему быстрого принятия решения о правомерности применения огнестрельного оружия. Нередки случаи, когда сотрудник полиции сомневается в допустимости открытия огня на поражение и опасается привлечения к ответственности за это. На психологическом уровне это также ставит определенный блок и не позволяет произвести точный выстрел. Нивелирование данного фактора видится в многократной отработке действий в ситуациях, моделирующих наличие различных оснований применения оружия, предусмотренных ст. 23 Федерального закона от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ «О полиции», с последующим разбором каждой из таких ситуаций [3].

Физиологические внутренние сбивающие факторы связаны с возможностью ведения точного огня из табельного оружия после физической нагрузки, из неудобных положений, в средствах бронезащиты. Наставление по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации, утвержденное приказом МВД России от 2 ноября 2017 г. № 880, содержит такие упражнения, соответственно с задачей педагогического состава уделяется достаточное внимание их отработке после освоения базовой части огневой подготовки.

Внешние сбивающие факторы связаны с широким перечнем различных параметров проявлений нестандартной (не совпадающей с обстановкой проведения стрельб в тире) окружающей среды. В частности, это перемещение цели, перемещение стрелка (стрельба на ходу либо из движущегося транспортного средства), изменение дистанции до цели, наличие визуальных помех (дым, туман, преграды и т. п.), освещенность (недостаточное освещение, слепящий свет, мерцающий свет и т. д.), наличие преград, сковывающих движения стрелка, не дающих принять удобную позу, звуковые помехи (громкие звуки стрельбы или взрывов, звуки серен, детский или женский плач, крики и т. п.), метеорологические факторы (дождь, ветер, холод и т. д.).

Поскольку устранить эти факторы невозможно, задачей огневой и тактической подготовки становится минимизировать степень их негативного воздействия на сотрудника полиции. Эти факторы должны стать для сотрудника полиции привычными. Для этого часть как аудиторных, так и внеаудиторных занятий, а также периодические соревнования должны

проходить с применением психологической полосы препятствий с несколькими рубежами ведения огня (как из боевого оружия, так и с применением электронных стрелковых тренажеров), построенной с учетом всех перечисленных выше сбивающих факторов.

Список использованной литературы:

1. Разработка учебно-тренировочных средств с целью повышения профессионализма сотрудников органов внутренних дел в стрельбе из ручного стрелкового оружия : отчет о научно-исследовательской работе / А. П. Шкуро, Е. В. Логвинов. – Хабаровск : ДЮИ МВД России, 2019. – С. 16.

2. Анализ статистических показателей применения огнестрельного оружия : аналитический отчет / Э. Б. Мингалеев, В. В. Захаров, А. В. Копытов, А. Н. Хайкин. – М. : Московский университет МВД России имени В. Я. Кикотя, 2019. – 30 с.

3. Проблемы и алгоритмы обеспечения личной безопасности сотрудников органов внутренних дел в ситуациях, связанных с применением огнестрельного оружия : учебно-практическое пособие / А. А. Романов, Р. А. Ахияров, В. И. Давлетов, Р. Р. Музафин. – Уфа : Уфимский ЮИ МВД России, 2020. – 31 с.

© Носков О. С., 2021

УДК 378.018.43:796.072.42.093-027.22(470)

Т. С. Купавцев – профессор кафедры организации огневой и физической подготовки Академии управления МВД России, кандидат педагогических наук, доцент (г. Москва)

О ПЕРСПЕКТИВАХ ПРИМЕНЕНИЯ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТИВНЫХ СУДЕЙ ПО СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫМ ВИДАМ СПОРТА

В настоящее время общемировой тенденцией в развитии человеческого потенциала признаются занятия физической культурой и спортом. Данный вид деятельности является мощным инструментом формирования здоровья нации, формой развития интеллектуального, физического и психологического потенциала человека на любой ступени развития в онтогенезе, средством социализации личности и вовлечения индивида в широкие социальные отношения, механизмом утверждения толерантности в социу-

ме как эффекта принятия и признания разнообразия и вариативности, способом апробации уникальных технологий и инноваций в научно-технической сфере, пространством совершенствования методик работы с личностью, форм и методов физического воспитания и спортивной тренировки, средой укрепления нации на мировой арене.

Не являются исключением и служебно-прикладные виды спорта в системе МВД России, которые помимо чисто спортивной направленности имеют уклон к формированию и развитию специфических служебно-прикладных навыков и действий, характерных для сотрудников того или иного профиля деятельности. Для сотрудников МВД России это прежде всего моделирование среды, сходной по своему психологическому содержанию с ситуациями противоборства с правонарушителем: преследование, задержание, нейтрализация правонарушителя [4]. Однако кроме чисто утилитарной функции служебно-прикладные виды спорта несут в себе спектр возможностей для самих сотрудников и для системы МВД России в целом, проявляющихся в укреплении имиджа и престижа службы в органах внутренних дел Российской Федерации, в формировании среды свободного диалога между сотрудниками, не связанными должностной подчиненностью и служебной зависимостью, но объединенными общим интересом, в развитии межведомственных и межрегиональных связей между сотрудниками правоохранительного блока, в выявлении, изучении и обобщении положительного опыта всесторонней профессиональной подготовки сотрудников. Занятия служебно-прикладными видами спорта также позволяют сотрудникам опробовать себя в сложных условиях спортивной борьбы с равными соперниками, почувствовать «вкус победы» и «горечь поражения», разделить свой успех с товарищами по команде, проявить честь и достоинство в лучших традициях «fair play» (честной игры).

Нужно отметить, что ни одни спортивные соревнования не могут быть организованы и проведены без участия арбитров – нейтральных субъектов, которые обеспечивают соблюдение установленных правил спортивного соревнования, объективность и беспристрастность спортивного состязания. По существу, спортивный судья, не вмешиваясь в действия спортсменов, является наблюдателем, не оказывающим влияния ни на ход состязания, ни на результаты спортсменов, однако в спорных ситуациях зачастую именно спортивный судья становится тем субъектом, который принимает окончательное решение, которое должно быть принято объективно, беспристрастно, с ориентацией на высшие нормы морали, нравственности и права. Следовательно, закономерно, что спортивный судья должен быть подготовлен к осуществлению тех должностных обязанностей (в рамках выполняемой судейской должности) и выступать гарантом правильности действий всех участников спортивного соревнования (спортсменов, зрителей, представителей команд и т.д.). Кроме этого, спортивный судья должен быть компетентным не только в вопросах спортив-

ного судейства на занимаемой судейской должности. Спектр необходимых компетенций не ограничивается знанием правил вида спорта. Необходимы знания вопросов обеспечения безопасности при проведении массовых мероприятий, вопросов оказания первой помощи пострадавшему при получении травм, вопросов организации коммуникации с различными категориями граждан и т. д. Таким образом, подготовка спортивного судьи должна стать предметом пристального внимания со стороны субъектов организации спортивной деятельности в системе МВД России.

Подготовка спортивных судей в Российской Федерации, как правило, осуществляется в рамках спортивных судейских семинаров в соответствии с программами, утверждаемыми соответствующими органами управления по развитию конкретного вида спорта (региональные и всероссийские спортивные федерации по видам спорта). Для служебно-прикладных видов спорта актуальной является проблема подготовки корпуса спортивных судей в связи с тем, что спортивных федераций по данным видам спорта не существует и фактически функции спортивной федерации по подготовке спортивных судей реализуются федеральными органами исполнительной власти, наделенными полномочиями по развитию тех или иных служебно-прикладных видов спорта, а также их территориальными органами (подразделениями), т. е. ДГСК МВД России, территориальными органами МВД России на региональном уровне, образовательными организациями МВД России [1].

В настоящее время проблема подготовки спортивных судей всех категорий по служебно-прикладным видам спорта в системе МВД России на всей территории Российской Федерации стоит достаточно остро, что связано прежде всего с недостатками нормативного регулирования данного вопроса, прежде всего, на уровне нормативных правовых актов Минспорта России [3]. Это касается вопросов подготовки и аттестации спортивных судей, присвоения и подтверждения спортивных судейских категорий, следствием чего является хаотичный характер (на уровне регионов) подготовки и аттестации спортивных судей, отсутствие плановости и прогноза подготовки спортивных судей, отсутствие единых подходов к организации данного направления развития служебно-прикладных видов спорта в системе МВД России. В настоящее время требует пересмотра и система организации и проведения спортивных судейских семинаров, в основе которой должен лежать принцип высокого профессионализма. Как же этого достичь?

Представляется, что совершенствование системы подготовки спортивных судей может стать более эффективным при включении в систему дополнительного образования программ повышения квалификации спортивных судей по служебно-прикладным видам спорта с возможностью их реализации в сетевой форме, которая предполагает задействование в качестве организаторов одной образовательной организации, а в качестве субъ-

ектов педагогической деятельности – широкого круга специалистов, не имеющих отношения к данной образовательной организации, но имеющих отношение к образовательной системе МВД России [2]. Подобный подход позволил бы решить ряд актуальных задач одновременно: а) организация образовательного процесса в сетевой форме (с применением дистанционных образовательных технологий) позволяет привлекать к образовательному процессу неограниченное количество обучающихся, благодаря чему многократно расширяется география подготовленных специалистов в масштабе Российской Федерации; б) сетевая форма позволяет собрать в одной образовательной программе в качестве педагогов наиболее подготовленных специалистов из различных регионов Российской Федерации; в) задействование широкого круга специалистов позволяет не только обеспечивать образовательный процесс на актуальном уровне, но и обеспечивает обмен мнениями по широкому кругу вопросов, что способствует выработке единых подходов к спортивному судейству, а также выработке единых требований к участникам спортивных соревнований в масштабе страны; г) организация итоговой аттестации по результатам подготовки в режиме онлайн позволяет не только осуществлять контроль и оценку знаний обучающихся, но и фиксировать проблемные вопросы в подготовленности специалистов (спортивных судей); д) сетевая форма обеспечивает обучение специалистов без отрыва от выполнения служебных обязанностей и без значительных финансовых затрат, связанных с обучением [5]. Существует также ряд иных преимуществ применения сетевой формы подготовки спортивных судей, что указывает на актуальность исследуемого вопроса.

Обобщая вышеизложенное, необходимо отметить что в целом система подготовки спортивных судей по служебно-прикладным видам спорта в системе МВД России, находясь в стадии развития, требует новых подходов к организации данного направления деятельности. Внедрение в образовательный процесс новых форм и методов обучения, безусловно, будет способствовать популяризации физической культуры и спорта среди сотрудников, развитию их профессионализма, обеспечению объективности спортивного судейства, повышению уровня спортивного мастерства среди сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации.

Список использованной литературы:

1. Ковалев В. В., Купавцев Т. С., Ульрих С. С., Моисеенко А. А. Организация деятельности региональных коллегий спортивных судей по служебно-прикладным видам спорта в органах внутренних дел Российской Федерации : учебно-методическое пособие. – Барнаул : БЮИ МВД России, 2021. – 56 с.
2. Косиковский А. Р., Купавцев Т. С., Ковалёв В. В., Моисеенко А. А. Вопросы повышения квалификации сотрудников Министерства внутренних дел России в рамках спортивных судейских семинаров по служебно-

прикладным видам спорта // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2020. – № 2 (180). – С. 164–168.

3. Купавцев Т. С., Малиновский А. В., Моисеенко А. А., Юркин Д. В. О состоянии управления спортивной деятельностью в системе МВД России // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2019. – № 5 (171). – С. 184–188.

4. Купавцев Т. С., Малиновский А. В., Носков О. С. О развитии в органах внутренних дел Российской Федерации служебно-прикладного вида спорта «стрельба из боевого ручного стрелкового оружия» // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 59-2. – С. 140–143.

5. Моисеенко А. А., Злотникова К. А. Возможности применения интернет-технологий для организации соревнований по служебно-прикладным видам спорта // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. – 2020. – № 1 (38). – С. 33–34.

© Купавцев Т. С., 2021

УДК 378.635.016:796(470)

В. А. Якушев – доцент кафедры организации огневой и физической подготовки Академии управления МВД России, кандидат юридических наук (г. Москва);

А. А. Митин – старший преподаватель кафедры организации огневой и физической подготовки Академии управления МВД России (г. Москва);

В. А. Филимонов – старший преподаватель кафедры организации огневой и физической подготовки Академии управления МВД России (г. Москва)

К ВОПРОСУ О КОМПОНЕНТАХ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ОРГАНАХ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Физическая подготовка является столпом, позволяющим грамотно и профессионально осуществлять свою деятельность сотрудникам полиции, а главное, выступает критерием контроля профессиональной готовности к решению стоящих перед полицией задач. Эффективность выполнения служебных задач зависит от уровня физических качеств сотрудника полиции в сочетании с такими критериями, как умение самостоятельно отвечать за принятые решения в конкретной ситуации, поддерживать свою

службоспособность, концентрацию внимания, умения и навыки коллективного взаимодействия.

Комплексными частями системы ФП в ОВД являются элементы (цель и результат ФП), компоненты (содержание, методы, формы, объект, материально-техническая основа ФП), управление ФП.

Несомненно то, что важнейшей особенностью, связанной с несением службы сотрудниками органов внутренних дел Российского государства, является применение ими физсилы, спецсредств и оружия, что напрямую связано с физической подготовкой сотрудника полиции.

О значимости ФП для сотрудников полиции свидетельствуют нормативные правовые акты (далее – НПА). Так, ч. 2 ст. 41 Основного закона стимулирует инициативу по укреплению здоровья человека, развитию физкультуры и спорта. Кроме того, в общей компетенции России (ст. 72) и регионов лежат вопросы развития физкультуры и спорта. И главное, учитывая специфику деятельности и предназначение ОВД, постулат ст. 2 гласит о том, что человек, его права и свободы в России являются приоритетом, поэтому у государства есть обязанность признавать, соблюдать и защищать права и свободы человека и гражданина, что обуславливает готовность личного состава выполнять задачи, возложенные на них федеральным законом «О полиции» ст. 1. [1], [2]. Следующей специальной нормой выступает федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», в котором отражены нормативные правовые, структурные, экономические и социальные основы деятельности в сфере физкультуры и спорта в России, руководящие начала физкультуры и спорта, терминология.

Одним из субъектов развития физкультуры и спорта в России является МВД России. Под его эгидой культивируются служебно-прикладные виды спорта и виды спорта, имеющие прикладную направленность. Помимо этого образовательные организации МВД России с учетом региональной специфики и интересов обучающихся могут определять формы занятий, средства физвоспитания и двигательной активности, методы и продолжительность учебных занятий на основе ФГОСов и нормативов по физподготовке (ст. 28). В нем же даётся прямая установка осуществлять физическую подготовку сотрудников ОВД в целях успешного выполнения ими своих служебных обязанностей (ст. 29).

Теперь о частях системы ФП. Первая из них – это учебно-материальная база ФП, которая представляет собой совокупность обеспечения спортивным имуществом, инвентарем, оборудованием на основании приказа МВД России от 22 ноября 2003 г. № 905.

Содержание ФП включает в себя средства в виде общих и служебно-прикладных упражнений, а также упражнения прикладной гимнастики и атлетической подготовки, легкой атлетики и ускоренного передвижения, преодоления препятствий, лыжной подготовки, плавания, контрольные уп-

ражнения и проверку уровня владения боевыми приемами борьбы. Получение баллов за выполнение контрольных упражнений осуществляется в соответствии с приказом МВД России от 5 мая 2018 г. № 275 [4].

Методы ФП включают в себя методы обучения – наглядные, практические, словесные, методы развития физических качеств – повторный, переменный, равномерный, контрольный, интервальный, соревновательный, методы организации ФП – фронтальный, групповой, индивидуальный, методы воспитания – убеждения, упражнения, примера, поощрения.

Формы ФП включают в себя следующие элементы: учебные формы (учебные занятия, учебно-тренировочные, тренировочные, контрольные), внеучебные формы (тренажи, которые помогают поддерживать на должном уровне владение боевыми приемами борьбы путем их повторения перед выходом на службу, а также решение тактических задач, связанных с их применением в условиях служебной деятельности). Помимо этого существуют дополнительные занятия (индивидуальные и групповые), самостоятельные занятия спортом, туризмом в различных секциях или кружках, физические упражнения в режиме дня (утренняя физическая зарядка, физкультурные паузы), массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия. Учебные занятия состоят из подготовительной, основной и заключительной частей [2], С. 212–214, [3], 239–241.

Объект ФП классифицируется по различным основаниям. Так, типологию можно осуществлять по служебно-профессиональной деятельности и возрасту. В зависимости от служебно-профессиональной деятельности ФП бывает базовой, усиленной, специальной, подразумевает наличие спецзваний (полиции, юстиции, внутренней службы). Типология по возрастным группам: 1) мужчины и женщины до 25 лет – 1 группа; 2) от 25 до 30 лет – 2 группа; 3) от 30 до 35 лет – 3 группа; 4) от 35 до 40 лет – 4 группа; 5) от 40 до 45 лет – 5 группа; 6) мужчины от 45 до 50 лет, женщины 45 лет и старше – 6 группа; 7) мужчины от 50 до 55 лет – 7 группа; 8) мужчины 55 лет и старше – 8 группа [1].

Таким образом, компоненты системы физической подготовки являются составными частями всей подготовки сотрудников МВД России, и поэтому существующая точка зрения способствует определению фактического положения физической подготовки в МВД России как одного из видов подготовки в МВД России, а не как одного из видов профессиональной служебной и физической подготовки.

Список использованной литературы:

1. Косиковский А. Р., Виноградов А. А., Литвин Д. В., Купавцев Т. С., Пырчев С. В., Якушев В. А., Митин А. А., Филимонов В. А., Осипов И. В. Организация огневой и физической подготовки в органах внутренних дел : учебное пособие. – М., 2021.

2. Митин А. А., Филимонов В. А., Якушев В. А. Педагогические аспекты организации и проведения комплексного занятия в образовательной организации // Образование. Наука. Научные кадры. – 2020. – № 3. – С. 212–214.

3. Филимонов В. А., Якушев В. А., Митин А. А. Актуальные вопросы организации огневой и физической подготовки в территориальных органах МВД России // Образование. Наука. Научные кадры. – 2019. – № 4. – С. 239–241.

4. Якушев В. А., Митин А. А. О некоторых аспектах организации и проведении занятий по огневой подготовке в территориальных органах МВД России. Особенности подготовки сотрудников полиции к применению специальных средств, физической силы и огнестрельного оружия: от теории к практике : материалы Всероссийской научно-практической конференции.. – Волгоградская академия МВД России, 2019.

© Якушев В. А., 2021

© Митин А. А., 2021

© Филимонов В. А., 2021

УДК 378.635.09:796-057.36(470.6)

А. А. Лунин – доцент кафедры огневой и физической подготовки Всероссийского института повышения квалификации сотрудников МВД России (г. Домодедово);

Г. А. Рукавишников – старший преподаватель кафедры оперативно-розыскной деятельности органов внутренних дел Всероссийского института повышения квалификации сотрудников МВД России, кандидат юридических наук (г. Домодедово)

О СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ, НАПРАВЛЯЕМЫХ В СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ РЕГИОН РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Вопросы совершенствования профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел (далее – ОВД), выполняющих служебные задачи в особых условиях, не раз освещались в научной литературе [1; 2].

Не вызывает сомнений, что уровень профессиональной, в том числе физической подготовки сотрудников ОВД, во многом определяет эффективность решаемых ими служебно-боевых задач, возникающих в ходе не-

сения службы в Северо-Кавказском регионе (далее – СКР), поскольку применение боевых приемов борьбы (далее – БПБ) является одним из основных навыков, обеспечивающих физическую безопасность сотрудников [3. С. 81].

Анализ статистических данных показывает, что на протяжении нескольких лет на территории Северо-Кавказского федерального округа Российской Федерации наблюдается некоторое снижение преступлений, связанных с посягательством на жизнь сотрудников правоохранительных органов (ст. 317 УК РФ), однако их количество остается достаточно высоким. Так, в 2016 году зарегистрировано 216 таких преступлений, в 2017 году – 181, в 2018 году – 128, в 2019 году – 97 и в 2020 году – 87 преступных деяний, предусмотренных ст. 317 УК РФ [4]. Абсолютное большинство таких преступлений совершается с использованием оружия и взрывных устройств. Значительная часть нападений на сотрудников ОВД совершается с использованием холодного оружия. Анализ обстоятельств совершенных преступлений показывает, что гибель и ранения сотрудников происходили при непосредственном контакте с преступником, при этом сотрудники находились в полной экипировке и имели при себе соответствующее вооружение.

Приведем несколько характерных примеров. Большой резонанс вызвало нападение 19 мая 2018 года четверых вооруженных людей на прихожан храма Михаила Архангела в г. Грозном во время вечернего богослужения. Преступники имели при себе стрелковое оружие, ножи, топоры, пластиковые бутылки с горючей смесью [5].

24 января 2019 года в г. Нальчике четверо прохожих напали на сотрудников дорожно-патрульной службы ГИБДД, используя в качестве холодного оружия ножи. Один из полицейских был тяжело ранен [6].

28 декабря 2020 года в г. Грозном на проспекте Путина двое неустановленных лиц, вооруженных холодным оружием (ножами), совершили нападение на сотрудников патрульно-постовой службы [7].

31 декабря 2020 года группа из трех человек, вооруженных ножами, напала на сотрудников полиции на посту ДПС при въезде в г. Магас. Один из полицейских погиб на месте, второй скончался от полученных ран в больнице [8].

Одной из причин, приводящих к ранениям и гибели сотрудников ОВД, наряду с пренебрежением мерами личной безопасности, внезапностью нападения, потерей бдительности и др., является отсутствие практических навыков применения БПБ в средствах индивидуальной бронезащиты (шлем, бронежилет) (далее – СИБ) и психологическая неготовность их применения в условиях реального нападения. Согласно исследованиям только 67,6 % сотрудников, направляемых в СКР, готовы применить БПБ в реальной ситуации служебной деятельности [9. С. 88, 89].

При несении службы в особых условиях сотрудники вооружаются табельным и автоматическим огнестрельным оружием с комплектом боеприпасов и экипируются СИБ. Примерный подсчет показывает, что сотрудник несет на себе около 20 кг вооружения, снаряжения и экипировки (пистолет Макарова с боекомплектом – 0,9 кг; автомат АК-74М с боекомплектом – 3,3 + 4 магазина по 0,3 кг (1,2) = 4,5 кг; бронежилет 5 класса защиты – 9,7 кг; шлем – 4,7 кг)¹. Отсутствие навыков применения БПБ в полной экипировке при наличии дополнительной физической нагрузки приводит, во-первых, к многочисленным травмам опорно-двигательного аппарата, во-вторых, к ранениям или гибели сотрудников при боестолкновениях и противоборствах с правонарушителями.

Причем это актуально не только для «обычных» сотрудников ОВД, но и для сотрудников спецподразделений.

Предварительное исследование обозначенной проблемы, изучение требований нормативных правовых актов и практики обучения навыкам БПБ показало следующее.

Согласно пункту 52 Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации, утвержденного приказом МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 (далее – Наставление по физической подготовке), занятия по боевым приемам борьбы проводятся также в зале, оборудованном борцовскими и боксерскими снарядами, а также в условиях, моделирующих оперативную обстановку, специфичную для служебной деятельности подразделения.

В повседневной деятельности сотрудников отработка БПБ практически всегда происходит в спортзале в спортивной одежде. За исключением тренажей с сотрудниками нарядов патрульно-постовой службы, дорожно-патрульной службы, проводимых перед заступлением на службу общей продолжительностью 5-7 мин., предусмотренных пунктом 157.1 Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации, утвержденного приказом МВД России от 5 мая 2018 г. № 275 (далее – Порядок организации подготовки кадров). Однако обязательность проведения таких тренажей предусмотрена только для сотрудников патрульно-постовой и дорожно-патрульной службы, которые несут службу в обычных (не особых) условиях, как правило, без СИБ. Между тем, проверки в территориальных органах МВД России на районном уровне и в строевых подразделениях показывают, что в 39,5% случаев такие тренажи в указанных подразделениях не проводятся.

Для отдельных категорий сотрудников ОВД (отряды специального назначения подразделений по контролю за оборотом наркотиков и отделе-

¹ В зависимости от вида и модификации масса изделия может отличаться от указанной в настоящей статье.

ния физической защиты подразделений по обеспечению безопасности лиц, подлежащих государственной защите) пунктом 160.3 Порядка организации подготовки кадров в рамках специальной физической подготовки предусмотрена учебно-боевая практика, предусматривающая в том числе проведение поединков, моделирующих практические ситуации служебной деятельности.

То есть буквальное толкование указанных нормативных предписаний, на наш взгляд, нацеливает сотрудников на отработку БПБ в различных условиях несения службы, в том числе в СИБ, хотя и не закрепляет этого обязательного требования.

В соответствии с приказом МВД России от 10 января 2006 г. № 2 «О мерах по совершенствованию подготовки сотрудников органов внутренних дел, привлекаемых к проведению контртеррористических операций на территории Северо-Кавказского региона Российской Федерации» (в ред. приказов МВД России от 6 июня 2012 г. № 563, от 22 декабря 2016 г. № 877) сотрудники, направляемые в СКР, перед командированием проходят обучение в образовательных организациях системы МВД России по программам профессионального обучения (профессиональной подготовки). В дальнейшем обучение сотрудников продолжается по месту временной дислокации на территории СКР и осуществляется в рамках профессиональной подготовки.

Для удобства последующего изложения материала условно будем называть их первым и вторым этапами обучения соответственно.

В рамках первого этапа обучение проходит в соответствии с примерной программой подготовки сотрудников органов внутренних дел, привлекаемых к проведению контртеррористических операций на территории Северо-Кавказского региона Российской Федерации, утвержденной ДГСК МВД России 13 декабря 2019 г. (далее – Примерная программа СКР). Анализ содержания указанной программы показывает, что при изучении темы № 4.1 «Практическая отработка боевых приемов борьбы» раздела «Физическая подготовка» возможно совершенствование практических навыков применения боевых приемов борьбы, в том числе в средствах индивидуальной бронезащиты. Следовательно, в рамках первого этапа обучения совершенствование навыков БПБ в ходе физической подготовки подразумевает возможность их отработки в СИБ. Однако в ходе опроса сотрудников, находившихся в служебной командировке на территории СКР, прошедших первый этап обучения в образовательных организациях системы МВД России, установлено, что 59,3 % из них на занятиях по физической подготовке при отработке навыков БПБ не использовали СИБ¹. В ходе занятий СИБ в

¹ Здесь и далее указаны результаты опроса сотрудников ОВД (в том числе специальных подразделений), выполнявших служебные обязанности в особых условиях на территории СКР, проведенного нами в 2016-2019 годах.

основном ими использовались при изучении раздела «Специальная подготовка».

Преподавательский состав образовательных организаций МВД России также отмечает небольшое количество занятий по физической подготовке с использованием СИБ, поскольку их проведение связано с повышенной опасностью получения травм обучаемыми.

Таким образом, несмотря на то, что нормативные правовые акты МВД России в известной степени рекомендуют в ходе физической подготовки проводить отработку навыков применения БПБ в СИБ, на практике такие занятия проводятся достаточно редко. Причем отработка навыков БПБ в СИБ проводится отдельными инициативными преподавателями, как правило, имеющими опыт службы в СКР, которые на себе осознали такую необходимость.

На втором этапе обучения (в пунктах временной дислокации в СКР) одним из важных направлений в подготовке сотрудников является отработка приемов обеспечения личной безопасности сотрудников при выполнении оперативно-служебных задач. По нашему мнению, отработка БПБ в СИБ при подготовке к несению службы полностью соответствует указанному направлению.

С учетом изложенного, в целях совершенствования физической подготовленности сотрудников к несению службы в особых условиях авторами сформулированы следующие предложения.

Дополнить Порядок организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации, утвержденный приказом МВД России от 5 мая 2018 г. № 275, указанием на обязательность проведения тренажей перед заступлением на службу для сотрудников патрульно-постовой и дорожно-патрульной службы также с использованием СИБ. Схожее по содержанию требование закреплено в пункте 15 Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации, утвержденного приказом МВД России от 23 ноября 2017 г. № 880, предусматривающее ежеквартальное проведение стрельб с использованием СИБ в зависимости от специфики выполняемых сотрудниками задач.

В Примерной программе СКР в содержании темы № 4.1 «Практическая отработка боевых приемов борьбы» раздела «Физическая подготовка» выражение «в том числе» заменить на «как правило». В связи с тем, что служба в особых условиях предполагает обязательное наличие у сотрудника СИБ, отработка навыков БПБ в ходе физической подготовки должна в приоритетном порядке проводиться в СИБ. Такое предложение поддержали 72,8 % респондентов.

Для реализации таких предложений, вероятно, потребуется пересмотреть набор стандартных БПБ для сотрудников, находящихся в СИБ, разработать иные тактические приемы и варианты отражения нападения на

сотрудника. Причем «набор» БПБ должен быть универсальным: как для отражения нападения сотрудником, находящимся в СИБ, так и без таковых средств защиты. Для решения поставленной задачи необходимо привлечение специалистов соответствующей квалификации различных направлений (преподавателей физической подготовки, спортсменов, врачей и др.).

Представляется, что на первоначальном этапе обучение навыкам БПБ в СИБ необходимо осуществлять только в бронежилете без каски, так как резкие движения головой в каске и неумелые действия сотрудников могут привести к тяжелым травмам шейного отдела позвоночника. Кроме того, необходимо пересмотреть отношение к травмам, получаемым на занятиях по физической подготовки при отработке БПБ. Поскольку отработка БПБ в СИБ прямо не предусмотрена в Наставлении по физической подготовке, действия, повлекшие получение подобных травм, в служебных проверках, проводимых по таким фактам, оцениваются как нарушающие требования указанного наставления. В связи с этим преподавательский состав образовательных организаций МВД России и инструкторы по физической подготовке, как мы уже отмечали, как правило, проводят редко такие занятия, учитывая вероятность получения травм и возможных негативных последствий для своей служебной деятельности.

Авторы отдают себе отчет в том, что их суждения, возможно, дискуссионны и требуют дальнейшей проработки, однако убеждены в том, что закрепленная в нормативных документах обязательность отработки навыков БПБ в СИБ и другой экипировке для сотрудников, командированных для несения службы в особых условиях, будет способствовать формированию у них физической и психологической готовности к работе в СИБ и, как следствие, приведет к снижению фактов ранений и гибели сотрудников на территории СКР¹.

Список использованной литературы:

1. Непомнящий С. В., Медведев В. И., Ястребов А. В. Организация служебно-боевой и оперативной подготовки сотрудников органов внутренних дел к действиям в особых условиях // Вестник Волгоградской академии МВД России. – 2014. – № 2. – С. 140–144.

2. Шляхтин Е. П., Хамидуллин Р. Х. К вопросу о совершенствовании подготовки сотрудников органов внутренних дел, привлекаемых к проведению контртеррористических операций на территории Российской Федерации // Вестник КЮИ МВД России. – 2011. – № 4. – С. 78–82.

3. Куров А. И. Некоторые вопросы обеспечения личной профессиональной безопасности сотрудников органов внутренних дел и пути их ре-

¹ Авторы выражают признательность Крохмалеву Сергею Владимировичу за идею, которая послужила основанием для написания настоящей статьи.

шения // Вестник Краснодарского университета МВД России. – 2018. – № 1.

4. Официальные данные ГИАЦ МВД России. – URL: <http://csi/modules.php?№ame=ReglDocs&go=view&fid=491> (дата обращения: 10.04.2021).

5. Православие.ру. – URL: <https://pravoslavie.ru/113058.html> (дата обращения: 10.04.2021).

6. Комсомольская правда. – URL: <https://www.stav.kp.ru/daily/1712105/4345763> (дата обращения: 10.04.2021).

7. Гросс И. Л., Клименко Б. А., Кулиничев А. Н., Ленева Ю. Б. Анализ эффективности организации физической подготовки у сотрудников УМВД России по Белгородской области, направляемых в служебные командировки в Северо-Кавказский регион // Проблемы правоохранительной деятельности. – 2017. – № 1.

© Лунин А. А., 2021

© Рукавишников Г. А., 2021

УДК 378.635.016:796 (470)

С. А. Пунтус – начальник учебного отдела Сибирского юридического института МВД России, кандидат юридических наук, доцент (г. Красноярск)

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ СКВОЗЬ ПРИЗМУ ФЕДЕРАЛЬНЫХ ГОСУДАРСТВЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ

Законодательство в сфере образования придает особое значение охране здоровья обучающихся (статья 41 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»), что выражается не только в пропаганде и обучении навыкам здорового образа жизни (далее – ЗОЖ), но и потребности образовательных организаций организовывать и создавать условия для занятий физкультурой и спортом.

Соответственно данное требование к образовательной деятельности закономерно вошло в федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального и высшего образования (далее – ФГОС, ФГОС СПО, ФГОС ВО) и, скорее всего, прогнозируемо найдет отражение в федеральных государственных требованиях, распространяющих свое действие на программы подготовки научно-педагогических кадров в адъюнктуре (аспирантуре).

Принятые в августе 2020 года ФГОС ВО нового поколения (ФГОС ВО 3++) уже повлекли значительное переосмысление многих аспектов организации образовательной деятельности [1, с. 31–32; 2, с. 284–288] и в сравнении с предшествующими ФГОС ВО усилили роль физической культуры и спорта в основных профессиональных образовательных программах (далее – ОПОП), реализуемых в вузах. Так, например, ФГОС специалитета (40.05.01 Правовое обеспечение национальной безопасности, 40.05.03 Судебная экспертиза и т.д.) от общекультурной компетенции, связанной с ЗОЖ (ОК-9), перешли к установлению универсальных компетенций, направленных на поддержание должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7 всех ФГОС ВО, входящих в УГСН 40.00.00 Юриспруденция).

Следуя установленной законодательством преемственности образовательных программ (статья 41 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации») [3, с. 86], ФГОС ВО и ФГОС СПО, несмотря на смену поколений, неизменно оставляют требования к структуре ОПОП в части дисциплин физической культуры и спорта (физическая культура, физическая подготовка и др.). При этом ФГОС ВО 3++ несколько изменили условия к последним по месту в структуре ОПОП, о чем будет сказано далее.

В связи с этим необходимо обратить внимание и провести научное осмысление следующих проблемных вопросов, имеющих место в организации физической подготовки обучающихся образовательных организаций МВД России.

1. Существенное изменение объема дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту и их места в ОПОП ведомственных образовательных организаций.

ФГОС ВО «третьего поколения» дисциплины (модули) по физической культуре и спорту, реализуемые у обучающихся очной формы обучения «силовых вузов» (в том числе и вузов МВД России), относились к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» ОПОП в объеме 72 академических часов, переводимых в зачетные единицы (2 з.е.), и 328 академических часов, которые не переводились в зачетные единицы.

ФГОС ВО 3++ возложили на вузы МВД России обязанность включения в ОПОП очной формы обучения дисциплины (модуля) «Физическая подготовка» в объеме не менее 11 з.е. вместо дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту (пункт 2.3).

С одной стороны, данный шаг прекратил терминологическую дискуссию о наименовании дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту, а также значительно снизил интенсивность образовательной нагрузки на обучающихся. С другой стороны, неизменность объема ОПОП (300 зачетных единиц) повлекла вытеснение других компонентов про-

грамм в объеме 11 зачетных единиц (верность выбора компонентов ОПОП, которые стали жертвой данного шага, возможно оценить лишь позднее).

2. Включение физического воспитания в содержание рабочей программы воспитания и календарного плана воспитательной работы.

С 1 сентября 2021 г. все ОПОП дополняются новыми компонентами: рабочей программой воспитания и календарным планом воспитательной работы. Ориентируясь на их содержание, предложенное вузам Минобрнауки России (письмо от 08.04.2021 № МН-11/313-СД), одним из направлений воспитательной работы (в том числе и в вузах МВД России) становится физическое воспитание, а календарный план воспитательной работы будет предусматривать отдельный модуль (модуль 8. Физической воспитание), который наполняется событиями и мероприятиями соответствующей направленности.

Если образовательная организация не сумеет правильно сопоставить физическую нагрузку обучающихся в рамках образовательной и воспитательной составляющих ОПОП, то это будет нести в себе опасность серьезной перегрузки обучающихся.

3. Включение в профессиональные компетенции обучающихся вузов МВД России дополнительных требований по формированию уровня физической подготовленности обучающихся.

Ранее названная компетенция УК-7 имеет своим адресатом всех обучающихся. Но для курсантов и слушателей вузов МВД России такой подход неприемлем. Повышенные требования к уровню физической подготовленности и обладанию особыми навыками выступают обоснованием включения в планируемые результаты обучения по дисциплинам (модулям) особых профессиональных компетенций.

Так как в соответствии с пунктом 1.5 ФГОС ВО 3++ в образовательных организациях МВД России ОПОП разрабатываются на основе квалификационных требований к специальной профессиональной подготовке выпускников, то именно на МВД России ложится бремя определения профессиональных компетенций, направленных на формирование надлежащего уровня физической подготовленности.

4. Снижение требований ФГОС ВО 3++ к минимальному перечню материально-технического обеспечения (далее – МТО), необходимого для формирования компетенций, связанных с физической подготовленностью обучающихся.

ФГОС ВО «третьего поколения» наряду с обязательным для всех вузов требованием наличия спортивного зала для федеральных государственных организаций, находящихся в ведении федеральных государственных органов, осуществляющих подготовку кадров в интересах обороны и безопасности государства, обеспечения законности и правопорядка, также предусматривали потребность наличия полигонов для отработки навыков служебной деятельности (пункт 7.3.1 ФГОС специалитета).

В рассматриваемый перечень ФГОС специалитета 3++ включают лишь спортивный зал, не предусматривая особых условий для ведомственных вузов. Фактически же для формирования необходимых «физических» компетенций вузам МВД России следует придерживаться гораздо более внушительных потребностей к МТО.

5. Переосмысление содержания практик обучающихся.

Законодательное закрепление явления практической подготовки (Федеральный закон от 2 декабря 2019 г. № 403-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и отдельные законодательные акты Российской Федерации») значительно изменило подход ФГОС ВО 3++ к трудоемкости практик обучающихся. Так, в укрупненной группе специальностей и направлений подготовки 40.00.00 Юриспруденция ФГОС ВО 3++ по специалитету установили минимальный объем практик 24 зачетные единицы (вместо 18, установленных ФГОС ВО «третьего поколения»), по бакалавриату – 15 (12).

В связи с увеличением продолжительности практик (учебной и производственной) следует внести корректировки в их содержание, которое должно включать деятельность обучающихся по формированию «физических» компетенций (поддержанию и даже развитию уровня необходимой физической подготовленности обучающихся).

Таким образом, физическая подготовленность обучающихся вузов МВД России выступает не только удовлетворением потребности ведомства в специалистах, готовых к выполнению служебных обязанностей, но и обязательным требованием ФГОС к организации образовательной деятельности.

Список использованной литературы:

1. Пунтус С. А. Информационные технологии и информатизация образовательного процесса в свете ФГОС 3++ : новеллы юридического образования и их реализация в образовательных организациях МВД России // Инновационные методы и образовательные технологии подготовки сотрудников органов внутренних дел : сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции (г. Ростов-на-Дону, 12 ноября 2020 г.) – Ростов н/Д : ФГКОУ ВО РЮИ МВД России, 2021. – С. 28–33.

2. Пунтус С. А. Требования ФГОС во 3++ по направлению подготовки 40.03.01 юриспруденция к кадровым условиям реализации программы бакалавриата : новая гарантия реализации права на образование или новые препятствия для успешного прохождения государственной аккредитации? // Енисейские политико-правовые чтения : сборник научных статей по материалам XIII Всероссийской научно-практической конференции, Красноярск, 25–26 сентября 2020 года. – Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2020. – С. 284–288.

3. Пунтус С. А. Опыт Сибирского юридического института МВД России по выполнению требований федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к кадровому обеспечению основных профессиональных образовательных программ // Научный компонент. – 2021. – № 1 (9). – С. 86–92.

© Пунтус С. А., 2021

УДК 378.635.016:796-027.22(470)

Е. В. Панов – начальник кафедры физической подготовки Сибирского юридического института МВД России, кандидат педагогических наук, доцент (г. Красноярск);

В. А. Филиппович – доцент кафедры физической подготовки Сибирского юридического института МВД России, кандидат педагогических наук (г. Красноярск)

О ЗНАЧЕНИИ СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫХ ВИДОВ СПОРТА В СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Вопросам совершенствования профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации (далее – сотрудников ОВД) в настоящее время уделяется значительное внимание как со стороны Департамента государственной службы и кадров Министерства внутренних дел Российской Федерации, так и со стороны специалистов по огневой и физической подготовке территориальных органов и образовательных организаций МВД России.

Только за последнее время МВД России принят ряд нормативных правовых актов, регламентирующих совершенствование профессиональной подготовки сотрудников ОВД (приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450, приказ МВД России от 5 мая 2018 г. № 275, приказ МВД России от 27 июля 2020 г. № 522), что говорит о значимости данного вида служебной деятельности для сотрудников ОВД.

Не остаются равнодушными к проблемам совершенствования профессиональной подготовки сотрудников ОВД и представители профессорско-преподавательского состава образовательных организаций МВД России. Так, во исполнение требований Плана мониторинга правоприменения в Министерстве внутренних дел Российской Федерации еще в 2018 году

создана учебно-методическая секция огневой, тактико-специальной и физической подготовки, в состав которой входят наиболее квалифицированные сотрудники перечисленных выше кафедр образовательных организаций МВД России из числа докторов и кандидатов педагогических наук.

Работа данной учебно-методической секции стала приносить свои первые плоды. В результате совместной плодотворной работы представителей ведущих вузов системы МВД России внесены первые качественные изменения в Наставление по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации, способствующие повышению уровня профессиональной подготовки сотрудников как территориальных органов МВД России, так и обучающихся образовательных организаций МВД России.

Еще одним из значимых направлений совершенствования профессиональной подготовки сотрудников правоохранительных органов является спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа, проводимая в Министерстве внутренних дел Российской Федерации, включающая в себя Спартакиаду по служебно-прикладным видам спорта, всероссийские межведомственные соревнования Общества «Динамо» среди сборных команд федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации, международные соревнования среди полиции и армии, международные детско-юношеские фестивали и соревнования.

Не подлежит сомнению тот факт, что Спартакиада МВД России имеет огромное значение как для повышения спортивного мастерства участников чемпионатов, так и для формирования у них (в первую очередь у обучающихся вузов МВД России) необходимых волевых, нравственных, моральных качеств, которые будут способствовать в дальнейшем успешному решению оперативно-служебных задач [2, с. 192].

На первый взгляд может показаться, что в чемпионатах МВД России участвует небольшое в процентном соотношении количество обучающихся и в связи с этим вклад в формирование необходимых сотрудникам правоохранительных органов личностных качеств, двигательных умений и навыков, совершенствования профессиональной подготовки курсантов и слушателей вузов будет весьма незначительным, но мы бы выделили здесь несколько моментов.

Одним из значимых, на наш взгляд, моментов в формировании у обучающихся образовательных организаций МВД России как спортивного мастерства, так и необходимых сотруднику ОВД личностных и профессиональных качеств является участие в чемпионатах МВД России представителей спорта высших достижений, участников Олимпийских игр, чемпионатов мира, всемирных Универсиад.

Безусловно, трудно оценить волевые качества, передать те чувства, эмоции, которые испытывают и проявляют курсанты или слушатели во время или после проведенного боя на ринге или борцовской схватки, когда

они слышат слова поздравления или поддержки от знаменитого в прошлом спортсмена из числа постоянного состава.

Также нелегко передать те эмоции и чувства, когда, например, на лыжне обучающиеся проходят дистанцию 15 километров и после гонки слышат слова похвалы от призера чемпионата мира или Олимпийских игр прошлых лет.

Говоря о значении служебно-прикладных видов спорта в совершенствовании профессиональной подготовки обучающихся, нельзя не отметить, что на соревнованиях обучающиеся зачастую соревнуются со своими тренерами, и здесь немаловажными для формирования профессионально важных личностных качеств обучающихся являются желание превзойти своего преподавателя (тренера) и показать высокий спортивный результат, проявив силу воли, упорство в достижении поставленной цели.

Вместе с тем в Регламенте проведения Спартакиады МВД России в настоящее время есть некоторые положения, требующие, по нашему мнению, как обсуждения специалистов в области огневой и физической подготовки сотрудников правоохранительных органов, так и, возможно, внесения в нормативные правовые акты МВД России.

Так, в постановлении Правительства Российской Федерации от 20 августа 2009 года № 695 «Об утверждении перечня военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта и федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих руководство развитием этих видов спорта» (с изменениями и дополнениями от 02 сентября 2010 года, 18 августа 2016 года, 28 апреля 2017 года, 15 октября 2019 года) четко определены виды спорта, относящиеся к служебно-прикладным.

Из всего перечня служебно-прикладных видов спорта, указанных в выше обозначенном нормативном правовом акте, к Министерству внутренних дел Российской Федерации относятся только служебное двоеборье, служебный биатлон, служебно-прикладной спорт МВД России, стрельба из боевого ручного огнестрельного оружия и служебное многоборье.

Таким образом, из двенадцати видов спорта, входящих в Спартакиаду МВД России, к служебно-прикладным относятся только три, то есть только лишь четвертая часть. Поневоле встает вопрос о корректности формулировки Спартакиады по служебно-прикладным видам спорта. Может быть, руководству ДГСК МВД России стоит проработать вопрос о включении в перечень служебно-прикладных видов спорта, например, рукопашного боя, бокса, самбо или дзюдо, либо включения в Спартакиаду, например, служебно-прикладного спорта МВД России, а именно троеборья, как это было, например, в ФСКН России.

Не вызывает сомнения тот факт, что всем сотрудникам силовых ведомств, будь то представитель МВД России, МЧС России, ФСИН России или другого органа безопасности и правопорядка, необходимо владеть навыками прикладного плавания, знать способы спасения утопающих, уметь

преодолевать водную преграду в одежде, то есть обладать прикладными навыками. Между тем плавание также не попадает в категорию служебно-прикладного спорта МВД России.

Безусловно, любое внесение изменений в нормативные правовые акты Правительства Российской Федерации влечет за собой колоссальные усилия разработчиков изменений, но это и способствует как увеличению количества выполнений норматива «Мастер спорта России» сотрудниками полиции именно по служебно-прикладным видам спорта МВД России, так и совершенствованию профессиональной подготовки сотрудников ОВД, формированию их положительного имиджа среди граждан.

Мы считаем, что еще одним из направлений совершенствования профессиональной подготовки как действующих сотрудников ОВД, так и обучающихся образовательных организаций МВД России является не только развитие, но и пропаганда видов спорта, культивируемых в МВД России, повышение роли и значения физической культуры и спорта, улучшение положительного имиджа сотрудника полиции. Как нам кажется, этого можно достичь путем участия слушателей и курсантов ведомственных вузов МВД России в соревнованиях краевой (областной) Универсиады среди высших учебных заведений, городских, региональных, всероссийских соревнованиях. Так, например, обучающиеся Сибирского юридического института МВД России зачастую одерживают победу над студентами гражданских вузов в таких значимых видах спорта, как лыжные гонки, дзюдо, легкая атлетика, многоборье ГТО, гиревой спорт и др.

Пропагандировать ценности здорового образа жизни, значение служебно-прикладных видов спорта для совершенствования профессиональной подготовки обучающихся образовательных организаций МВД России возможно также путем встреч курсантов и слушателей со знаменитыми спортсменами, а также учеными, занимающимися изучением проблем в области физического воспитания, в том числе студенческой молодежи, здорового образа жизни и спортивной тренировки [1, с. 168]. Так, в Сибирском юридическом институте МВД России личным составом кафедры физической подготовки были организованы встречи курсантов с министром спорта Красноярского края, трехкратным чемпионом мира, серебряным призером Олимпийских игр П. А. Ростовцевым, заместителем председателя ОГО КРО ВФСО «Динамо», двукратным Олимпийским чемпионом Е. Р. Устюговым, почетным гражданином города Красноярска, доктором педагогических наук, профессором Д. Г. Миндиашвили.

На основании вышеизложенного, хотелось бы подчеркнуть, что развитие и пропаганда служебно-прикладных видов спорта, привитие обучающимся образовательных организаций МВД России основ здорового образа жизни, ценностей физической культуры и спорта имеют большое значение для совершенствования профессиональной подготовки курсантов

и слушателей вузов МВД России, способствуют быстрейшему становлению их профессионалами своего дела.

Список использованной литературы:

1. Кравчук А. И. Оздоровительная направленность физической подготовки как фактор, способствующий эффективности профессиональной деятельности сотрудников органов наркоконтроля // Национальный и международный уровни противодействия наркоугрозе и взаимодействие в сфере реабилитации и ресоциализации наркопотребителей : материалы XVIII Международной научно-практической конференции. – Сибирский юридический институт ФСКН России. Красноярск, 2015. – С. 167–170.

2. Панов Е. В., Филиппович В. А. Спартакиада МВД России среди образовательных организаций по служебно-прикладным видам спорта : проблемные моменты и предложения по совершенствованию // Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности : материалы VII Международной научно-практической конференции. – Дальневосточный юридический институт МВД России, 2020. – С.191–195.

© Панов Е. В., 2021

© Филиппович В. А., 2021

УДК 378.635.016:796.8(470)

В. О. Ким – начальник кафедры физической подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

СПОРТИВНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Физическое воспитание сотрудников полиции всегда будет приоритетной задачей Министерства внутренних дел Российской Федерации (далее – МВД России) в части подготовки высококвалифицированных специалистов. Значимость проявляется в связи с наличием всевозможных факторов риска для жизни и здоровья в процессе исполнения служебных обязанностей сотрудниками полиции. Нормативно урегулированы обязанности сотрудника полиции, где ему нужно обеспечивать общественный порядок, безопасность граждан, пресекать административные правонарушения, а также осуществлять задержание и доставку преступников и правонарушителей в территориальные подразделения органов внутренних дел [1].

Физическое воспитание – это педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически совершенного, социально активного, высоконравственного подрастающего поколения.

Физическая подготовка – это процесс, направленный на развитие физических качеств – силы, быстроты, выносливости, гибкости (подвижности в суставах и позвоночнике), ловкости (координационных способностей) – с учетом избранной профессиональной деятельности или вида спорта.

Деятельность сотрудников полиции связана со значительными физическими и психическими нагрузками, возникающими в результате воздействия факторов служебной деятельности, такими как опасность, новая обстановка, угроза жизни и здоровью, что приводит сотрудника полиции действовать в условиях экстремальной обстановки. Любой физический контакт с правонарушителем представляет собой противостояние, в котором сотруднику полиции уступать никак нельзя.

В соответствии с нормативно-правовыми документами, регулирующими организацию физической подготовки, в органах внутренних дел Российской Федерации предусмотрены требования по физической подготовленности сотрудников полиции. Однако многие специалисты из числа профессорско-преподавательского состава образовательных организаций МВД России скептически относятся к содержанию отдельных технических действий [2, с. 3].

В процессе обучения курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России на занятиях по физической подготовке обучающимися осваиваются боевые приемы борьбы, тесно связанные с такими видами спортивных единоборств, как самбо, дзюдо, бокс, рукопашный бой, боевое самбо. Стоит отметить, что перечисленные виды единоборств входят в Спартакиаду МВД России среди территориальных органов МВД России и образовательных организаций МВД России и относятся к служебно-прикладным видам спорта, что подчеркивает значимость занятий данными видами единоборств. Однако, учитывая ограниченный спектр технических действий, указанных в Наставлении по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации, обучение становится затруднительным в силу ряда причин:

- 1) травматизм на занятиях в ходе тренировочных спаррингов, а также при отработке отдельных технических элементов выбранного вида спортивного единоборства;

- 2) организация проведения занятий с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;

- 3) подбор наиболее эффективных средств и методов проведения занятия;

- 4) из года в год снижается уровень физической подготовленности кандидатов на обучение в образовательных организациях МВД России.

Острой проблемой также стали события, связанные с коронавирусной инфекцией (COVID-19), охватившей все сферы человеческой деятельности. Они буквально определили наиболее значимое на сегодняшний день новое направление в деятельности МВД России, диктующее необходимость принятия мер по противодействию распространению этой инфекции. На сегодняшний день сотрудники полиции, рискуя собственным здоровьем, а порой и жизнью, наряду с работниками сферы здравоохранения принимают все возможные меры по преодолению возникшего кризиса. Выполняя свой долг, любой сотрудник полиции понимает, что от его действий во многом зависит безопасность общества. Пандемия коронавируса, затронувшая все сферы человеческой деятельности, коснулась и деятельности подразделений МВД России, при этом внеся определенные изменения в проведение организационных мероприятий. Так, одним из сдерживающих факторов на пути распространения инфекции среди сотрудников полиции в подразделениях МВД России стали определённые ограничительные меры в организации профессиональной, служебной и физической подготовки личного состава. В частности, пандемия заставила ограничить или перестроить плановые занятия по физической подготовке с личным составом подразделений МВД России.

Занятия спортивными единоборствами влияют не только на служебную деятельность сотрудников полиции, но и на здоровье, развитие опорно-двигательного аппарата и организма в целом. Конечно, в каждом виде спортивного единоборства есть своя специфика, требующая от занимающихся определенных физиологических, физических и психологических качеств для успешности реализации сложных технико-тактических действий [4].

Здоровый сотрудник всегда мыслит ясно, хорошо справляется с различными служебными задачами, способен достигать высоких целей и результатов в своей служебной деятельности, иными словами, здоровый сотрудник крайне важен для эффективной деятельности подразделений органов внутренних дел.

Поэтому занятия единоборствами для курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России считаются эффективным средством физического воспитания, развивающим широкий спектр характерных черт: смелости, решительности, стрессоустойчивости и т. п. Необходимо сформировать у обучающихся навык ориентирования в пространстве, чтобы они могли ощущать себя в момент борьбы, оптимально рассчитывать силы. Занятия единоборствами обладают большими потенциальными возможностями для развития, обучения и воспитания курсантов и слушателей, приучают их активно действовать в условиях повышенных психических нагрузок, приобретать необходимый опыт волевых действий, преодоления трудностей и отрицательных психических состояний.

Проведенный анализ научных трудов ученых позволяет сделать вывод о том, что достаточно много приведено и апробировано различных методик многолетней подготовки высококвалифицированных спортсменов по различным видам спорта, а также утверждены программы спортивной подготовки по видам спорта. Сложность применения их для курсантов образовательных организаций МВД России заключается в основном в недостаточности времени на подготовку [5].

Многие кандидаты на обучение, поступающие в образовательные организации МВД России, занимались вышеуказанными единоборствами. У некоторых имеется соревновательный опыт и даже спортивный разряд. Если сравнивать курсантов, которые ранее занимались спортивными единоборствами, с теми, кто не занимался, то здесь безусловно у первых проявляется преимущество технических действий, физиологических качеств, психологической подготовки. Вообще стоит отметить, что спортсмены из числа обучающихся обладают наиболее развитыми физическими качествами и психически устойчивее. Кроме того, процесс адаптации у спортсменов к экстремальным ситуациям протекает значительно легче и быстрее, что способствует выполнению ими довольно сложных задач.

Учитывая важность физической подготовки для осуществления эффективной деятельности сотрудников полиции в обеспечении безопасности граждан и личной безопасности, а также имеющиеся пробелы в обучении, возникает необходимость в проведении дальнейших исследований и разработке методики по формированию навыков применения сотрудниками полиции боевых приемов борьбы на основе спортивных единоборств.

Список использованной литературы:

1. О полиции : федеральный закон Российской Федерации от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ : принят Гос. Думой 28 января 2011 г. – М. : Проспект, 2011. – 48 с.
2. Чехранов Ю. В. Структуризация содержания физической подготовки сотрудников ОВД России / Ю. В. Чехранов, Д. А. Платонов, В. Б. Шилакин // Вестник экономической безопасности. – 2018. – № 4. – С. 298–300.
3. Торопов В. А. «Инновационный подход» в обосновании содержания Наставления по организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации / В. А. Торопов, И. А. Кузнецов, В. В. Пятаков, В. Е. Смирнов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 38–42.
4. Герасимов И. В. Единоборство как средство психологической подготовки сотрудников полиции // Наука и инновации в сфере образования и производства : сборник научных трудов. Орел : Орловский государственный университет, 2015. – С. 78–82.

5. Троян, Е. И. Обучение боевым приемам борьбы в служебно-прикладной физической подготовке слушателей учебных центров МВД России : дис. ... канд. пед. наук. – СПб., 2006. – 207 с.

© Ким В. О., 2021

УДК 378.635.016:355.541.1(470)

А. А. Романов – заместитель начальника кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России, кандидат юридических наук (г. Уфа)

О КОМПЕТЕНТНОСТНОМ ПОДХОДЕ В ПОДГОТОВКЕ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ К ПРИМЕНЕНИЮ ОГНЕСТРЕЛЬНОГО ОРУЖИЯ

Суть компетентностного подхода в педагогике состоит в определении конкретных компетенций, которыми должен овладеть выпускник, и построении образовательного процесса таким образом, чтобы необходимые компетенции посредством этого были сформированы или развиты. Преимущество такого подхода состоит в том, что обучающемуся не дается определенный объем знаний, который он в последующем будет стараться адаптировать к конкретной профессии, а сразу готовится к решению задач его будущей профессии. Оговоримся, что в рамках настоящей статьи мы будем рассуждать о компетенциях не в нормативно закреплённом в федеральных государственных образовательных стандартах смысле и объеме, а как о конкретизированном наборе способностей сотрудника полиции, позволяющих ему успешно выполнять задачи, связанные с применением огнестрельного оружия.

Исходя из этого, организация образовательного процесса по огневой и тактической подготовке должна начинаться с определения типовых ситуаций, в которых решение стоящих перед органами внутренних дел задач связано с применением оружия. Анализ таких ситуаций позволит сформулировать конкретизированные компетенции, требуемые сотруднику полиции. На последующем этапе открывается возможность определить методику и методологию обучения.

Согласно имеющимся статистическим данным в 40 % случаев оружие сотрудниками полиции применяется для остановки транспортного средства [1]. При этом обстановка, в которой применяется оружие, максимально неблагоприятна для точной стрельбы: цель небольшая (покрышка автомобиля) и может иметь неудобный ракурс (в зависимости от взаимного расположения автомобилей нарушителя и сотрудников полиции), цель

быстро перемещается как по фронту, так и по глубине дистанции, положение сотрудника полиции неудобное (сидя в автомобиле, выглядывая через окно), неровности дороги и маневры автомобиля мешают прицеливанию, встречные потоки воздуха при движении на большой скорости создают дополнительный дискомфорт, также возможны дополнительные неблагоприятные условия окружающей среды (дождь или снег, плохая освещенность или мерцающий свет, холод и т. п.).

Неслучайно для остановки транспортного средства при стрельбе по колесам сотруднику полиции приходится делать наибольшее количество выстрелов, чем в среднем при применении оружия по другим основаниям. Так, согласно имеющимся статистическим данным по основанию, предусмотренному п. 1 ч. 3 ст. 23 Федерального закона от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ «О полиции» (далее – Закон о полиции), сотрудники полиции в среднем совершают 8 выстрелов и более [2], а средняя эффективность составляет 7 % [3]. Интересно заметить, что, возможно, именно из-за наличия перечисленных факторов и связанной с ними опасности случайного поражения посторонних лиц, в США ведение стрельбы по колесам движущегося автомобиля полицейскими запрещено [4]. Однако, поскольку в нашей стране такие обстоятельства являются самым распространенным случаем применения оружия полицией, необходимо определить, какими качествами должен обладать сотрудник полиции для успешного выполнения задач в таких условиях.

Часть таких качеств будет выражаться в умении игнорировать неблагоприятное воздействие внешних факторов. К примеру, это будет относиться к погодным условиям, встречным потокам ветра, низкой температуре воздуха и т. п. Для выработки такого навыка обучающемуся достаточно несколько раз испытать на себе действие таких факторов, чтобы для его восприятия не были незнакомыми. Как показывает опыт, при первой встрече с раздражающими факторами они могут оказать сильное угнетающее влияние и вызывать стрессовые проявления психики (в зависимости от остроты воздействия этих факторов), однако при регулярном соприкосновении с ними человеческий организм очень быстро настраивается к действиям при их наличии.

Другие качества требуют настройки моторных, интеллектуальных, коммуникативных и иных умений и навыков. Например, для стрельбы по движущейся цели (колесо передвигающегося автомобиля) необходимо уметь просчитывать приблизительную траекторию движения и учитывать ее. Для ведения огня, находясь в движущемся автомобиле, необходимо научиться быстро возвращать прицельные устройства пистолета на цель, а также чувствовать и ловить момент, когда автомобиль полиции более стабилен, гасить импульсы от неровностей дороги. При этом в данной ситуации играют роль навыки не только стрелка, но и водителя автомобиля полиции, взаимодействие сотрудников полиции между собой. Так, и стрелок,

и водитель должны знать максимально эффективную позицию автомобиля полиции относительно автомобиля нарушителя для стрельбы по колесам и стремиться к ней. Кроме того, водитель, контролирующей дорожную ситуацию, направляющий автомобиль, должен в момент готовности к выстрелу стараться вести автомобиль максимально ровно, а в случае необходимости подсказывать стрелку о предстоящих резких поворотах, маневрах автомобиля, неровностях на дороге и т. д. В этом случае слаженная работа напарников и учет стрелком передаваемой ему водителем информации способны существенно повысить результативность стрельбы.

Формированию указанных компетенций в значительной степени способствуют специально разработанные для этого тренажеры. Кроме этого, на наш взгляд, перспективно применение тренажеров контраварийной езды, выполненных на базе кузова реального автомобиля. Такой тренажер помимо имитации реагирования автомобиля на неровности дороги позволит отрабатывать взаимодействие с водителем. В то же время следует отметить, что, во-первых, стоимость таких тренажеров является существенной, что осложняет их приобретение образовательными организациями МВД России, во-вторых, для максимального приближения моделируемой обстановки к реальной жизни тренажер следует дополнять (имитировать встречный ветер, организовывать слабую освещенность или мерцающий свет и т. п.).

В отсутствие интерактивных тренажеров в некоторых образовательных организациях применяют упрощенный их вариант в виде качающейся платформы, на которой устанавливают место для стрельбы. В сочетании с электронным тренажером «Рубин» применение таких платформ также представляется достаточно эффективным. Функциональные возможности «Рубина» позволяют преподавателям самим записывать видеосюжеты для отработки занятий. Соответственно, применительно к рассматриваемой компетенции могут быть записаны видеоролики движения автомобиля по дороге (имитация преследования автомобиля нарушителя), где в качестве области поражения будет запрограммировано колесо преследуемого автомобиля.

Следующими наиболее распространенными основаниями для применения оружия являются обезвреживание опасного животного и производство предупредительного выстрела. Первая ситуация требует навыков быстрого извлечения оружия, оценки и квалификации ситуации с целью принятия решения о наличии оснований и целесообразности применения оружия, соблюдения порядка его применения, выбора и занятия безопасной траектории ведения огня. Эти навыки являются стандартными и для других случаев применения оружия, поэтому будут рассмотрены подробнее чуть ниже. Что касается второй ситуации, то каких-либо специфических компетенций она тоже не требует.

В ситуациях боевого столкновения с преступником оружие применяется сотрудниками значительно реже, однако, учитывая высокую общественную опасность таких ситуаций, они должны занимать основное внимание в процессе огневой и, в некоторой степени, тактико-специальной подготовки. Основным объемом требуемых в таких ситуациях компетенций охватывается упражнениями, предусмотренными Наставлением по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации, утвержденным приказом МВД России от 23 ноября 2017 г. № 880. К таким компетенциям, в частности, относятся умения и навыки стрельбы: скоростной, в движении, из различных положений, из-за укрытия, после физической нагрузки, при наличии штрафных мишеней, в средствах индивидуальной защиты, при недостаточном освещении и т. д. Остановимся более подробно на тех качествах, которые, на наш взгляд, в настоящее время недостаточно охвачены педагогическим воздействием в период обучения.

Опыт проведения занятий с сотрудниками отделов (отделений) физической защиты подразделений по обеспечению безопасности лиц, подлежащих государственной защите, в качестве одной и важных компетенций сотрудника полиции в ситуациях, связанных с применением оружия, позволяет назвать навык коммуникации с напарниками при выявлении угрозы. Установлено, что в экстремальной ситуации (какой по сути и является ситуация нападения, требующая применения оружия для защиты) организму человека очень сложно сосредоточиться на выполнении двух разноплановых задач: отражении нападения и общении с напарником. Общение требуется для предупреждения о выявленной угрозе, указании ее направления, дистанции и т. д. Гораздо легче коммуникация осуществляется в случае, когда она отработана многократными тренировками и происходит практически в фоновом режиме, не задействуя внимание сотрудника полиции.

Для всех других должностных категорий сотрудников полиции коммуникация также важна. Так, согласно ст. 19 Закона о полиции сотрудник должен предупредить о том, что он является сотрудником полиции и о намерении применить огнестрельное оружие. Однако в ситуации, когда сотруднику полиции требуется извлечь оружие и привести его в готовность, под действием сильного душевного волнения ему окажется сложным произнести даже простую короткую фразу, так как все его внимание и мысли в этот момент будут сконцентрированы на действии.

В связи с изложенным для развития необходимой компетенции коммуникации во время приготовления к ведению огня и отражению нападения, целесообразно, чтобы во время выполнения упражнений обучающиеся приучались передавать необходимую информацию. Целесообразно, на наш взгляд, выполнять это и при ведении практических стрельб на огневом рубеже. Так, сотрудники подразделений госзащиты после команды «Огонь!» с одновременным извлечением оружия громко произносят «Цель

спереди! (справа/слева, в зависимости от направления мишени)» и затем выполняют стрельбу. Сотрудники иных должностных категорий полиции по команде «Огонь!» дают четкую команду «Стоять, полиция! Стрелять буду!», одновременно извлекая оружие, и затем производят стрельбу по мишени.

В заключение анализа отметим, что применение компетентностного подхода в такой важной сфере правоохранительной деятельности как применение огнестрельного оружия, требует особых подходов к организации образовательного процесса, при которых основной акцент внимания переводится не на обучение четкому выполнению конкретного упражнения, а на выработку требуемых сотруднику полиции качеств. В связи с этим упражнения должны подбираться преподавателем, видоизменяться и дополняться в зависимости от уровня подготовленности обучающегося, его должностной категории и других обстоятельств, требующих формирования у него особых компетенций. Полагаем, что такой подход и применение, в частности предложенных нами упражнений, позволит существенно повысить эффективность и практико-ориентированный подход на занятиях по огневой и тактико-специальной подготовке.

Список использованной литературы:

1. Анализ статистических показателей применения огнестрельного оружия: аналитический отчет / Э. Б. Мингалеев, В. В. Захаров, А. В. Копытов, А. Н. Хайкин. – М. : Московский университет МВД России имени В. Я. Кикотя, 2019. – 30 с.
2. Горячева Н. Ю. Анализ практики применения и использования огнестрельного оружия сотрудниками органов внутренних дел по Республике Башкортостан // Евразийский юридический журнал. – 2018. – № 12 (127). – С. 345–347.
3. Разработка учебно-тренировочных средств с целью повышения профессионализма сотрудников органов внутренних дел в стрельбе из ручного стрелкового оружия : отчет о научно-исследовательской работе / А. П. Шкуро, Е. В. Логвинов. – Хабаровск : ДЮИ МВД России, 2019. – С. 16.
4. Полуночный убийца // Российская газета. – 2011. – № 254 (5630). – URL: <https://rg.ru/2011/11/11/lokhachi.html> (дата обращения: 23.04.2021).

© Романов А. А., 2021

Р. В. Романов – доцент кафедры тактико-специальной, огневой и физической подготовки Владивостокского филиала Дальневосточного юридического института МВД России (г. Владивосток);
В. Ю. Диянич – преподаватель кафедры тактико-специальной, огневой и физической подготовки Владивостокского филиала Дальневосточного юридического института МВД России (г. Владивосток)

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ ПРИ ОБУЧЕНИИ БОЕВЫМ ПРИЕМАМ БОРЬБЫ

Профессиональная деятельность сотрудников органов внутренних дел относится к числу тех профессий, которые характеризуются наличием экстремальных ситуаций, при которых выполнение оперативно-служебных и служебно-боевых задач сопряжено с риском и опасностью для жизни и здоровья, сложностью и нестандартностью служебных задач, индивидуальной ответственностью за профессиональные ошибки, высоким уровнем психического напряжения и большой вероятностью причинения вреда посторонним лицам при выполнении задач, связанных с задержанием правонарушителей. Обострение криминогенной обстановки в стране сопровождается увеличением количества случаев применения сотрудниками полиции как огнестрельного оружия, так и физической силы [3].

Ежедневно служебная деятельность таких подразделений, как патрульно-постовая служба, уголовный розыск, дорожно-патрульная служба, участковые уполномоченные отличается большим количеством ситуаций, угрожающих или субъективно воспринимающихся сотрудником полиции как угроза его жизни, здоровью и личностной целостности. Нередко в подобных ситуациях психологические качества сотрудников полиции оказывают решающее влияние на положительный или отрицательный исход в схватке с правонарушителем.

В связи с этим возрастает необходимость в подготовке курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России, а именно в формировании их психологической готовности, морально-волевых качеств в обучении боевым приемам борьбы при выполнении служебных задач, связанных с задержанием правонарушителей.

Психологическая подготовка в ситуациях применения физической силы, боевых приемов борьбы – это система целенаправленных воздейст-

вий, имеющая целью формирование и закрепление психологической устойчивости и готовности на основе самосовершенствования личностных и профессиональных качеств в моделируемых ситуациях профессиональной деятельности при задержании правонарушителя [2].

С целью выявления основных факторов психологических свойств и качеств, оказывающих влияние на эффективность применения физической силы, а именно боевых приемов борьбы, применяемых сотрудниками органов внутренних дел при задержании правонарушителей, был проведен опрос. В опросе приняло участие 49 сотрудников полиции, проходящих обучение на курсах повышения квалификации во Владивостокском филиале Дальневосточного юридического института МВД России в 2020 году. Все сотрудники имеют опыт работы от 7 до 14 лет в таких подразделениях, как уголовный розыск, патрульно-постовая служба, дорожно-патрульная служба, т. е. тех подразделениях, сотрудники которых ежедневно сталкиваются с ситуациями, когда необходимо задержать правонарушителя, используя боевые приемы борьбы. Все из участвующих в опросе сотрудников владеют техникой выполнения боевых приемов борьбы и ежегодно положительно сдают зачеты по профессиональной служебной и физической подготовке, тем самым подтверждая свою пригодность к службе в органах внутренних дел.

В результате проведения данного опроса было установлено, что 38 % сотрудников полиции применяют боевые приемы борьбы для задержания правонарушителей, справляясь при этом с действием различного рода сбивающих факторов, в том числе и психологических. Остальные 72 % сотрудников стараются применять боевые приемы борьбы, но в силу действия различных сбивающих факторов у них не получается доводить приемы до фазы задержания правонарушителя, в лучшем случае они все-таки задерживают его, используя грубую физическую силу, а следовательно, их действия не способствуют минимизации причиненного ущерба. Основными причинами, способствующими низкой эффективности применения боевых приемов борьбы, по мнению респондентов, являются психологические факторы такие, как страх, боязнь получить травму, неуверенность в своих действиях.

Многие исследователи, занимающиеся вопросами психологической подготовки в единоборствах, отмечают, что не умение наносить удары и защищаться от них, не физическая сила играют главную роль в схватках, а разум, т. е. психологическое состояние бойца, которое доминирует над физическим и тактическим [1].

Для того чтобы сотрудник полиции был готов к ситуации, в которой от него требуется применять боевые приемы борьбы для задержания правонарушителя, он должен прежде всего быть психологически готов к этому. Поэтому вопросы, касающиеся психологической подготовки курсантов

и слушателей образовательных организаций МВД России, заслуживают особого внимания.

Основными задачами психологической подготовки при обучении курсантов и слушателей боевым приемам борьбы являются:

1) формирование свойств личности, необходимых для успешного применения боевых приемов борьбы, а именно: волевых качеств, внимательности, точности, скорости реакции, смелости, настойчивости, нестандартности мышления;

2) формирование устойчивого длительного состояния, т. е. того, в котором сотрудник полиции не чувствует страха и других фобий;

3) формирование навыков саморегуляции и управления вниманием.

На занятиях с курсантами и слушателями по дисциплине «Физическая подготовка» при обучении боевым приемам борьбы во Владивостокском филиале ДВЮИ МВД России с целью формирования психологической готовности успешно применяются различные упражнения, техники и методики: особенности движения, управление голосом, управление взглядом, управление вниманием, медитативные упражнения, спарринги и метод ситуационного моделирования.

При изучении и совершенствовании боевых приемов борьбы особое внимание уделяется особенностям движения. На занятиях используется специфический характер движений, в частности такие двигательные действия, как удары, выполняемые по боксерским мешкам или макиварам, способствуют активизации и расслаблению сознания. Требования, предъявляемые к двигательным действиям, а именно: сила, экономичность, скорость, частота повторений часто выполняются в условиях ограниченного времени на фоне сильного утомления, что способствует развитию у курсантов и слушателей таких качеств, как настойчивость, дисциплинированность, воля.

Управление своим голосом имеет важное значение, так как голос взаимосвязан с психическим состоянием человека. Курсант или сотрудник полиции, который может управлять своим голосом, соответственно может научиться управлять своим состоянием. Данный фактор реализуется через ситуации, когда сотрудник полиции в процессе выполнения боевых приемов борьбы подает различные команды правонарушителю. Если сотрудник недостаточно силен или находится не в боевом состоянии, то громко поданная команда повлечет за собой возбуждение нервной системы, что в свою очередь будет способствовать оптимальной работе сознания и в целом действий сотрудника полиции.

Управление взглядом при совершенствовании приемов также способствует формированию психологической готовности. Часто перед выполнением приемов курсанты, слушатели направляют свой взгляд на преподавателя, ожидая команды к выполнению приема, что является неправильным. Перед выполнением приема курсант должен смотреть в глаза ас-

систенту, при этом стараясь не моргать. Данные действия будут восприниматься ассистентом как решимость применить прием и отсутствие сомнений в эффективности его применения. Если научиться управлять взглядом, то можно научиться воздействовать на психику правонарушителя.

Немаловажное значение в психологической готовности отводится способности длительное время удерживать внимание, не затрачивая при этом много сил. Эффективность данного навыка проявляется в ситуациях, связанных с необходимостью выбора в условиях нехватки времени. Для совершенствования этого навыка очень результативны упражнения или схватки против нескольких соперников. Курсанту, слушателю необходимо одновременно удерживать внимание на нескольких соперниках, которые пытаются нанести удар или захват.

Медитативные упражнения позволяют тренировать внимание и восполнять потраченную энергию. Это упражнения, которые выполняются в состоянии расслабленной сосредоточенности, когда идет наблюдение за самим собой со стороны. Данные упражнения, как правило, носят индивидуальный характер и применяются вне учебных занятий.

По мнению многих психологов, для того чтобы психологически подготовить сотрудника полиции к ситуациям экстремального характера, необходимо создать ситуацию, максимально приближенную к реальной. Практическая реализация данного пункта при обучении боевым приемам борьбы осуществляется посредством участия курсантов в спаррингах и использования метода ситуационного моделирования, где моделируется типичная ситуация из служебной деятельности, в которой курсант, слушатель должен умело продемонстрировать свои действия. Спарринги и ситуационное моделирование применяются на завершающих этапах обучения курсантов и слушателей боевым приемам борьбы. По результатам проведения спаррингов и участия в моделируемых ситуациях, можно судить о степени психологической готовности курсанта, слушателя к применению боевых приемов борьбы при задержании правонарушителя.

Перечисленные выше методики, техники и упражнения, способствующие формированию психологической готовности курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России, применению боевых приемов борьбы, вовсе не ограничиваются, существуют и другие упражнения и методики, которые необходимо включать в программу подготовки курсантов и слушателей, а также в систему профессиональной служебной и физической подготовки сотрудников органов внутренних дел. Также необходимо постоянно изучать саму профессиональную деятельность, определять ее психофизиологические требования и на их основе создавать методику формирования психологической готовности сотрудников полиции к ситуациям, в которых имеются основания для применения физической силы, а именно боевых приемов борьбы.

Список использованной литературы:

1. Сибирко М. А. Формирование морально-психологической устойчивости курсантов образовательных учреждений МВД России в экстремальных ситуациях: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 2012. – С. 24.
2. Торопов В. А., Ушенин А. И., Хыбыртов Р. Б. Психологическая подготовка сотрудника ОВД средствами физических упражнений // Материалы VI межвузовской научно-практической конференции «Научно-методические проблемы подготовки инструкторско-педагогических кадров по боевой и физической подготовке для органов внутренних дел (Ставрополь, 5 апреля 2013г.). – Ставрополь : Графа, 2013. С. 147–151.
3. Широкоступова А. О. Психологические аспекты поддержания работоспособности сотрудников ОВД средствами физической подготовки // Материалы XXVI международной научно-практической конференции «Современные проблемы гуманитарных наук» (г. Москва, 30 декабря 2015 г.). – М. : Научно-информационный издательский центр «Институт стратегических исследований», 2015. – С. 194–197.

© Романов Р. В., 2021

© Диянич В. Ю., 2021

УДК 378.635.016:796.819(470)

С. О. Цекунов – доцент кафедры физической подготовки Дальневосточного юридического института МВД России, доцент (г. Хабаровск)

МОДЕЛИРОВАНИЕ ТИПОВЫХ СИТУАЦИЙ ЗАДЕРЖАНИЯ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ

Подготовка сотрудника полиции в условиях массового обучения силовому задержанию является сложной педагогической задачей. Спецификой методики профессионально-прикладной физической подготовки является необходимость обучения сотрудников полиции продуктивным схемам поведения в схватке с правонарушителем с использованием минимального количества наиболее результативных технических действий [1]. Выработка данных продуктивных схем, на наш взгляд, возможна зачастую только в ситуациях, максимально приближенных к условиям реального задержания правонарушителя.

Физическая подготовка в образовательных организациях МВД России, а также профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников ОВД в большинстве случаев осуществляется в специализированных залах (зал борьбы, универсальный зал), зачастую в

определенной спортивной форме (кимоно, куртки самбо и т. д.). В процессе служебной деятельности возникает необходимость выполнения боевых приемов борьбы в усложненных условиях, отличных от спортивного зала (ограниченное пространство, высокая отрицательная температура, скользкая поверхность, неудобная одежда и т. д.), в результате чего у сотрудников полиции могут возникать значительные сложности при применении боевых приемов борьбы в реальных условиях.

Профессионально-прикладная модель действий сотрудников полиции, связанная с применением средств физической силы и боевых приёмов борьбы в отношении правонарушителей, созданная на основе анализа оперативно-служебных ситуаций, связанных с применением физической силы сотрудниками ОВД, может стать основой для системного представления групп технико-тактических комбинаций боевых приемов борьбы в порядке приоритетности их применения в правоохранительной деятельности. Все разнообразие боевых приемов борьбы зачастую показывает низкую эффективность в различных нестандартных ситуациях задержания [2]. К примеру, выполнение приемов задержания в стойке в зимний период времени в массивной одежде, зимних перчатках как сотрудника полиции, так и правонарушителя, может быть очень неэффективным. На сегодняшний день создание модели подготовки сотрудников полиции затруднено из-за отсутствия социологической составляющей работы подразделений ОВД, заключающейся в отсутствии сбора информации обо всех оперативно-служебных ситуациях, в которых сотрудники полиции применяли физическую силу, в том числе боевые приемы борьбы. Затруднения, связанные с проведением соответствующего анализа. Поэтому при организации занятий по профессионально-прикладной физической подготовке курсантов образовательных учреждений либо сотрудников ОВД с использованием метода ситуационного моделирования преподавателям или инструкторам необходимо в первую очередь руководствоваться современной нормативно-правовой базой, устанавливающей условия, порядок, пределы применения мер непосредственного принуждения сотрудниками полиции, а также общими принципами проведения занятий подобного рода. То есть за основу необходимо принять методику целенаправленного развития специальных двигательных способностей и навыков, базирующуюся на включении в структуру учебного занятия специализированных комплексов профессионально-прикладной направленности с использованием различных интенсивных методов. При совершенствовании навыков применения боевых приемов борьбы, по нашему мнению, целесообразно использовать метод ситуационного моделирования ситуаций задержаний, максимально приближенных к реальным условиям [3].

Как уже говорилось выше, для пресечения противоправных действий и задержания правонарушителя в стандартных ситуациях в

нормативных документах по организации боевой подготовки сотрудников ОВД определены следующие положения, которые могут составить основу ситуационного моделирования:

- пассивное неповиновение – уклонение правонарушителя от физического принуждения со стороны сотрудника без намерения побега;
- активное неповиновение – уклонение правонарушителя от физического принуждения со стороны сотрудника;
- активное сопротивление – ожесточенное физическое противодействие сотруднику с применением атакующих действий (захватов, бросков, ударов руками или ногами, ударов предметами).

На базе представленных из нормативных документов стандартных ситуаций следует моделировать на занятиях по профессионально-прикладной физической подготовке примерные тактико-технические схемы применения сотрудниками ОВД физической силы в отношении правонарушителей или преступников, которые помогут решить вопрос о выборе средств и методов для оптимального решения оперативно-служебных задач. В данную группу также необходимо включить различные условия реального задержания правонарушителя, к ним можно отнести:

- задержание правонарушителя в зимний период, в условиях естественной среды;
- задержание правонарушителя в летний период, при частичном отсутствии верхней одежды (к примеру наличие только футболки и шорт);
- задержание правонарушителей при групповом нападении;
- задержание правонарушителя в условиях ограниченного пространства [4].

Действия сотрудников ОВД в ситуациях, связанных с применением боевых приемов борьбы в отношении правонарушителей или преступников, включают фазы подготовки и применения приемов и их комбинаций с использованием всех определенных законодательством условий и порядка физического принуждения. В каждой оперативно-служебной ситуации сотрудник полиции стремится последовательно реализовать следующие фазы деятельности, направленные на силовое противодействие правонарушителю или преступнику:

- вход в контактное взаимодействие (первая атака или защита и контратака);
- пресечение потенциального или подавление реального противодействия (решение задачи личной безопасности);
- иммобилизация противника (с использованием боевых приемов борьбы: болевых, удушающих приемов, посредством нанесения адекватного ситуации физического ущерба);
- надевание наручников (связывание);
- наружный осмотр;
- сопровождение (конвоирование);

– оказание при необходимости первой помощи.

Все разнообразие ситуаций, связанных с применением физической силы сотрудниками ОВД, обуславливает очень значительный по объему состав необходимых технических действий. Представленная классификация ситуаций и средств, обеспечивающих их эффективное решение, может рассматриваться как методологическая основа при составлении учебных программ профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников полиции.

При создании моделей продуктивных действий сотрудников ОВД с использованием боевых приемов борьбы преподавателям образовательных учреждений либо инструкторам боевой и специальной подготовки в подразделениях ОВД необходимо, во-первых, учитывать возможности материально-технической составляющей площадки, на которой проводятся занятия, во-вторых, соблюдать следующие условия:

1. понятно для участников формулировать внешние признаки моделируемой ситуации (улица, лифт, подъезд или двор многоквартирного дома, ресторан, вокзал или аэропорт, метро, легковой автомобиль, общественный транспорт, время суток и т. д.);

2. точно обозначать правовые сферы действий сторон, участвующих в моделируемой ситуации (определять цели и задачи каждого участника – правонарушителя и сотрудника);

3. давать грамотную юридическую характеристику действий субъектов моделируемой ситуации (определять общественную опасность правонарушителя, степень оказываемого им сопротивления; в соответствии с этим определять средства физического противодействия, используемые сотрудником ОВД);

4. определять тактико-технические схемы поведения каждого участника ситуационной модели (нападение, защита, схватка, преследование и т. д.);

5. проводить анализ отработанной профессионально-прикладной модели действий сотрудников полиции, связанной с применением средств физического принуждения в отношении правонарушителей или преступников (подводить итог, указывать на допускаемые ошибки, при необходимости выставлять оценки).

Таким образом, на наш взгляд, использование метода ситуационного моделирования на занятиях по физической подготовке в образовательных организациях МВД России, а также на занятиях по профессионально-прикладной физической подготовке сотрудников ОВД может значительно повысить эффективность обучения боевым приемам борьбы. В то же время становится очевидным, что принцип ситуационного моделирования целесообразно применять на завершающем этапе обучения курсантов образовательных учреждений МВД России (этапе тактико-специальной подготовки), либо включать его в профессионально-прикладную

физическую подготовку в подразделениях ОВД для наиболее опытных и подготовленных сотрудников [5].

Список использованной литературы:

1. Крысин М. В., Цекунов С. О. К вопросу о повышении эффективности физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России. Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : материалы XVIII Международной научно-практической конференции 16–17 июня 2016 г. / отв. ред. Карнович С. А. – Иркутск : Изд-во Восточно-Сибирского института МВД России, 2016. – С. 121–124.

2. Серебрянников В. А. Физическая подготовка : учебное пособие / В. А. Серебрянников, В. Ф. Лигута, В. С. Кшевин, С. О. Цекунов. – Хабаровск. – 2016. – С. 60–63.

3. Цекунов С. О. Актуальные проблемы применения боевых приемов борьбы сотрудниками полиции : материалы V Международной научно-практической конференции 18–20 октября 2017 г. – Дальневосточный юридический институт МВД России, 2017. – С. 235–237.

4. Цекунов С. О. Моделирование типовых ситуаций как эффективный способ формирования готовности курсантов ДВЮИ МВД России к задержанию правонарушителя // Проблемы правоохранительной деятельности. Белгородский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации им. И. Д. Путилина (Белгород), 2017. – С. 117–120.

5. Цекунов С. О. Приемы выполнения ударной техники в условиях ограниченного пространства : методические рекомендации / С. О. Цекунов, В. Ф. Лигута. – Хабаровск : ДВЮИ МВД России, 2012. – 28 с.

© Цекунов С.О.

УДК 378.635.016:355.541.1(470)

Н. Ю. Николаев – старший преподаватель кафедры огневой подготовки Уральского юридического института МВД России (г. Екатеринбург)

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КЕЙС-ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

Актуальность метода состоит в том, что в современном мире стоит задача внедрения качественного образования. Для этих целей разрабаты-

ваются новые методики преподавания, одной из которых выступает кейс-метод. Данная модель развивает у обучающегося способность справляться с конкретными жизненными ситуациями, помогает вырабатывать устойчивую привычку анализировать сложившиеся жизненные ситуации, находить выход из трудностей путем их осмысления. Для наилучшего достижения этих целей служит кейс-метод, который обеспечивает организацию увлекательной поисковой деятельности обучающихся. Кроме того, кейс-технология способствует повышению мотивации обучающихся, развивает их интеллектуальные навыки, которые в будущем пригодятся в обучении, а также в профессиональной деятельности.

Проблема усвоения обучающимися знаний достаточно остро стоит в современном образовании. Преподаватели стремятся добиться того, чтобы учащийся мог не только хорошо усвоить информацию, но также и переработать ее. Для этого в практике своего преподавания они стремятся использовать методики, которые помогли бы максимально полно обучающимся усвоить материал. Кроме того, реалии современного мира требуют того, чтобы человек мог быстро и рационально решать проблемы, которых день ото дня возникает все больше. При обучении подрастающего поколения важно учитывать не только знания, которые, без сомнения, являются самой важной составляющей любого процесса обучения, но и подготовку обучающихся к жизни в современном обществе. Достичь автоматизма при решении повседневных проблем, найти наиболее лучший выход и не получить при этом стресс поможет использование кейс-технологии в процессе обучения [1].

Одним из эффективных методов обучения является кейс-метод или метод кейсов. Этот метод представляет собой заранее подготовленную преподавателем реальную жизненную ситуацию, имевшую место в соответствующей области профессиональной деятельности, и поиск вариантов лучших решений. Данный метод помогает на примере разбора реальных событий научить обучающихся оценивать сложившуюся ситуацию в целом и принимать конкретные решения для выхода из нее. На основе этой ситуации происходит ее анализ, вырабатывается схема и алгоритм действий в соответствии с установленными критериями для ее решения. Необходимо знать, что данная технология подразумевает большой объем работы для преподавателя, так как ему нужно подобрать подходящую кейс-задачу, материалы для подготовки учащихся, разработать сценарий проведения занятия. При выполнении кейс-задачи может появиться несколько вариантов ее решения. При выборе оптимального варианта у обучающихся развивается умение анализировать ситуацию и планировать его осуществление. Данный метод позволяет не только хорошо усвоить знания, но и вырабатывает у обучающихся определенный алгоритм действий при столкновении с определенными проблемами, что, безусловно, является хорошей практикой для будущей жизни [2]. Кейс-метод включает в себя исследовательскую,

проектную технологии, а также содержит в себе принцип проблемного обучения.

Основными положительными сторонами данного метода являются:

- возможность оптимального сочетания теории и практики, так как проблемная задача взята из практики повседневной жизни, а пути ее решения вырабатываются обучающимися теоретически;
- выработка у обучающихся устойчивого навыка решения практических задач (при условии многократного использования данного метода в течение учебного цикла);
- развитие мотивации к активному участию в учебном процессе;
- приобретение коммуникативных навыков общения;
- возможность самореализации и самосовершенствования. [3]

Технология работы с кейсом предполагает следующие этапы:

1. индивидуальная работа обучающихся (распознавание проблемы, предложения по ее решению);
2. работа в малых группах по обсуждению и согласованию проблемы и путей ее решения;
3. презентация малыми группами путей решения проблемы.

В процессе работы над проблемной ситуацией в группах сотрудничества обучающиеся имеют возможность научиться высказывать свое мнение, выслушивать мнение других людей, принимать общее решение, опираясь на мнение каждого члена группы. Все это помогает обучающимся вырабатывать навыки общения в разных коллективах, что несомненно является положительной практикой для дальнейшей жизни в обществе.

Рассмотрим применение кейс-метода на примере использования его при огневой подготовке курсантов. Данный метод включает в себя 3 этапа:

1. проверка теоретических знаний путем написания тестов;
2. выполнение нормативов;
3. создание конкретной ситуации применения огнестрельного оружия из различных положений с использованием укрытия, что является характерной чертой кейс-метода.

Все 3 этапа объединены в одно комплексное упражнение с ограничением времени, что вызывает у обучающихся необходимость принимать правильные оперативные решения. В условиях ограниченного времени развивается навык быстрого реагирования на стихийно возникающие задачи и возникает их правильное решение.

Специфика метода заключается в том, что обучающийся не владеет информацией о том, какие именно задания ему необходимо будет выполнить. Данное условие заставляет действовать обучающегося в состоянии стресса.

Обучение приемам стрельбы и дальнейшее развитие данного навыка вызывает у обучающихся ряд трудностей. Одним из путей решения данной проблемы является использование различных методов на занятиях по обу-

чению приемам стрельбы. Задача преподавателя подобрать максимально эффективный метод. Кейс-метод можно назвать одним из самых подходящих.

Таким образом, кейс-метод выполняет положительную функцию при формировании компетенций у обучающихся, позволяет на примере разбора реальных ситуаций научить обучающихся оценивать производственную ситуацию в целом и принимать конкретные решения для выхода из проблемной ситуации. Это способствует развитию гибкости мышления, творческого подхода, умения мыслить системно, способности действовать самостоятельно.

Список использованной литературы:

1. Козырева Л. Метод кейс-стади и его применение в процессе обучения учащихся. — М., Просвещение, 2005. Деркач А. М. Кейс-метод в обучении // Специалист. — 2010. — № 4. — С. 22–23.
2. Смолянинова О. Г. Инновационные технологии обучения студентов на основе метода CaseStudy // Инновации в российском образовании. — Москва: ВПО, 2000.
3. Смолянинова О. Г. Дидактические возможности метода casestudy в обучении студентов // Гуманитарный вестник. — Красноярск, 2000.— С. 15–19.

© Николаев Н. Ю., 2021

ВЫСТУПЛЕНИЯ

УДК 378.635.016:796.56(470)

А. Н. Волков – заместитель начальника кафедры физической подготовки Нижегородской академии МВД России, кандидат педагогических наук (г. Нижний Новгород)

Е. А. Варфоломеева – командир отделения 312 учебной группы факультета подготовки специалистов по расследованию экономических преступлений Нижегородской академии МВД России (г. Нижний Новгород)

ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПРИКЛАДНЫХ ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДОВ СПОРТА (НА ПРИМЕРЕ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ)

Профессиональная деятельность сотрудников полиции зачастую связана с большими физическими и психологическими нагрузками при выполнении задач, связанных с пресечением, раскрытием, предупреждением, выявлением преступлений, обнаружением и задержанием преступников. Несомненно, что для поддержания обусловленного этими факторами службы уровня физической подготовленности и подготовки к действиям в различных (порой и опасных) ситуациях сотруднику полиции необходимо систематически заниматься не только на занятиях по физической подготовке, но и самостоятельно, применяя физические упражнения или какие-либо виды спорта. В многообразии видов спорта особо выделяют служебно-прикладные виды спорта, одним из которых, на наш взгляд, должно стать спортивное ориентирование.

Спортивное ориентирование заключается в преодолении по пересеченной местности заранее неизвестной дистанции, прохождении контрольных пунктов при помощи карты и компаса. Победителем считается участник, преодолевший указанную дистанцию с наименьшим временем. Практическая значимость для сотрудника заключается в формировании умения ориентироваться на местности и чтения топографических карт, в совершенствовании физических качеств и развитии аналитических способностей [2].

Эффективность любой деятельности напрямую зависит от ее рационального планирования. Не является исключением и спортивная деятельность.

Тренировочный процесс по своей сути есть циклический процесс, состоящий из последовательных циклов тренировочных занятий различной направленности. Большой цикл (полугодовой, годовой, «олимпийский» четырехлетний и т. п.) именуется макроциклом, входящие в него средние циклы (продолжительностью несколько недель, месяц или несколько месяцев) – мезоциклами, и малые циклы – микроциклами.

В нашей статье мы хотели более подробно рассмотреть основное звено цикличности планирования - микроцикл.

Несомненно, в зависимости от решаемых задач микроциклы бывают разными, однако все они в основном состоят из 6-7 тренировочных занятий. Основными показателями получаемой нагрузки выступают объем и интенсивность тренировочной работы. Именно от планомерности, своевременности и сочетания применяемой нагрузки, от условий и содержания тренировочных занятий зависит и эффективность воздействия тренировочных упражнений и заданий. Поэтому все микроциклы разделяются на 1) тренировочные, 2) соревновательные, 3) восстановительные. Они также могут подразделяться и на более специализированные микроциклы.

Первыми в ряду этих микроциклов выступают тренировочные.

1. Втягивающий. Основной задачей такого рода микроциклов является подготовка организма к предстоящей большой тренировочной работе и интенсивной соревновательной деятельности. Применяется в начале подготовительного периода. Кроме того, такой микроцикл применяют во время восстановления после болезни или травмы. Отличается сочетанием, с одной стороны, невысокой интенсивности тренировочной работы и, с другой стороны, ростом её объема. Однако суммарная нагрузка остается невысокой [1].

2. Развивающий. Отличается от предыдущего, в первую очередь, большим объемом и интенсивностью тренировочной работы. Планируется достижение эффекта суперкомпенсации и получения на её фоне необходимого прироста уровня подготовленности. Но объем и интенсивность тренировочной работы еще не должны быть на максимальном уровне [1].

3. Ударный. Отличительная его черта – наличие большого суммарного объема тренировочной работы. Это специфический микроцикл, который в основном применяется в конце подготовительного и в соревновательном периодах. Его используют, когда необходимо в кратчайшее время добиться необходимых для достижения требуемого результата адаптационных перестроек организма, в частности, для форсирования подготовки к предстоящему соревнованию при лимите тренировочного времени. В связи с этим и объем, и интенсивность тренировочной работы возрастает до предельного уровня. Это частично достигается и активным использованием сложнокоординационных упражнений, заданий с высокой психической напряженностью и высокой технической сложности, проведением тренировок в нестандартных условиях [1].

4. Стабилизирующий. Его рекомендуется использовать для поддержания высокого уровня физической подготовленности на протяжении всего соревновательного периода, а также после ударных микроциклов. Это достигается за счёт постепенного и контролируемого снижения объема тренировочной работы с сохранением при этом достаточно высокой интенсивности [1].

В алгоритме тренировочного макроцикла следующими следуют соревновательные микроциклы, которые бывают следующих видов.

1. Подготовительный. Такие микроциклы применяются в конце подготовительного и в начале соревновательного периода. Содержание тренировочных упражнений и заданий моделирует условия предстоящих соревнований. Необходим для решения основных задач, в первую очередь, физической готовности, а также технико-тактической и психологической подготовки непосредственно под конкретные соревнования. Окончательно доводятся до пика формы уровень работоспособности и восстановительные механизмы, шлифуются технико-тактические действия, проводится специальная психологическая подготовка, должный настрой на достижение наивысшего результата [1].

2. Подводящий. Применяется обычно в преддверии конкретных соревнований. В связи с этим находится в тесной взаимосвязи с последующим после него соревновательным микроциклом. Основная направленность – специальная физическая подготовка, которая предполагает, в частности, моделирование предстоящей соревновательной деятельности, а также создание оптимальных условий для восстановления после большой физической и эмоциональной нагрузки. Моделирование соревновательной деятельности предполагает создание максимально приближенных к конкретным соревнованиям условий, режима и программы выступлений. Объем и интенсивность тренировочной работы невысокая [1].

3. Соревновательный. Решается главная задача всего тренировочного процесса – успешное выступление на соревнованиях. Кроме непосредственного участия в соревнованиях применяются дополнительные тренировочные занятия невысокой интенсивности, разнообразные средства восстановления, изучаются тактические особенности предстоящих выступлений соперников [1].

Тренировочный макроцикл завершается восстановительными микроциклами. Их задача – создание условий для оптимального и кратчайшего восстановления после высокой физической и психологической нагрузки, максимальное повышение адаптационных процессов. Это осуществляется за счёт активного отдыха, планомерного снижения объема и интенсивности тренировочной работы, применения разнообразных не связанных с основной спортивной деятельностью двигательных заданий (например, спортивных игр), сменой мест тренировок [1].

Одна из задач планирования состоит в том, чтобы рационально распределить тренировочную работу и рассчитать оптимальную нагрузку. При этом важно учитывать возможность адаптации организма к тренировочным нагрузкам, возникающим при однонаправленных занятиях [3]. В таблице 1 приведём несколько примеров микроциклов разных видов, используемых при планировании тренировочного цикла в спортивном ориентировании.

Таблица 1

Примерные схемы тренировочных микроциклов
в спортивном ориентировании

Дни недели	Направленность занятия	Интенсивность
Пример №1 - втягивающий микроцикл		
Понедельник	Восстановительная	Отдых
Вторник	Техническая	Выше средней
Среда	Аэробная (развитие выносливости)	Высокая
Четверг	Анаэробная (развитие скоростно-силовых способностей)	Средняя
Пятница	Комплексная (последовательное решение тренировочных задач)	Выше средней
Суббота	Комплексная (параллельное решение тренировочных задач)	Высокая
Воскресенье	Аэробная (развитие выносливости)	Невысокая
Пример № 2 - стабилизирующий микроцикл		
Понедельник	Восстановительная	Отдых
Вторник	Комплексная: - тренировка на горной местности; - техническая подготовка	Средняя
Среда	Комплексная: - фартлек; - переменная тренировка на горной местности (10 км); - круговая тренировка	Высокая
Четверг	Комплексная: - тренировка на горной местности; - техническая подготовка	Средняя
Пятница	Аэробная (развитие выносливости)	Невысокая
Суббота	Комплексная: - тренировка на горной местности; - круговая тренировка - техническая подготовка	Высокая
Воскресенье	Комплексная: - равномерный бег по пересеченной местности (15 км)	Высокая
Пример № 3 - соревновательный микроцикл		
Понедельник	Восстановительная, анализ соревновательной деятельности	Отдых

Вторник	Аэробная (развитие выносливости): - переменная тренировка на горной местности	Высокая
Среда	Контрольная: - тренировочное соревнование в условиях предстоящих соревнований	
Четверг	Аэробная (развитие выносливости): - переменная тренировка на равнине	Высокая
Пятница	Контрольная: - тренировочное соревнование в условиях предстоящих соревнований	
Суббота	Аэробная (развитие выносливости): - переменная тренировка на равнине	Средняя
Воскресенье	Соревнование по ориентированию.	
Пример № 4 - восстановительный микроцикл		
Понедельник	Восстановительная	Отдых
Вторник	Комплексная (последовательное решение тренировочных задач)	Средняя
Среда	Аэробная (развитие выносливости)	Средняя
Четверг	Анаэробная (развитие скоростно-силовых способностей)	Ниже средней
Пятница	Комплексная (последовательное решение тренировочных задач)	Ниже средней
Суббота	Комплексная (последовательное решение тренировочных задач)	Средняя
Воскресенье	Комплексная (последовательное решение тренировочных задач)	Ниже средней

Несомненно, практичность спортивного ориентирования как прикладного вида спорта для сотрудников полиции неоспорима. Как сказано выше, рациональное планирование – это залог получения необходимого прогнозируемого результата. Цикличность подготовки и приведённое в нашей статье примерное планирование тренировочного процесса могут быть использованы для подготовки сотрудников органов внутренних дел, курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России при подготовке к участию в соревнованиях по циклическим служебно-прикладным видам спорта.

Список использованной литературы:

1. Миронов В. В., Мисоченко А. Н., Левин С. В. Ориентирование как спорт // Ученые записки университета Лесгафта. – 2017. – № 4 (146). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/view/orientirovaniye-kak-sport> (дата обращения: 02.04.2021).
2. Руководство ИОФ по планированию дистанций (трасс) соревнований по спортивному ориентированию бегом (СПРИНТЕРСКИЕ ДИСЦИПЛИНЫ). 2020. – URL: <https://rufso.ru/wp-content/uploads/2020/07/2020->

Спринт-Руководство-ИОФ-по-планированию-СПРИНТЕРСКИХ-дистанций-1.pdf (дата обращения: 02.04.2021).

3. Свиридов А. И., Умнягина Ю. А. Особенности формирования команды по летнему служебному биатлону в образовательных организациях системы МВД России // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов : сборник статей. – Орёл, 2017. – С. 205–207.

© Волков А. Н., 2021

© Варфоломеева Е. А., 2021

УДК 378.635.018.09:796(470)

А. В. Огрыза – заместитель начальника кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа);

А. Н. Таран – старший преподаватель кафедры огневой подготовки Краснодарского университета МВД России (г. Краснодар)

ОСОБЕННОСТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЦ, ПОДЛЕЖАЩИХ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ЗАЩИТЕ

Занятия по владению навыками применения огнестрельного оружия с сотрудниками органов внутренних дел регламентируются ведомственными инструкциями и наставлениями. В зависимости от специфики выполнения оперативно-служебных задач форма и вид занятия по огневой подготовке определяется начальником структурного подразделения или отдела. Особая специфика огневой подготовки выражается в подготовке сотрудников подразделений по обеспечению безопасности лиц, подлежащих государственной защите, а именно сотрудников отделов физической защиты (далее – сотрудников ОГЗ). Выраженная специфика выполнения поставленных перед сотрудниками задач обуславливается ответственностью за безопасность лица, подлежащего государственной защите, в отношении которого была избрана мера безопасности «личная охрана» [3]. Избрание и применение данной меры безопасности в отношении гражданина предполагает наличие угрозы для жизни и здоровья участника судебного делопроизводства со стороны преступных элементов. Организация огневой

подготовки сотрудников ОГЗ должна базироваться на знаниях и умениях, приобретенных для решения задач огневой подготовки для всех сотрудников органов внутренних дел, и совершенствоваться, и развиваться на занятиях с учетом специфики деятельности. Занятия, в первую очередь, должны быть направлены на формирование навыков и умений применения сотрудниками огнестрельного оружия в ходе обеспечения меры безопасности «личная охрана, охрана жилища и имущества».

Отдельным вопросом организации огневой подготовки и проведения практических занятий стоит назначение руководителя стрельб. Как правило, руководителями стрельб назначаются сотрудники, знающие методику проведения занятий, приемы и методы обучения навыкам стрельбы, специфику применения огнестрельного оружия в служебной деятельности.

Основным видом занятий по формированию и совершенствованию навыков владения огнестрельным оружием являются практические стрельбы. На стрельбах сотрудники должны отрабатывать упражнения стрельб, указанные в Наставлении по организации огневой подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации (далее – Наставление), однако имеющийся перечень упражнений не в полной мере отражает специфику ситуаций, в которых могут возникнуть случаи применения огнестрельного оружия в служебной деятельности. Для решения поставленных задач сотрудникам ОГЗ разрешается разрабатывать и применять упражнения стрельб, не предусмотренные Наставлением.

При разработке упражнений стрельб, отражающих специфику выполнения оперативно-служебных задач, следует учитывать уровень подготовки сотрудников ОГЗ к действиям с оружием.

Разрабатываемые упражнения стрельб должны быть направлены на формирование навыков:

- быстрое наведение оружия на цель с переносом огня по фронту;
- извлечение оружия из кобуры и подготовка его к стрельбе при отсутствии патрона в патроннике, а также при его наличии;
- смена магазина;
- формирование хвата одной и двумя руками;
- перекладка оружия из руки в руку;
- стрельба в движении вперед, назад, вправо, влево;
- смена позиции для стрельбы;
- отработка действий по устранению задержек при стрельбе;
- стрельба с поротом, разворотом и выбором цели;
- выполнение упражнений стрельб в группе.

При этом должны учитываться специфика выполняемых оперативно-служебных задач, уровень подготовленности сотрудников, наличие и состояние учебно-материальной базы.

Основным методом формирования навыков работы с оружием и отработки безопасного обращения с оружием при выполнении специальных

упражнений является многократное повторение упражнений без использования патронов, с обязательным обсуждением ошибок, возникающих при выполнении.

При проведении практических упражнений стрельб с выполнением специальных упражнений допускается использование вместо бумажных мишеней металлических (гонг, поппер, минипоппер и др.), отвечающих требованиям безопасности и реализующих замысел упражнений, направленных для решения задач совершенствования навыков стрельбы.

Список использованной литературы:

1. Горячева Н. Ю. Организационные основы огневой подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации // Евразийский юридический журнал. – 2020. – № 3 (142). – С. 270–271.

2. Музафин Р. Р. Актуальные вопросы развития огневой подготовки в органах внутренних дел // Евразийский юридический журнал. – 2017. – № 1 (104). – С. 288–289.

3. Огрыза А. В. Специфика огневой подготовки сотрудников подразделений государственной защиты // Деятельность органов внутренних дел по обеспечению безопасности лиц, подлежащих государственной защите в современных условиях: вопросы теории и практики. – 2017. – № 4. – С. 272–276.

© Огрыза А. В., 2021

© Таран А. Н., 2021

УДК 378.635.018.09:796(470)

Г. И. Степанов – доцент кафедры физической подготовки Уфимского юридического института МВД России, кандидат педагогических наук, доцент (г. Уфа)

ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ В УСЛОВИЯХ САМОИЗОЛЯЦИИ

В условиях изменений в политической и экономической жизни российского общества особое внимание уделяется высоким требованиям к профессиональным качествам сотрудников органов внутренних дел. В настоящее время приоритетным направлением в кадровой политике Министерства внутренних дел Российской Федерации является повышение профессиональных качеств кадрового потенциала подразделений органов внутренних дел. Подготовка кадров для органов внутренних дел – это це-

лая система, которая включает в себя подразделения центрального аппарата МВД России, территориальные органы и образовательные и иные организации МВД России [1]. При этом в системе специальной профессиональной подготовки в одной из приоритетных задач является повышение эффективности сотрудников полиции к действиям, связанным с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия [3]. При реализации этой ответственной задачи, безусловно, большую роль играют ведомственные образовательные организации МВД России. Рассматривая образовательные организации МВД России в системе подготовки профессиональных кадров, следует отметить, что их деятельность направлена на удовлетворение потребности подразделений органов внутренних дел в грамотных и профессионально подготовленных специалистах. К сожалению, события, связанные с коронавирусной инфекцией (COVID-19), охватившей все сферы человеческой деятельности, буквально определили наиболее значимое на сегодняшний день новое направление в деятельности образовательных организаций МВД России, диктующее необходимость принятия мер по противодействию распространению этой инфекции.

Эпидемия, не оставившая в стороне деятельность образовательных организаций МВД России, внесла определенные изменения и в их организационные мероприятия. Так, одним из сдерживающих факторов на пути распространения коронавирусной инфекции среди обучающихся в образовательных организациях МВД России стали определённые ограничительные меры в организации как плановых занятий по физической подготовке, так и занятий различными видами спорта. В результате в сложившейся ситуации физическая нагрузка на обучающихся значительно снизилась. Однако возникшая в связи с пандемией ситуация в образовательных организациях МВД России не стала поводом для завершения занятий с обучающимися по совершенствованию их двигательной активности на неопределенное время. Вместе с тем необходимо признать, что эпидемия коронавируса заставила ограничить или перевести на дистанционную форму обучения процесс подготовки обучающихся. Это связано с тем, что в условиях пандемии организация как плановых занятий по дисциплине Физическая подготовка, так и различных спортивных мероприятий в образовательных организациях МВД России значительно ограничена, при этом вынужденные ограничения при посещении спортивных залов почувствовали на себе как профессорско-преподавательский состав, так и обучающиеся. Поэтому в современных условиях, связанных с пандемией коронавирусной инфекции (COVID-19), только соответствующим образом организованное проведение всех форм занятий, в том числе и спортом позволяет преодолеть возникшие трудности в образовательном процессе. В создавшихся условиях на руководителей образовательных организаций возлагается сложная и ответственная задача в разрешении всех возникших трудностей образовательного процесса.

В руководящих нормативных документах МВД России отмечается, что руководители (начальники) органов, организаций, подразделений МВД России организуют и обеспечивают подготовку сотрудников органов внутренних дел на уровне, необходимом для выполнения служебных обязанностей [2]. Одной из форм физической подготовки обучающихся в условиях коронавирусной инфекции стала дистанционная подготовка обучающихся. Рассматривая дистанционное обучение как одну из форм обучения по дисциплине физическая подготовка, следует отметить, что ее целью является поддержание обучающимися необходимых двигательных умений и навыков в применении физической силы и необходимой своей двигательной активности.

Вместе с тем необходимо отметить, что потенциал дистанционного обучения в комбинации с информационными технологиями в современных условиях огромен. Это во многом связано с тем, что процесс дистанционного обучения предоставляет обучающимся возможность пользоваться ресурсами глобальных и локальных информационных сетей, таким образом приобщаться к применению новых информационных технологий. На современном этапе информационные технологии позволяют достичь максимальных результатов в решении многих задач, среди которых

- повышение эффективности и качества процесса самостоятельных занятий в условиях дистанционного обучения;
- повышение активной познавательной деятельности обучающихся;
- оптимизация поиска нужной информации, увеличение её объёма и т. д. [4].

Использование этих технологий в качестве дополнительного инструмента для поддержания двигательной активности становится необходимой потребностью в деятельности обучающихся образовательных организаций МВД России. Такая форма занятий в образовательных организациях МВД России в современных условиях, существенно ограниченных требованиями по противодействию пандемии, становится достаточно актуальной и востребованной. Также не стоит забывать, что дистанционное обучение, а тем более в подготовке спортсменов – это сложный процесс, и поэтому должен осуществляться при должной педагогической поддержке. Здесь следует отметить, что физическая активность в форме дистанционного обучения даст необходимый результат, если она будет реализована правильно. Качество дистанционного обучения физическим упражнениям решающим образом зависит от того, как именно понимает свои задачи и свою роль в этих занятиях сам обучающийся. Только понимание цели и задач дистанционных форм занятий может придать им осмысленный и целенаправленный характер. Недооценка указанного требования приводит к тому, что обучающиеся нередко выполняют не то, что нужно, не в той последовательности и не с теми нагрузками, что может привести к нежелательным последствиям, таким, как, например, потеря интереса к проводимым занятиям. Безусловно, та-

кая форма занятий наряду с ее положительными моментами не заменит обучающимся ни спортзала, ни стадиона, ни беговых дорожек в парке, но позволит держать мышцы в определенном тонусе [5].

К числу самых проблемных моментов дистанционных форм занятий следует отнести

1) отсутствие непосредственного контакта обучающихся с преподавателем, что в определенном плане снижает эффективность таких форм занятий;

2) отсутствие практики. Не все обучающиеся владеют достаточными знаниями, умениями и навыками при организации самостоятельных занятий определенными видами спорта в условиях дистанционного обучения;

3) жилищные условия. К сожалению, не все обучающиеся имеют возможность для проведения самостоятельных занятий в домашних условиях;

4) наличие в домашних условиях определенного спортивного оборудования и инвентаря;

5) отсутствие в образовательных организациях разработанных учебно-методических материалов для проведения самостоятельных занятий по видам спорта.

Обобщая вышеизложенное, следует отметить, что, несмотря на имеющиеся проблемы в организации и проведении дистанционных форм занятий в образовательных организациях МВД России, данная форма в современных условиях, связанных с пандемией коронавирусной инфекции (COVID-19), становится достаточно актуальной и востребованной. Поэтому приобщение обучающихся к самостоятельным занятиям в условиях дистанционных форм подготовки становится одним из важных направлений деятельности образовательных организаций МВД России.

Список использованной литературы:

1. Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 5 мая 2018 г. № 275 // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: <http://pravo.gov.ru/> (дата обращения: 21.03.2021).

2. Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 5 мая 2018 г. № 275 // Официальный интернет-портал правовой информации: [сайт]. – URL: <http://www.pravo.gov.ru> (дата обращения: 22.03. 2021).

3. О полиции : федеральный закон от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ: ред. от 2 июля 2013 г. // Собр. законодательства Рос. Федерации. – 2011. – № 7. – Ст. 900; Рос. газ. – 2013. – 10 июля.

4. Степанов Г. И. Роль и значение тактической подготовленности сотрудников подразделений органов внутренних дел в применении боевых приемов борьбы в различных ситуациях оперативно-служебной деятельности : материалы Международной научно-практической конференции – 2020. – С. 351–354.

5. Юдин Б. Л. Физические нагрузки во время эпидемии: правила и ограничения // Молодой ученый. – 2020. – № 21(311). – С. 24–6247.

© Степанов Г. И.

УДК 799.3.062:005.743-053.6(470)

Н. Ю. Горячева – доцент кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России, кандидат юридических наук (г. Уфа)

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ СРЕЛКОВЫХ СЕКЦИЙ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ К СЛУЖБЕ В ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНАХ

Школьные и внешкольные стрелковые секции – одни из наиболее популярных среди обучающихся. В процессе их деятельности задачи военно-патриотического воспитания и подготовки обучающихся к службе в правоохранительных органах и в Вооруженных силах России должны решаться комплексно. Главные из них – воспитание чувства патриотизма, постоянной готовности к защите Родины, пропаганда героических традиций, активное содействие начальной военной и физической подготовке молодежи, изучение основ огневой подготовки, боевых свойств, назначения и устройства оружия, получение практических навыков стрельбы, всестороннее развитие не только стрелкового, но и других военно-прикладных видов спорта, организация и проведение стрелковых соревнований между членами секции, формирование сборных команд и подготовка их к матчевым встречам, конкурсам, спортивным состязаниям на первенство района, области и т. д.

Проведение занятий в стрелковых секциях должно строиться в соответствии с разработанными для них типовыми программами, включающими в себя теоретический материал, практические занятия, тренировки, соревнования [1]. Программы эти предусматривают овладение такими знаниями, умениями и навыками, которые на базе школьных секций позволяют обучающимся по меньшей мере успешно выполнить нормы на значки ГТО.

Основное оружие в стрелковых секциях – различные типы малокалиберных винтовок (ТОЗ-8, ТОЗ-12, СМ-2 и др.). В период обучения для привития обучающимся навыков кучной стрельбы на занятиях используют также пневматические винтовки (наряду с различными приборами и приспособлениями).

Подготовка обучающихся к выполнению норм на значки ГТО по стрельбе включает следующие этапы [2].

1. Вводное занятие – беседа на тему «Защита Отечества – долг каждого гражданина», ознакомление с программой обучения, расписанием занятий, местом проведения стрельб.

2. Изучение материальной части оружия, основ стрельбы, мер безопасности: ознакомление с материальной частью оружия, устройством открытого прицела; усвоение понятий «выстрел», «траектория и ее элементы», «кучность стрельбы», «меткость»; изучение «Инструкции о мерах безопасности и правилах поведения в тире», правил обращения с оружием.

3. Изучение приемов изготовления, прицеливания, производства выстрела: ознакомление с приемами изготовления для стрельбы из положения лежа; с положением корпуса, рук, ног, головы; с положением кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча; с положением указательного пальца на спусковом крючке; с техникой выполнения прицеливания и спуска курка; с порядком заряжания и разряжания оружия.

4. Освоение приемов изготовления, производство прицельного выстрела (тренировка): выбор (с помощью руководителя) правильной изготовления для стрельбы; освоение избранной изготовления многократным выполнением; освоение наводки оружия на цель (прицеливания) и спуска курка; стрельба по заданию, пристрелка оружия перед соревнованиями.

Комплектуются стрелковые секции ежегодно в начале учебного года. При организации стрелковой секции учитывают наличие стрелкового оружия, пропускную способность тира или стрельбища, количество боеприпасов, мишеней, обеспечение безопасности при проведении занятий, а так же возраст обучающихся. Чтобы начать занятия в секции, необходимо, как показывает практика, иметь на каждые 4-8 человек 2-4 единицы оружия, 100 мишеней, достаточное количество специальных указок и чистых листов белой бумаги. Оптимальная наполняемость стрелковой секции по подготовке к выполнению норм комплексов ГТО – 16 человек на одного руководителя; по подготовке спортсменов разрядников – 8-12 человек на одного тренера.

Девочки и девушки, желающие заниматься в стрелковой секции, обучаются по тем же программам, что и мальчики, юноши: они посещают учебно-тренировочные занятия, принимают участие в стрельбах и спортивных стрелковых соревнованиях, выполняют нормы по стрельбе на спортивные значки.

Желающие заниматься в стрелковой секции должны иметь письменное согласие родителей и разрешение врача. Комплектуются стрелковые секции с запасом в 3-5 обучающихся: опыт показывает, что после нескольких проведенных тренировочных занятий некоторые слабовольные новички отсеиваются, и в секции остаются только те, кто действительно любит стрелковый спорт, хочет и может стать отличным спортсменом.

Учебно-тренировочные занятия должны проводиться во внеурочное время, по два-три раза в неделю. Оптимальная продолжительность одного занятия, как свидетельствует опыт лучших секций, – 1,5-2 часа. Учебные стрельбы и соревнования желательно проводить в выходные дни и каникулярное время. С успехом можно проводить занятия на учебно-полевых сборах по военной подготовке, в спортивных оздоровительных лагерях, имеющих соответствующую материально-спортивную базу.

Очень важно, чтобы о создании стрелковых секций были широко оповещены все учащиеся школ. Лучшие способы оповещения – устные объявления в классах, по школьному радио, письменные объявления. При этом нужно подробно рассказать, какая секция открывается, на каких условиях и как будут организованы занятия, где они будут проводиться. В объявлении указывают дату открытия секции, начало и продолжительность занятий, другие организационно-методические вопросы. Желательно, чтобы школьники слышали краткий, но интересный рассказ о типах винтовок, их тактико-технических данных, о подвигах снайперов в годы Великой Отечественной войны, о выступлениях наших спортсменов-стрелков на чемпионатах России, Европы, мира и на олимпийских играх, а также о значении стрелковой подготовки для успешной службы в рядах Вооруженных сил России[3].

Определив руководителей, материальные возможности школы и желающих заниматься в секции, принимается окончательное решение о ее открытии. После этого начинается непосредственная организационная работа. Из членов секции выбирают старосту, заместителя и других должностных лиц. От подбора этих активистов и распределения обязанностей между ними во многом зависят регулярность занятий и качество подготовки обучающихся.

Староста секции, например, отвечает за соблюдение внутреннего распорядка на занятиях, за дисциплину, сохранение оборудования, инвентаря, наглядных учебных пособий, методической литературы.

Взаимоотношения и поведение учащихся на занятиях, в тире, во время соревнований и стрельб определяются «Правилами для учащихся», положением о соревнованиях и правилами соревнований по пулевой стрельбе, а также инструкциями по обеспечению мер безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Ответственность за соблюдением указанных правил возлагается на руководителя, тренера стрелковой секции.

В заключение отметим что, посещая стрелковые секции, обучающиеся знакомятся с основами стрельбы, учатся технически правильно выполнять простейшие стрелковые упражнения, постигают элементы спортивного мастерства. Занятия в них способствуют формированию моральных, духовных и физических качеств, необходимых школьникам при их планомерной и целенаправленной подготовке к самостоятельной жизни, труду и службе в правоохранительных органах и армии.

Список использованной литературы:

1. Забалуи Н. Д. Стрелковые кружки в школах и внешкольных учреждениях: книга для учителя. – К. : Рад. шк., 1989. – 72 с.
2. Л.М. Вайнштейн. Учись метко стрелять. – М. : ДОСААФ, 1973. – 33 с.
3. Проблемы организации проведения практических занятий по огневой подготовке в территориальных органах МВД России : методические рекомендации / О. С. Носков и др. – Уфа : Уфимский ЮИ МВД России, 2020. – 40 с.

© Горячева Н. Ю., 2021

УДК 378.635.796.012-057.875(470)

Е. В. Насадюк – старший преподаватель кафедры тактико-специальной, огневой и физической подготовки Владивостокского филиала Дальневосточного юридического института МВД России (г. Владивосток);

А. П. Симонтовский – преподаватель кафедры тактико-специальной, огневой и физической подготовки Владивостокского филиала Дальневосточного юридического института МВД России (г. Владивосток)

ОЦЕНКА И АНАЛИЗ ДИНАМИКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Педагогическая деятельность, направленная на изучение и совершенствование физической подготовки слушателей образовательных организаций МВД России, говорит о том, что физическая подготовка является важной составляющей их воспитания и обучения в вузах МВД России.

После окончания обучения в вузе бывшие выпускники, выполняя свои профессиональные обязанности, сталкиваются со множеством различных ситуаций, для решения которых необходимо иметь высокий уровень физической подготовленности, характеризующийся уверенным владением боевыми приемами борьбы и развитием физических качеств.

Недооценка значимости физической подготовки сотрудников ОВД способствует тому, что в ситуациях оперативно-служебной деятельности многие сотрудники не могут быстро и трезво оценивать обстановку, а следовательно, и принимать правильные решения. Уверенное владение навыками боевых приемов борьбы, оптимальный уровень развития физических качеств, соблюдение мер личной безопасности позволяют сотрудникам полиции эффективно осуществлять действия по задержанию правонарушителя, минимизируя при этом причиненный ущерб для жизни и здоровья как своего, так и правонарушителя.

В настоящее время многие исследователи, занимающиеся повышением качества физической подготовленности курсантов МВД России, отмечают тенденцию к снижению ее уровня [5].

Значительная часть сотрудников полиции Приморского края не имеет высшего специального образования, это сотрудники, окончившие гражданские средние или высшие образовательные учреждения, в последующем прошедшие подготовку в образовательных организациях МВД России. Они также как и выпускники профильных вузов МВД России выполняют свои профессиональные обязанности, требующие высокого уровня физической подготовленности.

Некоторые авторы (Ю. Ф. Подлипняк, С. В. Клименко, В. А. Шлыкова) утверждают, что прежде чем приступить к обучению боевым приемам борьбы, необходимо достигнуть оптимального уровня развития физических качеств [3, 4].

Целью нашего исследования является оценка и анализ динамики функционального состояния и физического развития слушателей факультета профессиональной подготовки Владивостокского филиала Дальневосточного юридического института МВД России (далее ВФ ДВЮИ МВД России), обучающихся в 2018, 2019 и 2020 учебных годах.

Для оценки и анализа динамики функционального состояния и физической подготовленности слушателей использовались показатели мониторинговых исследований, которые были проведены в процессе учебных занятий по дисциплине «Специальная физическая подготовка» в 2018, 2019 и 2020 учебных годах. В исследовании приняло участие всего 121 человек, из них 48 сотрудников в 2018 году, 41 сотрудник в 2019 году и 32 сотрудника в 2020 учебном году. Все сотрудники, участвующие в исследовании, являются сотрудниками патрульно-постовой службы и проходили обучение по программе для лиц рядового состава и младшего начальствующего состава, их возраст от 20 до 25 лет, опыт работы в ОВД менее года. Для

определения функционального состояния слушателей были выбраны следующие индексы: весо-ростовой индекс Кетле, позволяющий дать оценку степени соответствия массы и роста, гарвардский степ-тест, позволяющий дать оценку натренированности сердечной мышцы сотрудников, деятельность которых требует физической нагрузки. Для анализа и интерпретирования результатов проведенных тестов применялся метод анкетирования.

Для оценки соотношения массы тела и роста человека мы использовали индекс Кетле, далее результат сравнивали с данными в таблице и делали вывод либо о наличии дефицита массы тела, либо о превышении ее нормы. Результаты оценки индекса Кетле представлены в таблице 1.

Таблица 1. Результаты оценки индекса Кетле слушателей МВД России

Год обучения	Кол-во испытуемых	Недостаток веса	Нормальный вес	Превышение веса
2018	48	0 %	88,1 %	11,9 %
2019	41	11,5 %	73 %	15,5 %
2020	32	0 %	72,7 %	17,3 %

По результатам проведённого тестирования установлено, что в указанные годы обучения слушателей с дефицитом массы тела практически нет; количество слушателей, имеющих средние показатели, демонстрирует негативную динамику, т.е. из года в год она снижается и наибольшее значение имеет между 2018 и 2019 годами, что составляет 15,1 %. Также наблюдается увеличение количества слушателей, вес которых превышает норму. В 2019 году этот показатель увеличивается на 3,6 %, а в 2020 году на 1,8 %. В ходе анкетирования установлено, что слушатели, которые регулярно занимались спортом или физическими нагрузками, попали в группу со средними показателями. Слушателям, имеющим избыточную массу тела, были даны рекомендации и предложены программы тренировок, направленные на ее нормализацию.

С целью определения уровня физической работоспособности, нами было проведено тестирование с помощью Гарвардского степ-теста, результаты которого представлены в таблице 2 [2].

Таблица 2. Результаты оценки Гарвардского степ-теста слушателей МВД России

Год обучения	Кол-во испытуемых	Оценка физической работоспособности				
		Отлично	Хорошо	Средняя	Ниже среднего	Плохая
2018	48	26,2 %	23,4 %	19,7 %	18,4 %	12,3 %
2019	41	21,2 %	13,3 %	24,1	22,2 %	19,2 %
2020	32	14,3 %	21,1 %	19,1 %	23,4 %	22,1 %

Полученные результаты свидетельствуют о том, что динамика физической работоспособности слушателей с каждым годом снижается. Количество слушателей, получивших оценку ниже средней и плохую, составляет в 2018 году – 20,1 %, в 2019 году – 41,4 % (увеличение на 21,3 %), в 2020 году – 45,5 % (увеличение на 4,1%). Также отмечается уменьшение числа слушателей, получивших оценку отлично, в 2019 году количество таких слушателей уменьшилось на 5%, а в 2020 году на 5,9 %.

Оценка физической подготовленности слушателей осуществлялась в соответствии с приказом МВД России «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации», где слушателям предлагалось выполнить контрольные упражнения на силу и скорость, характеризующие уровень физической подготовленности [1].

Предложенные контрольные упражнения помогают определить степень развития таких физических качеств, как скорость и сила. После выполнения упражнений каждый слушатель получал определенный балл (в соответствии с балльной таблицей), далее подсчитывался средний балл группы за учебный год. Данные результатов тестирования физической подготовленности слушателей МВД России представлены в таблице 3.

Таблица 3. Результаты тестирования физической подготовленности (контрольных нормативов) слушателей МВД России

Год обучения	Кол-во испытуемых	Челночный бег 10 по 10 метров	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (кол-во)	Средний балл
2018	48	26,1 сек.	36,5	118
2019	41	26,2 сек.	36,4	116
2020	32	28,3 сек.	32,9	94

Согласно полученным результатам средний показатель челночного бега демонстрирует свое снижение, при этом разница между 2018 и 2019 годами незначительна и составляет 0,1 секунду, этот же показатель в 2020 году составляет 2,1 секунды, что является значительно отличается от показателей других лет. Разница показателей сгибания-разгибания рук в упоре лежа в 2018 и 2019 гг. также незначительна и составляет 0,1 секунду, но в 2020 году по сравнению с 2019 годом этот показатель снизился на 3,5. Наблюдается динамика, способствующая снижению количества среднего балла в сумме всех упражнений, в 2019 году этот показатель снизился на 2 балла, а в 2020 году уже на 22 балла. При этом в 2018, 2019 годах средний балл, набранный слушателями, был выше минимального балла, необходимого для успешной сдачи физической подготовки, а в 2020 году средний балл составил 94, что на 21 балл меньше минимально допустимого.

Таким образом, согласно результатам проведенного исследования можно сделать вывод о том, что в целом функциональное состояние и фи-

зическая подготовленность слушателей факультета профессиональной подготовки, проходящих обучение по программам для лиц рядового состава и младшего начальствующего состава образовательных организаций МВД России, за последние три года имеет нисходящую динамику, которая отчётливо видна в 2019 и 2020 учебных годах.

Несмотря на то, что на протяжении последних 15 лет критерии к оценке уровня физической подготовки сотрудников ОВД снижаются, показатели физической подготовленности слушателей в настоящее время снижаются еще быстрее. Для решения данной проблемы считаем необходимым сотрудникам ОВД по работе с личным составом более эффективно осуществлять работу по отбору кандидатов на службу в ОВД, а также применять разнообразные методики по совершенствованию физической подготовленности сотрудников ОВД.

Список использованной литературы:

1. Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 5 мая 2018 г. № 275. – Доступ из справочно-поисковой системы «Консультант-плюс».
2. Зациорский В. М. Основы спортивной метрологии. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 152 с.
3. Клименко С. В. Формирование профессионального мастерства преподавателей физической подготовки учебных заведений МВД России : дис. ... канд. пед. наук. – М., 1994. – 249 с.
4. Подлипняк Ю. Ф., Яншин В. В. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузах МВД России // Ученые, научные школы и идеи : Юбилейный сборник научных трудов. – М. : МЮИ МВД России, 1995. – С. 188–191.
5. Цекунов С. О., Нетбай С. Г., Сторожук А. В. Сравнительный анализ уровня физической подготовленности курсантов (юношей) первых курсов ДВЮИ МВД России // Актуальные проблемы развития физической культуры слушателей образовательных организаций МВД России. – Орел, 2018. – С. 174–177.

© Насадюк Е. В., 2021

© Симонтовский А. П., 2021

А. Б. Абазов – доцент кафедры деятельности органов внутренних дел в особых условиях Северо-Кавказского института повышения квалификации (филиала) Краснодарского университета МВД России, кандидат юридических наук (г. Нальчик);

Т. А. Файрушин – старший преподаватель кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫЕ ВИДЫ СПОРТА С ПРИМЕНЕНИЕМ ОРУЖИЯ КАК ОСНОВА СТАНОВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА СОТРУДНИКА ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Служебно-прикладные виды спорта в системе МВД России всегда были неотъемлемой частью подготовки сотрудника ОВД. Курсант, начинающая обучение в ведомственном вузе, уже принимает участие в соревнованиях всероссийского физкультурно-спортивного общества «Динамо», а также в чемпионатах МВД России. В процессе прохождения службы он также может выступать и защищать (отстаивать) честь своего территориального органа [3; с. 48].

Следует выделить следующие служебно-прикладные виды спорта системы МВД России: самозащита без оружия, дзюдо, бокс, мини-футбол, плавание, лыжные гонки, стрельба из боевого ручного стрелкового оружия, преодоление полосы препятствий со стрельбой, служебный биатлон, зимнее служебное двоеборье. Невозможно не оценить высокую роль всего вышеперечисленного для развития у сотрудника органов внутренних дел личных деловых профессиональных качеств, необходимых для выполнения своих служебных обязанностей. Но в статье речь пойдет о видах спорта, где применение оружия необходимо, к таким видам спорта относятся стрельба из боевого ручного стрелкового оружия, преодоление полосы препятствий со стрельбой, служебный биатлон, зимнее служебное двоеборье. Постановление Правительства РФ от 20 августа 2009 г. № 695 «Об утверждении перечня военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта и федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих руководство развитием этих видов спорта» эти виды спорта относит к числу служебно-прикладных именно в системе МВД России [1; с. 349].

Статья 29 Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ определяет осуще-

ствление сотрудниками физической подготовки в органах, предусматривающих специальные виды службы, в целях успешного выполнения ими своих служебных обязанностей. Данную норму подтверждает и статья 18 Федерального закона «О полиции» № 3-ФЗ от 07 февраля 2011 г., устанавливающая за сотрудником право на применение огнестрельного оружия.

Вышеперечисленное позволяет сделать вывод о том, что одной из основ становления профессионализма сотрудника ОВД является его умение и правильное обращение оружием в служебных целях, что обуславливает необходимость овладения оружием в совершенстве.

Если говорить о личностно-профессиональных качествах, присущих сотрудникам ОВД, то, на наш взгляд, стоит отметить их три важные составляющие: нравственную, физическую и психологическую, которые возможно развить в служебно-прикладном спорте. Они взаимосвязаны и взаимообусловлены.

Участвуя в соревнованиях, каждый из членов команды переживает за результат товарища, что вырабатывает «командный дух», способность к состязательности, а значит, и стремление к победе, которая придает больше сил и уверенности в себе. А это, в свою очередь, мотивирует сотрудника на совершение и достижение высоких результатов как в спорте, так и, соответственно, в профессиональной деятельности при выполнении своих служебных обязанностей. Это можно назвать нравственной составляющей личностно-профессиональных качеств сотрудника ОВД.

Физическая и психологическая составляющие личностно-профессиональных качеств сотрудника ОВД в служебно-прикладных видах спорта с применением оружия движутся параллельно друг другу. Объясним почему.

Становление и совершенствование навыков и умений овладения оружием – высочайший труд, поскольку здесь больше задействована работа не физическая, а умственная (психологическая). При обращении с оружием, сотрудник должен отбросить все сомнения, проявить выдержку и устойчивость при производстве правильного выстрела. Не случайно одним из правил стрельбы является правильная постановка дыхания (дабы избежать резкого рывка за спусковой крючок), плавный спуск. Все это достигается длительными тренировками. Стрелку нужно научиться правильно и вовремя концентрировать и переключать свое внимание с прицеливания на производство непосредственно самого выстрела (нажатие на спусковой крючок) [2; с. 264].

Также следует учитывать тот факт, что при выполнении служебных обязанностей, и при участии в соревнованиях различного уровня, то есть в стрессовой ситуации волнение и напряжение возрастают в несколько раз. Именно в такой ситуации сотруднику сложнее всего сохранить психическую устойчивость в течение всего времени стрельбы, использовать навы-

ки тонких мышечных усилий, на основе которых строится техника прицельного выстрела.

Данную обстановку усугубляет факт, того, что сотруднику помимо стрельбы в соревновательном процессе необходимо преодолеть и определенную дистанцию с использованием уже физических качеств (служебный биатлон, преодоление полосы препятствий, служебное двоеборье), которые, как известно, невозможно приобрести без систематичных тренировок. На это также идут колоссальные затраты энергии, сил и времени.

Таким образом, роль служебно-прикладных видов спорта в становлении профессионализма сотрудника органов внутренних дел велика. Овладение навыками и умениями в процессе тренировок, их дальнейшее совершенствование помогают сотруднику в его повседневной профессиональной деятельности. В условиях нынешнего времени, бешеного ритма жизни с быстроменяющимися условиями существования сотрудник при выполнении своих служебных обязанностей должен обладать высокой стрессоустойчивостью, выдержкой, терпимостью, а также дисциплинированностью и умением сдерживать свои эмоции, что несомненно возможно достичь при активном образе жизни. Это поможет ему идти в ногу со временем, быстро приспосабливаться к новым условиям жизни и с легкостью преодолевать трудности.

Список использованной литературы:

1. Архипов Е. В., Пестерев Н. Н., Музафин Р. Р. Цели и задачи служебно-прикладных видов спорта Министерства внутренних дел России // Евразийский юридический журнал. – 2020. – № 9 (148). – С. 349–350.
2. Горячева Н. Ю. О формировании стрелковых качеств у сотрудников полиции в процессе физической подготовки // Евразийский юридический журнал. – 2019. – № 8 (135). – С. 264–265.
3. Огрыза А. В. Развитие служебно-прикладных видов спорта в системе МВД России // Подготовка кадров для силовых структур: современные направления и образовательные технологии : Материалы XXV Всероссийской научно-методической конференции. – 2020. – С. 48–51.

© Абазов А. Б., 2021

© Файрушин Т. А., 2021

Р. Р. Музафин – старший преподаватель кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа);

П. В. Никифоров – старший преподаватель кафедры огневой и технической подготовки Барнаульского юридического института МВД России (г. Барнаул)

ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНИКИ ПРАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБЫ В ПРИКЛАДНЫХ ВИДАХ СПОРТА

Служебно-прикладной спорт в системе Министерства внутренних дел Российской Федерации берет свое начало с 18 апреля 1923 года как первое пролетарское спортивное общество «Динамо», созданное для профессионального, физического и духовного совершенствования сотрудников ОВД, развития жизненно важных качеств, необходимых для выполнения задач, связанных с риском для жизни. Основой служебно-прикладных видов спорта являются специальные действия, включающие в себя элементы служебной деятельности сотрудников правоохранительных органов. Служебно-прикладные виды спорта направлены на развитие навыков выносливости, целеустремленности и психологической готовности к действиям в экстремальных ситуациях, а также способствует совершенствованию специальной профессиональной подготовки (единоборства, кроссовая подготовка, навыки владения огнестрельным оружием [2; с.20], преодоление полосы препятствий, подготовка кинологов).

Зародившаяся во второй половине 20 столетия Международная конфедерация практической стрельбы (IPSC) в дальнейшем показала свою несомненную актуальность для подготовки сотрудников правоохранительных органов. За свою относительно небольшую историю в IPSC сложились принципы и методика подготовки быстрого, точного и аккуратного выстрела с доведёнными до автоматизма навыками безопасного владения оружием, после сотен проведённых соревнований и миллионов выстрелов отсеялось всё лишнее и неэффективное. В ходе естественного отбора выявилось самое качественное, надёжное и быстрое оружие, боеприпасы и прицельные приспособления. Определились наиболее эффективные хват оружия и стойки при стрельбе из различных позиций. Методику обучения и тренировок в практической стрельбе стали применять в подготовке спецподразделений системы МВД России.

В стрельбе из боевого ручного стрелкового оружия как одном из видов прикладного вида спорта больше внимания уделяется практической направленности применения и использования оружия сотрудниками в своей служебной деятельности. Классические спортивные упражнения отходят на второй план. Их заменяют более динамичными упражнениями, выполнение которых помогает в совершенстве овладеть оружием не только спортсменам – стрелкам, но и всем сотрудникам, специфика службы которых связана с несением службы в условиях применения или использования огнестрельного оружия. При этом эффективность решения любой задачи, будь то самооборона или освобождение заложников, зависит от подготовки сотрудника. От своевременных и правильных действий сотрудника при обращении с оружием зависит не только его жизнь и здоровье, но и жизнь и здоровье граждан, напарника или заложника. Поэтому сотрудники органов внутренних дел должны постоянно совершенствовать полезные прикладные качества практической стрельбы.

Методика обучения в практической стрельбе базируется на моделировании конкретных стрелковых ситуаций, в которых реально применяется оружие, причем сотрудник заранее не знает задания. Занятия в таком режиме дают возможность оценить действия сотрудников в стрессовой нестандартной обстановке и таким образом дать оценку технической подготовленности сотрудника и его психофизиологическим качествам [1; с.213].

Незнакомая обстановка, возможность возникновения огневого контакта вызывает у сотрудника психологическое напряжение, которое необходимо уметь преодолевать. Зачастую сотрудник, показывающий хорошие, стабильные результаты на практических и зачетных стрельбах, при изменении порядка и условий выполнения упражнения, приходит в замешательство, начинает совершать ошибки в стрельбе. Но наиболее сложной задачей является выработка у сотрудника психологической доминанты стрельбы на поражение, когда целью будет выступать не абстрактная бумажная или фанерная мишень, а живой человек (вооруженный преступник, террорист).

Сотрудник морально и технически должен быть готов к вероятному огневому контакту. От его решительных действий в критический момент может зависеть его собственная жизнь, а также жизнь и здоровье граждан, напарника или заложника. Крепкие нервы и выдержка также важны, когда критическая ситуация еще не переросла в перестрелку и есть шанс избежать последней.

Тактическая подготовка стрелковой подготовки предполагает наличие у сотрудников ряда специальных навыков:

- умение выполнять стрельбу в движении по движущейся цели;

- навык заряжания оружия, умение выполнять быструю смену магазина;

- навык устранения задержек при стрельбе;

- умение определять очередность поражения нескольких целей;

- умение использовать рельеф местности при стрельбе из-за укрытия.

Помимо индивидуальной огневой подготовки сотрудники полиции должны постоянно тренировать тактическую стрельбу, для максимального эффекта тренировка должна строиться на знании технологии применения стрелковых упражнений в учебном процессе. Тактические упражнения позволяют определить собственный алгоритм действий в рамках поставленной задачи, последовательность поражения мишеней, положения для стрельбы, траекторию перемещения между огневыми рубежами под руководством личной тактической схемы, которая выработана неоднократной тренировкой.

Для повышения уровня стрелковой подготовки сотрудников необходимо соблюдать некоторые правила.

Успеха добивается стрелок, а не оружие.

- Уверенность стрелка в том, что его пистолет – действительно смертоносное оружие, безусловно, необходима, но возлагать надежды только на качество самого оружия – значит заведомо не выполнить поставленную задачу.

Ровная мушка, плавный спуск – требования при любой стрельбе

- Положение, из которого приходится стрелять в реальной ситуации, отличается от тренировочной подготовки, в частности, надо учитывать инстинктивное стремление человека укрыться, пригнуться к земле или присесть, когда начинается перестрелка. Стрельба по мишеням с определенной, четко выверенной дистанции – недостаточная подготовка к реальному столкновению.

Контроль за объектом стрельбы.

- Цель и та область, которую следует поразить, должны постоянно находиться в фокусе внимания стрелка.

Контроль за расходом патронов.

- Это один из важных принципов ведения огня. Несмотря на то, что многие перестрелки заканчиваются после нескольких выстрелов. Не всегда будет достаточно одного магазина. Часто стрелок делает шесть выстрелов, будучи уверенным, что стрелял только дважды.

1. Музафин Р. Р. Методика обучения сотрудников полиции, направленная на совершенствование навыков стрельбы из табельного оружия в условиях воздействия стрессогенных факторов // Деятельность органов внутренних дел по обеспечению безопасности лиц, подлежащих государственной защите в современных условиях: вопросы теории и практики. – 2016. – № 3. – С. 212–214.

2. Огрыза, А. В. Словарь специальных терминов по огневой подготовке : словарь / А. В. Огрыза, Н. Ю. Горячева. – Уфа : УЮИ МВД России, 2013. – 28 с.

© Музафин Р. Р., 2021

© Никифоров П. В., 2021

УДК 796.011.1-027.22:351.74.07(470)

В. А. Синянский – старший преподаватель кафедры тактико-специальной, огневой и физической подготовки Владивостокского филиала Дальневосточного юридического института МВД России (г. Владивосток);

Р. С. Каленик – преподаватель кафедры тактико-специальной, огневой и физической подготовки Владивостокского филиала Дальневосточного юридического института МВД России (г. Владивосток);

Б. А. Назаренко – старший преподаватель кафедры тактико-специальной, огневой и физической подготовки Владивостокского филиала Дальневосточного юридического института МВД России (г. Владивосток)

РОЛЬ АССИСТЕНТА ПРИ ИЗУЧЕНИИ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ БОЕВЫХ ПРИЕМОВ БОРЬБЫ

Сотрудники органов внутренних дел при исполнении своих должностных обязанностей выполняют ряд оперативно-служебных задач, где основной из которых является предупреждение и пресечение правонарушений. При пресечении правонарушений сотрудники полиции нередко сталкиваются с необходимостью задержания преступника, которое связано с применением физической силы, в том числе боевых приемов борьбы, специальных средств, огнестрельного оружия.

Оперативное и эффективное применение боевых приемов борьбы в ситуациях обезвреживания правонарушителя является основой при формировании стабильного навыка на занятиях по специальной физической подготовке.

Порядок организации физической подготовки сотрудников ОВД регламентируется Приказом МВД России «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» (далее – Наставление) [1]. На основе вышеуказанного Наставления нами рассмотрена роль ассистента при формировании сотрудниками органов внутренних дел навыков боевых приемов борьбы.

Обучение боевым приемам борьбы начинается с общей и специальной разминки, во время которой у обучающегося возникает необходимость в ассистенте. Специальная разминка включает в себя как индивидуальные, так и парные упражнения. При выполнении парных упражнений сотруднику полиции предстоит выполнить ряд первоначальных физических упражнений, включающих в себя элементы боевых приёмов борьбы, необходимых для укрепления физической подготовки (перетягивание, сваливание, отрывы ассистента от ковра). Также в подготовку включены такие упражнения, как переноска ассистента на спине, на плечах, перед собой на руках.

Процесс обучения боевым приемам борьбы состоит из трёх основных этапов.

1. Ознакомление с приёмами, то есть создание начального представления, где основными методами обучения выступают теоретический материал и наглядное представление приемов с использованием ассистентов. Так, при ознакомлении с приёмами роль ассистента (ассистентов) заключается в том, что он выступает помощником при запоминании процесса применения приема.

2. Разучивание боевых приемов борьбы, когда у сотрудников полиции формируются первоначальные навыки применения приемов в типовых ситуациях. В данном случае основным методом обучения выступает разучивание боевого приема борьбы с разделением его на несколько самостоятельных элементов. Ассистентом, как правило, выступает равный по росту, весу напарник для того, чтобы сотруднику было комфортнее освоить каждый элемент приема борьбы. При этом ассистент является одним из «средств» достижения положительного результата при запоминании приёма, то есть ассистент не сопротивляется сотруднику, а лишь занимается самостраховкой и в зависимости от задачи выполняет команду.

3) Заключительный этап – совершенствование применения боевых приемов борьбы, закрепление полученных навыков, где основным методическим приемом обучения является многократное повторение приемов как в типовых ситуациях, так и в специально-усложнённых. Заключительный этап является наиболее важным, поскольку на данном этапе 4-5 курсами завершается процесс освоения компетенции [3, с. 68].

Роль ассистента на этапе совершенствования полученных навыков заключается в том, что он помогает сотруднику довести действия до автоматизма при выполнении приема, а также сократить участие сознания в контроле за отдельными второстепенными элементами приема. Многократное повторение боевого приема позволяет сотруднику овладеть таким диапазоном тактико-технических взаимодействий с ассистентом, в ходе которых у сотрудника полиции вырабатывается способность самостоятельно и творчески действовать при выполнении задач, моделирующих условия, приближенные к реальным ситуациям оперативно-служебной деятельности, где необходимо применение боевых приемов борьбы [6, с. 4].

Так, при совершенствовании применения приемов борьбы усложнение условий с использованием ассистента заключается в следующем:

- подбор ассистента в зависимости от роста, веса и силы, а также нарастание силы сопротивления ассистента. Так, сотрудника готовят к тому, что в реальных условиях он не выбирает себе противника, независимо от телосложения правонарушителя сотрудник полиции обязан компетентно встать на защиту граждан, их имущества с соблюдением мер личной безопасности. Тем самым меняющиеся ассистенты помогают сотруднику полиции привыкнуть к разным по телосложению людям, при этом позволяя ему подобрать необходимый подход в зависимости от характера действий правонарушителя, его состояния и телосложения;

- различное расстояние до ассистента. Данная ситуация также необходима при подготовке сотрудника, поскольку здесь он должен умело маневрировать, сокращая или разрывая дистанцию скачком, прыжком, шагом, бегом, при этом учитывая безопасность своей жизни и граждан;

- положение ассистента. В данной ситуации рассматриваются действия преступника, вариантов которых может быть несколько: передвижение медленным, быстрым шагом; облокотился о стену, стул; сидя спиной, боком, лицом к сотруднику; положение рук за спиной, в карманах, скрещены на груди или же в положении боевой стойки;

- характер противника и направление его движения. В данной ситуации сотрудник полиции должен быть подготовлен к таким ситуациям, как игнорирование устных требований, попытка скрыться с места преступления [2, с. 39].

Так, при выполнении любого из приемов борьбы ассистенту оговаривается положение, которое он должен занять, например, встать спиной к сотруднику, скрестив руки на груди. При этом необходимо понимать, что сотрудник, готовящийся к выполнению приема, не должен знать, в каком положении находится ассистент до начала выполнения боевого приема. После определения роли ассистента руководитель занятия дает команду сотруднику выполнить один из боевых приемов борьбы. При этом руководитель занятия может усложнить задание сотруднику полиции, предоставив ему выбор приема. Иными словами, по команде «прием» сотрудник

полиции должен принять решение, каким образом ему ограничить свободу передвижения и сопроводить ассистента в зависимости от его положения. По окончании выполнения приема борьбы руководитель совместно с сотрудниками и ассистентами оценивает работу над выполнением приема, то есть анализирует быстроту принятия решения, правильность подбора приема или правильность выполнения конкретного приема, ведет разбор по допущенным ошибкам в целях их устранения и не допущения в практической деятельности [4, с. 31].

Далее руководителем занятия ставится новая задача, например, ассистент занимает боевую стойку или двигается обычным шагом к сотруднику полиции. Сотруднику ставится задача ограничить свободу передвижения ассистента загибом руки за спину «нырком». Далее сотрудник и ассистент приступают к выполнению действий для решения смоделированной ситуации.

После выполнения приема снова осуществляется поэтапный разбор ошибок выполненного приема. Как правило, после нескольких повторений одного приёма с разными поставленными задачами сотрудники и ассистенты меняются ролями.

При применении боевых приемов борьбы важно не только правильно и быстро их выполнять, но и выполнить данные действия в соответствии с законом. Сотрудник полиции должен помнить ряд команд при выполнении приёма, а также вырабатывать чёткость и громкость требований к правонарушителю. Перед задержанием преступника необходимо акцентировать внимание на выполнении ряда действий, позволяющих осуществить задержание в соответствии с законом, то есть озвучить свои требования, а при их невыполнении предупредить о намерении применить физическую силу, боевые приемы борьбы, предоставив при этом правонарушителю время для выполнения выдвинутых требований. При этом необходимо сохранять самообладание и контролировать происходящую ситуацию, не исключая случаи, когда промедление создаст непосредственную угрозу жизни и здоровью самого сотрудника или гражданина [5, с. 153].

При моделировании на занятиях служебно-боевых ситуаций, в ходе изучения вышеуказанной задачи, в первую очередь, ассистенту ставится задача проявить намерение убежать от сотрудника. При этом необходимо указать ассистенту его действия в ответ на требования полицейского.

Таким образом, процесс знакомства с боевыми приемами борьбы, освоение двигательного навыка, совершенствование выполнения приёмов на несопротивляющемся партнёре, освоение общекультурных и профессиональных компетенций применения боевых приёмов борьбы и специальных средств в специально моделируемых служебно-боевых ситуациях невозможны без ассистента.

Ассистент является основным помощником в процессе обучения, поскольку с его помощью сотрудник может изучить не только правильное

применение приема, но и подготовиться к различным ситуациям в зависимости от поведения преступника, его телосложения, модели поведения, темперамента, наличия каких-либо предметов в руках, в том числе и оружия.

Список использованной литературы:

1. Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450. – Доступ справочно-поисковая система «Консультант-плюс».

2. Алдошин А. В. Методические особенности обучения курсантов образовательных организаций МВД России приемам освобождения от захватов и обхватов, и удержаний лежа в аспекте решения проблемы физической безопасности личности полицейского // Автономия личности. – 2020. – № 1 (21).

3. Баркалов С. Н. Некоторые особенности моделирования ситуаций ограничения свободы передвижения ассистента в ходе занятий по физической подготовке // Наука-2020. – 2020. – № 5 (41).

4. Губанов Э. В. Методика освоения курсантами образовательных организаций МВД России боевых приемов борьбы и пути ее совершенствования // Наука-2020. – 2019. – № 7 (32).

5. Каленик Р. С. Особенности методики обучения слушателей профессиональной подготовки образовательных организаций МВД России // Юридическая наука в XXI веке: актуальные проблемы и перспективы их решений. – 2020.

© Синянский В. А., 2021

© Каленик Р. С., 2021

© Назаренко Б. А., 2021

УДК 378.635.016:796.015.02

Н. Г. Файзуллин – старший преподаватель кафедры специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЕЙ, СВЯЗАННЫЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИНВЕНТАРЯ

Оснащение спортивных залов новым оборудованием для тренировок – это первый шаг к тому, чтобы слушатели ФПП были увлечены спортивными занятиями. Это, в свою очередь, способствует эффективному

процессу спортивной подготовки, повышению нормативных показателей и в глобальной перспективе – улучшению показателей здоровья учащихся.

В рамках изучения физической подготовки слушателей ФПП, связанной с использованием инвентаря, была сделана опора на опыт преподавания физической подготовки в Уфимском ЮИ МВД России.

Основному и наиболее часто используемому (в рамках физической подготовки) инвентарю относятся:

- гантели и гири;
- медицинбол;
- блины на 10,15, 20, 25 кг;
- скакалка;
- гриф.

Такой набор инвентаря обусловлен задачами, лежащими в основе спортивной подготовки слушателей ФПП. Каждый из видов оборудования, перечисленного выше, позволяет решать отдельные задачи, что в совокупности дает достижение цели комплексной и системной физической подготовки.

Например, силовые тренировки с использованием гантелей и гирь, основная функция которых состоит в отягощении при выполнении упражнения, обеспечивают функциональные преимущества: более сильные мышцы улучшают осанку, обеспечивают лучшую поддержку суставов и снижают риск травм в результате повседневной деятельности. Силовые тренировки, согласно рекомендациям Всемирной организации здравоохранения, могут иметь важное значение для обеспечения нормального метаболического процесса и здоровья сердечно-сосудистой системы [3].

В этой же категории силовых упражнений можно отметить упражнения с использованием блинов на 10,15, 20, 25 кг. При упражнении с блинами используется повторный метод, суть которого заключается в выполнении упражнений сериями (обычно от трех до пяти) с интервалами отдыха между ними.

Различный вес блинов позволяет не только дифференцированно подходить к тренировке, но и при достижении прогресса в упражнении с блином меньшего веса увеличивать вес, тем самым достигать постоянной положительной и прогрессивной спортивной динамики.

Кроме этого к безусловному преимуществу блинов относится возможность их использования в различных тренировках. Помимо их наиболее распространенного использования в упражнениях со штангой, блины можно использовать в качестве самостоятельного инвентаря, например, в упражнениях «приседание-выброс», скручивания, отжимания и т.д.

Использование медицинбола для выполнения упражнений по физической подготовке – является универсальным и очень эффективным методом, который развивает мышечную силу, выносливость и чувство баланса.

Медицинбол – это большие твердые резиновые мячи весом от 1 до 10 кг. Считается, что прототип медицинбола был создан Гиппократом тысячи лет назад (врач набивал шкуры животных тяжелыми предметами и предлагал своим пациентам использовать их для восстановления после травм).

Преимущества использования медицинбола на занятиях – это возможность его использования в ходе самых различных упражнений. При этом медицинбол может использоваться в качестве утяжеления (например, при приседаниях), в качестве опоры (например, при отжиманиях) или в качестве вспомогательного предмета (например, при скручивании тела).

Несмотря на простоту упражнений, достигается множество положительных эффектов от тренировки: от повышения силовых качеств человека и выносливости до общего улучшения самочувствия и здоровья.

Стоит особо отметить, что в настоящее время использование медицинболов в тренировках обусловлено существенным повышением внимания к такому спортивному явлению как «воркаут». В основе воркаута также лежит система тренировок, основывающаяся на задействовании по возможности всех мышечных групп.

В результате таких упражнений развивается сила, гибкость и выносливость тела. Воркаут относится к любительским видам спорта. Родиной формирования данной спортивной субкультуры считается США, а временем возникновения - 2008 год. В основе воркаута лежит принцип использования подручных предметов обихода для тренировок, что в дальнейшем ввиду своего удобства было воспринято в Германии, Польше, Португалии, Турции, Франции и других странах [2].

Сейчас на волне популярности воркаута в России также очень активно происходит обращение к упражнениям с использованием простого инвентаря, в том числе медицинбола.

По нашему мнению, такое спортивное течение обуславливает интерес к занятиям, проводимым в рамках высшего учебного заведения, позволяет эффективно использовать простой инвентарь для подготовки слушателей ФПП, помогает поддерживать здоровый образ жизни в рамках всего государства [4].

Упражнения со скакалкой – это упражнения на развитие комплекса спортивных навыков и умений, улучшение таких показателей, как выносливость, равновесие и координация. Так же, как и в случае с гантелями и медицинболом, скакалка – это очень простой в обращении инвентарь, но тем не менее обладающий высокой эффективностью.

В частности, при упражнении со скакалкой задействованы верхняя и нижняя части тела: во время выполнения руки вращают скакалку, а ноги совершают повторяющиеся подпрыгивания с целью выполнения повторяющихся фаз вертикального взлета и приземления. Во время последовательных прыжков телу необходимо восстановить баланс и силу толчка за

счет скоординированных действий мышц верхней и нижней части тела. В частности, способность к равновесию важна для достижения эффективной фазы толчка. В результате этого выполнение данного упражнения зависит не только от выносливости и физической силы слушателя ФПП, но и от его координационных характеристик и чувства равновесия.

Большинство исследователей отмечает положительное влияние упражнений со скакалкой на физиологические характеристики человека (частоту сердечных сокращений, частоту воспринимаемой нагрузки) и на его общую работоспособность [1].

Упражнения с грифом достаточно разнообразны: приседания с грифом, тяга грифа в наклоне, поднятия грифа и т.д. Существует множество разновидностей грифа, и обеспечение учебного процесса данным инвентарем не представляет особой сложности. При этом упражнения с грифом также оказывают влияние на группы мышц, а также на развитие таких качеств слушателей ФПП, как выносливость, мышечная сила, координационные навыки и т.д.

Таким образом, при анализе инвентаря, который используется в рамках физической подготовки слушателей ФПП на базе Уфимского ЮИ МВД России мы приходим к выводу о том, что его использование при выполнении упражнений развивает у слушателей ФПП выносливость, мышечную силу, координационные характеристики и чувство равновесия. При этом также улучшается работа отдельных систем органов и, в целом, работа организма. Таким образом использование гантелей и гирь, скакалки, медицинского грифа и блинов, а также иного инвентаря помогает достичь комплексного и системного подхода в рамках физической подготовки.

Список использованной литературы:

1. Trecroci A., Cavaggio L., Caccia R., & Alberti G. Jump Rope Training: Balance and Motor Coordination in Preadolescent Soccer Players // *Journal of sports science & medicine*, 2015. – P. 792–798.

2. Воркаут в России. Появление, развитие и перспективы // *WorkOut Russia*. – URL: <https://workout-russia.ru/knowledgebase/vorkaut-v-rossii-poyavle-razvitie-i-perspektivy> (дата обращения: 05.04.2021).

3. Глобальные рекомендации по физической активности для здоровья // Всемирная организация здравоохранения, 2010 г. – URL: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44399/9789244599976_rus.pdf?sequence=3&isAllowed=y (дата обращения: 10.02.2021).

4. Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО) (с изменениями на 29 ноября 2018 года) : постановление Правительства РФ // *Собрание законодательства Российской Федерации*. – 2014. – № 25. – Ст.3309

А. И. Муртазин – старший преподаватель кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

СПЕЦИФИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ОГНЕВОЙ, ФИЗИЧЕСКОЙ И ТАКТИКО-СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ

Профессиональная и служебная деятельность полицейского очень сложна, так как, в первую очередь, она связана с высоким риском для его личной безопасности. Каждый сотрудник органов внутренних дел должен быть готов в соответствии с Федеральным законом от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ «О полиции» к применению физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия. От уровня подготовки сотрудника полиции будет зависеть не только его собственная жизнь, но и жизнь граждан, случайно оказавшихся в местах совершения преступлений.

Эффективная подготовка высококвалифицированных специалистов системы Министерства внутренних дел Российской Федерации – сложный и многоступенчатый образовательный процесс, в который, помимо преподавателей теоретических юридических дисциплин немаловажный вклад вносят преподаватели огневой, физической и тактико-специальной подготовки. В то же время необходимо учитывать не только накопленные теоретические знания и практические навыки, но и морально-психологическую устойчивость курсантов и слушателей во время стрельбы из пистолета, выполнение различных приемов борьбы, а также выход из любых сложных ситуаций, например, таких, как освобождение заложников, поимка особо опасного преступника.

Огневая, физическая и тактико-специальная подготовки являются самостоятельными дисциплинами обучения в образовательных организациях МВД России, но в сфере применения они связаны между собой, потому что экстремальная ситуация требует от сотрудников полиции применения навыков, полученных при изучении этих дисциплин вкуче.

Важную роль в процессе применения сотрудниками и курсантами полиции огнестрельного оружия и боевых приемов борьбы играет формирование морально-психологической готовности. Так, во время поступления и обучения в образовательных организациях Министерства внутренних дел России курсанты (абитуриенты) проходят психологические тесты.

Постараемся определить роль каждой из дисциплин для формирования необходимых навыков у курсантов и слушателей.

Огневая подготовка необходима для того, чтобы изучить материальные части огнестрельного оружия, а также овладеть необходимыми навыками стрельбы в различных положениях и условиях. Следует отметить, что в процессе овладения навыками стрельбы из пистолета важную роль играет формирование психологической готовности курсантов и слушателей.

Для того чтобы обучение курсантов проходило эффективно, необходима, во-первых, прежде всего продуктивная быстрая стрельба на коротких дистанциях, во-вторых, умение контролировать психоэмоциональный стресс как до стрельбы так и после с помощью самообучения (постановка дыхания, правильная стойка при стрельбе, уверенность в себе и в своих силах). Для достижения профессионализма курсантам образовательных учреждений необходимо уделять время отработке навыков и приемов повышенной сложности применения огнестрельного оружия, в первую очередь, это скоростная стрельба на коротких расстояниях в сложных условиях видимости. [1, с. 236–246].

На занятиях курсантов обучают обращаться с огнестрельным оружием и выполнять упражнения на огневом рубеже с различных положений, в результате чего они получают необходимые навыки. На огневом рубеже должен присутствовать руководитель стрельб, команды которого курсанты должны выполнять незамедлительно.

Одна из главных дисциплин обучения курсантов и слушателей – это физическая подготовка, которая включает в себя боевые приемы борьбы, а также мероприятий по развитию физической готовности сотрудников для борьбы с правонарушителями. Данная дисциплина непрерывно связана с процессами, происходящими в общественно-политической и социально-экономической жизни государства. Необходимо научить курсантов и слушателей в сложных ситуациях быстро оценивать оперативную обстановку и принимать правильное решение.

Также к еще одной из главных дисциплин относится тактико-специальная подготовка как составная часть боевой подготовки в ОВД, целью которой выступает обучение личного состава точным и правильным действиям в экстремальных ситуациях, выполнение служебных задач в чрезвычайных ситуациях. Тактико-специальная подготовка изучает проблемы служебно-боевой деятельности системы МВД России. Основопологающими началами – принципами данной дисциплины являются целенаправленность, высокая боевая готовность на постоянной основе, планирование своего времени. В процессе выполнения тактико-специальных упражнений курсанты не только учатся правильно действовать в определенных ситуациях, но видят результаты своей деятельности.

Для выполнения тактико-специальных упражнений используют лазерный стрелковый тренажер «Рубин» ЛТ-110 ПМ, ЛТ- 110 Glock и светоотражающие мишени. [2]

Тактико-специальная подготовка связана с различными дисциплинами, например, с такими, как криминалистика (составление документов, использование технических средств и многое другое), оперативно-розыскная деятельность (проведение оперативно-розыскных мероприятий), огневая и физическая подготовка (применение в различных ситуациях физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия).

Каждая из данных дисциплин необходима для формирования профессиональных навыков сотрудника органов внутренних дел. Основными навыками являются действия сотрудников ОВД в сложной обстановке, применение огнестрельного оружия при плохой видимости, правильное и четкое применение специальных средств, поддержание общественного порядка.

Список использованной литературы:

1. Боевая подготовка работников органов внутренних дел : учебник / под ред. И. А. Дворяка. – М., 1991. – С. 236–246.
2. Невмovenко А. А., Устинов А. А. Роль тактико-специальной подготовки сотрудников ОВД в формировании их профессиональной направленности // Проблемы правоохранительной деятельности. –2014. – № 4. – С. 45– 48.

© Муртазин А. И., 2021

УДК 378.635.016:796.422.093.354(470)

А. А. Гусейнов – старший преподаватель кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

МЕСТО УПРАЖНЕНИЙ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПРЕПЯТСТВИЙ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СОТРУДНИКОВ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ, РЕАЛИЗУЮЩИХ МЕРУ БЕЗОПАСНОСТИ «ЛИЧНАЯ ОХРАНА»

Профессиональная деятельность сотрудников органов государственной защиты (далее – ОГЗ) связана с большой ответственностью за свою жизнь и за жизнь защищаемого лица. Им нередко приходится действовать в экстремальных обстоятельствах, поэтому они должны быть способны противостоять различного рода негативным воздействиям как со стороны угрозоносителей, так и в различного рода чрезвычайных обстоятельствах и других ситуациях. Сотрудникам не только необходимо следить за здоровь-

ем, но и поддерживать его и укреплять, сохранять высокую работоспособность, повышать устойчивость организма к факторам служебной деятельности, оказывающим неблагоприятное воздействие. Успех в решении оперативно-служебных задач во многом зависит от уровня сформированности навыков применения физической силы, в том числе боевых приемов борьбы. Чтобы поддерживать служебную деятельность на высокопродуктивном уровне, сотрудникам ОГЗ следует постоянно работать над совершенствованием физической подготовки: развивать и поддерживать в должной мере профессионально важные физические качества, двигательные способности. К упражнениям по физической подготовке, как известно [1], относятся боевые приемы борьбы, ускоренное передвижение и легкая атлетика, плавание, атлетическая подготовка, прикладная гимнастика, лыжная подготовка, упражнения преодоления препятствий. Последние, на наш взгляд, требуют особого рассмотрения.

Укажем, что способность преодолевать препятствия необходима сотрудникам ОГЗ не только при защите лица от угрозоносителя, но и при возникновении различного рода чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Так, к примеру, во время землетрясения сотрудники ОГЗ с защищаемым ими лицом при первых толчках в течение самого короткого времени должны покинуть здание. Если защищаемое лицо, сотрудники, обеспечивающие его защиту, окажутся под завалом, им необходимо не только сообщить о случившемся руководителю и ожидать помощи, но и, если есть возможность, искать возможный выход.

При угрозе наводнения (природная стихия либо гидродинамическая авария) в экстренном случае, когда вода начинает подступать к кортежу в открытой местности на запланированном маршруте передвижения, сотрудникам ОГЗ необходимо доставить защищаемое лицо на возвышенные места, в том числе помочь взобраться на дерево. Если нет такой возможности и возникает необходимость преодолеть водную стихию вплавь, то с помощью предметов, которые позволяют людям удержаться на поверхности воды, составить плот и воспользоваться им.

Если на пути сопровождения возникают ураган, смерч, сотрудники ОГЗ с защищаемым лицом покидают транспорт и укрываются в ближайшем овраге (яме, канаве) или прижимаются к земле, крепко ухватившись за растения.

В районах, где возможны оползни, при их прогнозировании (смещение деревьев, основания различных высотных конструкций, при котором можно заметить появление трещин на зданиях и то, что окна и двери становится сложно открывать и закрывать, вспучивание поверхности земли, появление трещин на дорогах, береговых укреплениях) защищаемое лицо и сопровождающие его сотрудники ОГЗ эвакуируются. Если же оползень начинается неожиданно, то сотрудники ОГЗ как можно быстрее выводят защищаемое лицо из здания в безопасное место по кратчайшему пути.

Группе сопровождения нужно уметь выходить из зоны пожара в лесу или в здании, быстро передвигаясь в задымленном пространстве, пригнувшись или ползком.

Для формирования профессионально-прикладных умений преодоления препятствий обучающимся посредством частого повторения упражнений следует оттачивать навык прохождения специально подготовленной полосы препятствий. Данные полосы создаются с целью имитации различных ситуаций, потенциально возможных в оперативно-служебной деятельности. И нельзя оспорить тот факт, что при многократном их прохождении сила, быстрота, выносливость и ловкость развиваются комплексно.

В занятия по преодолению препятствий, согласно «Наставлению по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации», включаются «упражнения на преодоление различных искусственных и естественных, горизонтальных и вертикальных препятствий, в том числе в средствах индивидуальной бронезащиты и с оружием».

Мы поддерживаем мнение о том, что в ходе преподавания тактики преодоления препятствий до обучающихся нужно довести понимание того, что «необходимо учитывать взаимосвязь структур двигательных действий на полосе препятствий и в других разделах физической подготовки» [2]. Так усваивается по сути та же техника передвижения, что и при выполнении упражнений по ускоренной ходьбе, бегу, прыжкам. Также упражнения, характерные для проведения тренировок по прикладной и атлетической гимнастике, являются основой для формирования и развития навыков преодоления препятствий.

Для того чтобы обучающиеся успешно усвоили структуру двигательных действий по преодолению препятствий, специалисты рекомендуют применять два методически обоснованных подхода: «без расчленения их [структур] на составные элементы и с расчленением» [2].

Первый вариант предполагает выполнение разучиваемых действий в составе целостной структуры полосы препятствия. В этом случае преподаватель кратко знакомит обучающихся с полосой препятствий и четко объясняет составляющие её компоненты. На первом занятии преподаватель раскрывает обучающимся сущность элементов, составляющих полосу препятствий, последовательность и правила их преодоления, затем демонстрирует алгоритм преодоления полосы препятствий.

Второй вариант предполагает, что преподаватель изначально делит разучиваемые действия на компоненты (преодоление рва; преодоление лабиринта; преодоление забора; преодоление разрушенного моста; преодоление разрушенной лестницы и т.д.) и дает их объяснение поэтапно, то есть обучающиеся осваивают элементы, составляющие полосу препятствий, и технику их преодоления поочередно. Когда обучающиеся полностью изучат технику преодоления всех элементов данной полосы препятствий, выполняется её целостное прохождение на время.

Большое значение в подготовке преодоления препятствий отводится упражнениям с изменениями условий, так как они предъявляют к организму обучающихся новые, сложнокоординационные двигательные требования, что, в свою очередь, увеличивает его функциональные возможности [4]. Вариативность сложности и содержания полос препятствий достигается путем изменения параметров движения (скорости, темпа), смены способов выполнения заданий, изменения высоты препятствий, а также изменения последовательности, протяженности и количества этапов полосы.

К тому же хотим отметить, что применяемый набор [3] моделируемых элементов полосы препятствий мы рекомендуем расширить, к примеру, добавить преодоление водного пространства на плоту, который следует соорудить из различных предметов, способных удержать человека на поверхности воды. Также можно добавить поиск выхода из здания, в котором входы завалены (блокированы) в результате землетрясения.

Считаем, что совершенствование процесса физической подготовки регулярными упражнениями преодоления препятствий при подготовке будущих сотрудников органов государственной защиты ведет к успешному формированию их умения действовать в различные рода экстренных ситуациях, в чрезвычайных условиях.

Список использованной литературы:

1. Наставление по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации. – URL : <https://www.garaNet.ru/products/ipo/prime/doc/71647620/> (дата обращения: 15.04.2021).

2. Кулиничев А. Н., Воротник А. Н., Кандабар А. Н. Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Проблемы правоохранительной деятельности. 2015. – URL : <https://cyberleninka.ru/article/N/sovershenstvovaniye-professionalno-prikladnoy-fizicheskoy-podgotovki-kursantov-i-slushateley-obrazovatelnykh-organizatsiy-mvd-rossii> (дата обращения: 15.04.2021).

3. Панова О.С. Использование полос препятствий в физической подготовке сотрудников ОВД России как моделирующего элемента при силовом задержании правонарушителей // Научные достижения и открытия 2019 : сборник статей IX Международного научно-исследовательского конкурса : в 2 ч. – Пенза : Наука и Просвещение. – 2019. – С. 125–128. – URL : https://www.elibrary.ru/download/elibrary_37234099_59844643.pdf (дата обращения: 16.04.2021).

4. Троян Е. И. Использование полосы препятствий для совершенствования координационных способностей // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2013. – URL : <https://cyberleninka.ru/article/N/ispolzovanie-polosy-prepyatatstviy-dlya-sovershenstvovaniya-koordinatsionnykh-sposobnostey>

sovershe№stvova№iya-koordinatsio№nyh-sposob№ostey (дата обращения: 16.04.2021).

© Гусейнов А. А., 2021

УДК 355.541.1:351.741.088.4:159.94(470)

А. А. Даминов - старший преподаватель кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА КАК УСЛОВИЕ ФОРМИРОВАНИЯ МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ

На сегодняшний день данная тема продолжает оставаться актуальной, ее актуальность заключается в том, что огневая подготовка занимает значительное место при формировании у сотрудника полиции морально-психологической устойчивости, в частности, на первоначальных этапах.

Данный вид устойчивости у сотрудников правоохранительных органов является совокупностью таких личностных качеств, как знание, умение, навыки, мотивы, взгляды, убеждения, стереотипы, установки, черты характера, которые являются неотъемлемой частью успешной службы.

Формирование морально-психологической устойчивости начинается еще в период обучения курсантов в образовательных учреждениях МВД, где создается педагогическая система морально-психологической устойчивости.

Одной из важных задач, стоящих перед институтом МВД России, является психологическая подготовка и формирование у курсантов и слушателей морально-психологической устойчивости в обычных и экстремальных условиях. Перед дисциплиной «Огневая подготовка» стоит главная задача, которая заключается в выработке готовности обучающихся образовательного учреждения МВД России к правильному, умелому и эффективному использованию огнестрельного оружия при выполнении различного рода служебных задач.

Процесс изучения огневой подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России обеспечивает формирование одного из важных качеств сотрудников правоохранительной деятельности – формирование морально-психологической устойчивости, которая проявляется не только в обыденных ситуациях, но и в экстремальных.

Очень часто сотрудникам правоохранительных органов приходится сталкиваться с такой ситуацией, как спасение граждан при чрезвычайных

происшествиях, содействовать проведению контртеррористических операций, где сотрудник полиции должен принять неотложные меры, правильные решения, от которых будут зависеть жизни многих людей.

В День памяти погибших при выполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел Колокольцев Владимир Александрович выразил соболезнование и отметил, что за 2019 год во время исполнения служебных обязанностей погибло 23 сотрудника полиции, а другие, численность которых составляет более двухсот человек получили ранения. Министерством внутренних дел Российской Федерации была оказана всесторонняя помощь семьям погибших сотрудников.

Образовательные учреждения МВД России дают не только теоретическую и практическую часть огневой подготовки курсантам, но и обучают их, как правильно действовать и вести себя в экстремальных ситуациях, а самое главное, помогают выработать у них морально-психологическую устойчивость.

Вышеуказанное личностное качество необходимо для выполнения ряда служебных задач, а также для того, чтобы сотрудник полиции при возникновении экстремальных ситуаций мог быстро сориентироваться и принять правильное решение. Поэтому, на наш взгляд, необходимо ужесточить требования к владению и пользованию огнестрельным оружием, а также к познанию и строгому соблюдению мер безопасности при обращении с оружием и, конечно же, к самим правилам обращения с огнестрельным оружием. От того, насколько качественно будет освоена курсантами первоначальная подготовка, зависят их дальнейшая служба, качество выполнения служебных заданий и даже жизни многих людей.

В своей работе Бурлаков В.Н. отмечает, что по данным ЮНЕСКО в России сотрудники полиции погибают в 2,5 раза чаще, чем во Франции и в США. [2]

На основании вышеизложенного можно отметить следующее, что несмотря на безупречные познания в области огневой подготовки главным элементом в экстренной ситуации является самообладание. Если сотрудник полиции умеет пользоваться огнестрельным оружием, знает основания для его применения, но морально-психологически слаб, не умеет ориентироваться в различных ситуациях, то в данном случае это может привести к неблагоприятным последствиям.

Наличие у сотрудника полиции (курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России) высокого уровня морально-психологической устойчивости может обеспечить эффективное и умелое применение личного табельного оружия и боеприпасов в таких ситуациях, когда возникает необходимость в их применении. Примером такой ситуации может служить задержание особо опасных преступников (вооруженных).

Морально-психологическая устойчивость служит фундаментом при создании профессионального образа сотрудника полиции, это значит, что даже если сотрудник полиции или курсант юридического института будет владеть такими знаниями, как техническая характеристика пистолета, меры безопасности при обращении с огнестрельным оружием, навыками обращения с ним, то этого может быть недостаточно, так как существуют различные экстремальные ситуации, в которых может оказаться сотрудник полиции. Поэтому самым важным является то, что сотрудник всегда должен быть готов к различного рода ситуациям. И как уже отмечалось выше, морально-психологическая устойчивость является наиважнейшим качеством, которым должен обладать каждый сотрудник полиции, пришедший на службу. А для того, чтобы на службу пришли уже подготовленные сотрудники, их нужно заранее обучить. Данная задача стоит перед образовательными учреждениями МВД России, которые, в свою очередь, отлично справляются с ней.

При организации подготовки сотрудников полиции к действиям с применением огнестрельного оружия необходимо опираться на Приказ МВД России от 11 февраля 2010 г. № 80 «О морально-психологическом обеспечении оперативно-служебной деятельности органов внутренних дел Российской Федерации». [1]

Данная подготовка направлена на достижение таких задач, как

- владение курсантами (слушателями) нормативно-правовой базой, которая определяет содержание действий сотрудников при выполнении служебных обязанностей;
- формирование у курсанта (слушателя) морального духа, понимания значимости своего участия при исполнении служебных обязанностей в чрезвычайных ситуациях;
- выработка у курсантов (слушателей) морально-психологических и профессиональных качеств.

Проанализировав ряд задач, перечисленных в вышеуказанном федеральном законе, можно отметить следующее: сотрудник полиции должен обладать не только множественными положительными качествами, но и правильно применять эти качества в различных ситуациях, должен уметь держать себя в руках в случае различного рода происшествий, хладнокровно принимать решения, применять меры по защите жизни и здоровья граждан и своих товарищей.

Для достижения целей и задач, которые стоят перед образовательными учреждениями МВД России, а именно дисциплиной «Огневая подготовка» необходимо учитывать следующие принципы:

- принцип формирования убежденности в правомерном применении табельного огнестрельного оружия в различных ситуациях;
- принцип формирования достаточных знаний и умений при обращении с огнестрельным оружием;

- принцип формирования устойчивых навыков применения огнестрельного оружия в стандартных условиях стрельбы в тире;
- принцип формирования прочных навыков стрельбы в стандартных условиях, максимально похожих по характеру реальной деятельности в экстремальных условиях противостояния с преступниками;
- принцип учета психофизиологических особенностей деятельности сотрудников ОВД в экстремальных условиях, требующих применения огнестрельного оружия. [3]

При процессе формирования личного качества морально-психологическая устойчивость педагогам необходимо выявить отрицательные особенности у курсантов и слушателей такие, как

- 1) напряжение, которое может возникнуть в непредвиденной ситуации;
- 2) неумение контролировать свои эмоции;
- 3) забывчивость;
- 4) невнимательность;
- 5) безответственность;
- 6) раздражительность и др.

Выявив отрицательные психологические качества, можно перейти к их утилизации. Далее мы можем переходить к процессу выработки морально-психологической устойчивости и обратить внимание на воспитание следующих положительных качеств у курсантов и слушателей:

- умение воздействовать на себя, сдерживать себя в определенных ситуациях;
- умение абстрагироваться от окружающей обстановки;
- умение концентрировать внимание, сосредоточиваться на главном;
- умение правильно оценивать ситуацию;
- умение воспитывать решительность, смелость и уверенность в своих силах.

Выделяют следующие основные направления в психологической подготовке курсантов в момент процесса обучения стрельбе:

- 1) выработка у курсантов способности владеть собой и держать под контролем волнение и страх, которые возникают при выстреле;
- 2) отработка перехода от волнения к боевой готовности;
- 3) выработка устойчивости центральной нервной системы к окружающим факторам;
- 4) выработка уверенности в собственных силах и мастерстве. [4]

Таким образом, регулярное проведение огневой подготовки помогает выработать навыки в практической части и усовершенствовать уже полученные навыки. При этом хотелось бы отметить, что нужно уделять внимание формированию морально-психологической устойчивости для того, чтобы обеспечить умелое и эффективное применение огнестрельного оружия в экстремальных ситуациях.

Список использованной литературы:

1. Дмитрук А. В., Дубовик А. С., Лотоцкий С. М. Методика проведения занятий по боевой подготовке с отделением и взводом : учеб.-метод. пособие. – Гродно : ГрГУ, 2010. – 455 с.
2. Криминология : учебник/ под ред. В. Н. Бурлакова, В. П Сальникова. – СПб., 2012. – 421 с.
3. Огневая подготовка: учебник / под общ. ред. В. И. Третьякова. – 3-е изд., испр. и доп. – Волгоград : ВА МВД России, 2009. – 516 с.
4. Торопов В. А. Огневая подготовка. – СПб. : Санкт-Петербургский университет МВД России, 2000. – 368 с.

© Даминов А. А., 2021

УДК 378.635.016:796.42(470)

А. С. Матвеев – старший преподаватель кафедры физической подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ГРУППЫ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

Легкая атлетика и служебный биатлон – одни из самых зрелищных и захватывающих служебно-прикладных видов спорта. Эти виды спорта вмещают в себе большинство физических качеств: скорость, выносливость, координационные способности, концентрацию и технику (при стрельбе).

В соревнованиях по легкой атлетике могут принимать участие хорошо подготовленные и здоровые спортсмены, так как легкая атлетика предусматривает колоссальные нагрузки на человеческий организм. Необходимо постоянно придерживаться здорового образа жизни, правильно питаться и высыпаться.

Здоровый образ жизни – все поведенческие реакции и деятельность человека, которые благоприятно влияют на здоровье и способствуют укреплению здоровья [5].

Благодаря здоровью и на его основе у обучающихся формируется множество необходимых профессионально значимых качеств, благодаря которым обучающиеся осуществляют свою служебную деятельность [6].

Служебный биатлон включает в себя легкоатлетический кросс, повышающий выносливость организма, улучшающий работу дыхательной и сердечнососудистой системы, а также стрельбу из боевого ручного оружия ПМ, для которой необходимы прикладные навыки и умения.

Служебный биатлон как вид спорта имеет свою специфику и особенности. Сравнивая его с другими служебно-прикладными видами спорта такими, как, например, стрельба из боевого ручного стрелкового оружия, нужно сказать, что на результаты соревнований по стрельбе влияют только уровень спортивной и психологической подготовки спортсмена. Исключение составляет случаи задержек при выполнении упражнения по стрельбе. Спортсменам же, участвующим в соревнованиях по легкоатлетическому кроссу и служебному биатлону, нужно готовиться на выступление по двум дисциплинам. На результаты соревнований по легкоатлетическому кроссу помимо спортивной подготовки спортсмена, его волевых и физических качеств, влияет множество других факторов, таких, как рельеф трасс, погодные условия.

Основная задача подготовки к легкоатлетическому кроссу – воспитание и совершенствование выносливости и скоростных способностей. Эти физические качества воспитываются и развиваются много лет. В тренировках по легкой атлетике необходимо соблюдать различные режимы: отдыха, сна, питания, тренировок.

Задача специальной физической подготовки как ведущей части физической и технической подготовки для всех спринтеров состоит в повышении скорости бега, стартового разгона, развития скоростной выносливости. Только на этой основе можно научиться быстро развивать высокую скорость при сохранении свободы движений [3].

Легкая атлетика заслуженно называется «королевой спорта», поскольку это очень сложный вид спорта, не только в плане физической нагрузки, но и в психоэмоциональном.

Каждый спортсмен перед соревнованием испытывает сложное эмоционально-волевое состояние, которое определяется перестройкой психологических и физиологических процессов в организме [2].

Обучающимся образовательных организаций МВД России, состоящих в группе спортивного совершенствования по легкоатлетическому кроссу и служебному биатлону, сложнее всего показывать высокие результаты, так как у них постоянно нарушаются режимы сна и отдыха. Легкоатлеты тренируются два раза в день, и тренировки обязательно должны проходить ежедневно независимо от обстоятельств, иначе достижение результата не представляется возможным.

Если сравнивать легкую атлетику и служебный биатлон с другими служебно-прикладными видами спорта такими, как единоборства (самбо, дзюдо), то становится ясным, что нарушение режима здесь не так значительно влияет на физическое состояние спортсмена, так как в единоборствах большую роль играет тактика. В легкой атлетике любое событие, в течение дня будет влиять на конечный результат соревнований. Спортсмен не выспался – ухудшение результата, спортсмен плохо поел – ухудшение

результата, спортсмен не отдохнул – ухудшение результата, спортсмен пропустил тренировку – ухудшение результата и т.д.

Поэтому мы считаем, что легкую атлетику нельзя сравнивать ни с каким другим видом спорта, поскольку в ней задействовано наибольшее количество всевозможных внешних факторов, влияющих на результаты спортсмена.

В условиях образовательной организации МВД России частые наряды, привлечения к служебной деятельности и т.д. пагубно влияют на обучающихся, состоящих в группе спортивного совершенствования по легкоатлетическому кроссу и служебному биатлону. Но безвыходных ситуаций не бывает, мы предлагаем комплексный подход, способствующий улучшению результатов и решению актуальных проблем, связанных с данным служебно-прикладным видом спорта.

Самый эффективный вариант подготовки легкоатлета – учебно-тренировочные сборы (далее – УТС) в команде с другими спортсменами и под руководством опытного тренера. Большинство УТС с высоким коэффициентом полезного действия должны проходить на высокогорье (Киргизия), позднее спускаться на среднегорье (г. Кисловодск), и затем наступает этап совмещения всех пройденных тренировок на ровной местности. Часто это происходит в своем городе. Этап соревнований – подготовка к основному старту сезона (Чемпионат МВД России среди образовательных организаций).

На этапе подготовки в г. Уфе, проводятся соревнования различных уровней такие, как Чемпионат города, республики, этапы кубков республики. Все эти соревнования рассматриваются тренерами для высококвалифицированных спортсменов как этап подготовки к дальнейшим более важным соревнованиям таким, как Чемпионат и Первенство России, Чемпионат МВД России среди образовательных организаций, Чемпионат общества «Динамо».

Если на этапе подготовки к соревнованиям спортсмен выкладывается на 85–90 % для улучшения своего физического состояния и формы, то на главных соревнованиях ему необходимо выкладываться уже на все 100 %.

Современным подходом к воспитанию выносливости является совершенствование аэробных и анаэробных механизмов энергообеспечения [1].

В большинстве тренировок нужно следить за аэробным порогом и не переступать его, так как если в тренировке, направленной на повышение аэробного порога (выносливости), переступить этот порог и перейти в анаэробную зону (в большинстве случаев частота сердечных сокращений повышается до 155–160 ударов в минуту), то это может вызвать спад аэробного порога и тренировка в другой зоне уже не будет такой эффективной. Тренировки, рассчитанные на повышение скорости, скоростной выносливости, преодолевают аэробный порог, и работа идет в анаэробном режиме с частотой сердечных сокращений выше 160 ударов в минуту, а если рабо-

та имеет скоростной характер, то у наиболее тренированных спортсменов частота сердечных сокращений достигает 200 ударов в минуту и выше.

Для воспитания выносливости авторами Матвеевым А. С., Абдрахмановым Э. В. и Нуховым Р. Р. были разработаны комплексы упражнений, представленные следующим образом: «В разработанные комплексы входили общефизическая подготовка в которую входили упражнения силового, скоростно-силового, скоростного характера, упражнения на координацию, в промежутки между упражнениями 3 мин бега в анаэробном режиме. Интенсивность выполнения упражнений до 40 % от максимального. Бег 100 м с горы, в гору – 100 м (80–90 % от максимального). Выпрыгивание вверх в гору – 100 м (до 70 % от максимального). Бег в шаге в гору – 100 м (до 70 % от максимального). Вбегание в гору – 200–250 м (до 70 % от максимального). Сбегание с горы – 120 м (80–90 % от максимального). Отдых между сериями 4–5 минут, в это время выполняются упражнения на гибкость. Комплекс выполняется от 3 до 7 серий» [4].

Еще одна актуальная проблема – недовосстановление спортсмена. Она возникает, когда уставший обучающийся после службы в наряде посещает тренировку. Тренировка проходит в облегченном режиме, но даже при таком варианте есть высокая вероятность получения травмы, не говоря уже о том, что такая тренировка очень малоэффективна для развития общефизического состояния спортсмена.

Хасанов А. Т. и др. в своей работе раскрывают вопрос «восстановления спортивной работоспособности и поиска эффективных путей оптимизации тренировочного процесса» [7].

Таким образом, вопрос восстановления является одним из самых важных, так как спортсмен до тренировки должен быть отдохнувшим, полным сил, что редко бывает после выполнения им служебных обязанностей. Поэтому данный вопрос остается открытым и для его решения есть единственный вариант – освобождение спортсмена от выполнения им служебных обязанностей, посещения им УТС хотя бы на этапе подготовки, длящемся 3–4 месяца. Это даст ему возможность повысить спортивную физическую форму и добиться высоких результатов.

В заключение хотелось бы подвести итоги вышесказанного. Для достижения высокого результата в легкой атлетике необходима полная концентрация без пропусков тренировок, проведение УТС на высокогорье и среднегорье, оказание помощи спортсменам, состоящим в группе спортивного совершенствования, руководством образовательной организации МВД России. Быть спортсменом – тяжелая ноша, а быть спортсменом-полицейским – ноша в два раза тяжелее, поэтому нужно относиться с пониманием и поддерживать обучающихся, представляющих свою образовательную организацию МВД России на всероссийских и международных уровнях. Тем самым повышается престиж не только самой образовательной организации, но и престиж полиции в целом. Без спорта невозможно

представить нашу страну, поэтому спорт должен присутствовать во всех сферах в жизни каждого, будь-то просто зарядка и занятия физической культурой или профессиональный спорт.

Список использованной литературы:

1. Ким В. О. Особенности воспитания выносливости при подготовке к служебному биатлону у обучающихся образовательных организаций МВД России / В. О. Ким, А. С. Матвеев // Всероссийская научно-практическая конференция «Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики». – Ростов, 2020.

2. Матвеев С. С. Социальная детерминация изменения биотического потенциала населения современного регионального социума : дис. ... канд. социол. Наук : 22.00.04 / С. С. Матвеев. – Уфа, 2007. – С. 124.

3. Матвеев А. С. Аэробная и анаэробная выносливость обучающихся в образовательных организациях системы МВД России / А. С. Матвеев, Э. В. Абдрахманов, Р. Р. Нухов // Материалы XIII Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма», посвященной 70-летию кафедры физического воспитания УГАТУ. – 2019. – С. 326–330.

4. Матвеев А. С. Оптимизация психических предстартовых состояний обучающихся служебному биатлону в образовательных организациях МВД России // Материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Сибирский юридический институт Министерства внутренних дел России, 2019. – С. 107–110.

5. Матвеев А. С. Специальная физическая подготовка занимающихся легкой атлетикой в беге на короткие дистанции на этапе начальной подготовки / А. С. Матвеев, Р. Р. Нухов, Э. В. Абдрахманов // Материалы XIII Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма», посвященной 70-летию кафедры физического воспитания УГАТУ. – 2019. – С. 331–335.

6. Степанов Г. И. Роль и значение физической культуры и спорта в профессиональной подготовке обучающихся образовательных организаций МВД России / Г. И. Степанов, В. О. Ким, Д. Д. Туко, А. С. Матвеев // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма : материалы XIV Международной научно-практической конференции, посвященной 75-летию Победы в Великой Отечественной войне. В 2-х томах. – Уфа, 2020. – С. 467–472.

7. Хасанов А. Т. Функциональные возможности центральной нервной системы юных боксеров при виброакустическом воздействии / А. Т. Хасанов, Э. Ш. Шаяхметова, С. С. Матвеев, Л. М. Матвеева, А. С. Матвеев // Человек. Спорт. Медицина. – 2021. – Т. 21. – № 1. – С. 23–28.

Е. А. Зайцева – курсант 293 учебного взвода факультета подготовки сотрудников для следственных подразделений Санкт-Петербургского университета МВД России (г. Санкт-Петербург);

Д.А. Малыгин – курсант 293 учебного взвода факультета подготовки сотрудников для следственных подразделений Санкт-Петербургского университета МВД России (г. Санкт-Петербург);

А. И. Чиновников – старший преподаватель кафедры огневой подготовки Санкт-Петербургского университета МВД России (г. Санкт-Петербург)

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ НЕКОТОРЫХ МОМЕНТОВ ПЕРВОНАЧАЛЬНОЙ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ

Особо значимой огневая подготовка стала в связи с учащением случаев применения преступниками современного оружия при совершении преступных деяний. Со слов министра внутренних дел Российской Федерации Владимира Александровича Колокольцева, в 2019 году при выполнении служебных обязанностей погибло 23 сотрудника, более 1200 человек получили ранения. Наибольшее количество жертв наблюдается среди сотрудников патрульно-постовой службы, дорожно-патрульной службы ГИБДД, участковых инспекторов и оперуполномоченных уголовного розыска. Одна из основных причин гибели сотрудников и получения ими ранений связана с их непрофессиональными действиями при выполнении служебных обязанностей. Значит, сотрудник полиции в области огневой подготовки обязан обладать определенными знаниями, навыками и умениями, позволяющими эффективно применять и использовать огнестрельное оружие при решении оперативно-служебных задач. Важную роль в огневой выучке сотрудников органов внутренних дел играют учебные заведения МВД России, цели которых подготовить качественные и профессиональные кадры.

Цель статьи – обсудить наиболее важные моменты совершенствования первичной огневой подготовки. поиск путей устранения выявленных недостатков.

Считаем, что начальная подготовка является первоочередной в вопросах совершенствования, поскольку от ее усвоения будут зависеть дальнейшая служба сотрудника полиции и качество выполнения им служебных задач.

В то же время организация огневой подготовки курсантов в учебных заведениях МВД РФ не всегда успевает реагировать на происходящие изменения. Одной из основных проблем подготовки сотрудников в учебных учреждениях является недостаточное снабжение их специализированной техникой и современным оборудованием.

Одним из путей решения данной задачи является привлечение дополнительных средств и приобретение оборудования, которое соответствует современным международным тенденциям.

Например, введение в программу подготовки проведения занятий на страйкбольных и пейнтбольных полигонах, которые широко применяются в обучении в европейских странах [2]. Упоминая о тренажерах, использующих определенные принципы механики и пневматики, следует обратить внимание на зарубежный опыт производства подобного оборудования. Канадская фирма General dynamics ordnance and tactical systems canada inc. в конце 80-х годов прошлого столетия под торговой маркой Simulation изобрела особый тип боеприпасов – нетравматические патроны с пулями из красящего полимера. Данный тип боеприпасов позволяет вести огонь из штатного вооружения (автомат, пистолет или пулемет) без последствий для жизни и здоровья [3].

Наблюдается некоторая отсталость имеющегося оборудования в учебных заведениях Российской Федерации от европейских стандартов. Примером являются условия подготовки курсантов Академии ФБР. Для обучения стрельбе и обращению с огнестрельным оружием оборудованы восемь стрельбищ и закрытый тир, а также четыре стрельбища для обучения стрельбе по летающим целям [3].

В свою очередь, стрельбища для обучения стрельбе по летающим целям можно было бы модернизировать и применить при обучении будущих сотрудников патрульно-постовой службы, дорожно-патрульной службы ГИБДД. Сотрудники приведенных выше служб чаще всего применяют огнестрельное оружие по целям, которые находятся в движении [1]. Конечно, цели, по которым сотрудники открывают огонь, по большей части являются автомобилями, но стоит учесть факт того, что с 2019 года в соответствии с поправками в ФЗ «О полиции» сотрудники имеют право применять огнестрельное оружие для пресечения нахождения беспилотных воздушных судов в воздушном пространстве.

Важно отметить, что условия применения огнестрельного оружия в реальной жизни существенно отличаются от условий, которые организованы в обычном тире. Наиболее рациональным решением будет внедрение особенностей применения огнестрельного оружия в первичную подготовку на факультетах подготовки сотрудников полиции для вышеуказанных подразделений.

Для этого необходимо анализировать случаи применения огнестрельного оружия, например, в ходе научной деятельности. Результаты

исследований необходимо изучить критически и рассмотреть, и допустить хотя бы точечное внедрение. Затем, исходя из результатов практики изменений практики, сделать выводы об эффективности того или иного средства, метода обучения.

Помимо вышесказанного эффективным способом повышения меткости при стрельбе являются занятия, проводимые в специализированном лазерном тире [4]. Преподаватель более продуктивно может анализировать ошибки обучающихся курсантов и слушателей, поскольку видит место прицеливания и место поражения мишени. В связи с этим он располагает возможностью давать советы, которые будут способствовать качественному развитию его курсантов или слушателей в области огневой подготовки.

Таким образом, существует множество различных учебно-тренировочных комплексов и оборудования, основанных на разных принципах действия, способных обеспечить качественную организацию учебного процесса в области огневой подготовки. При этом использование такого оборудования зачастую имеет зависимость от отсутствия или наличия необходимых боеприпасов или специальных помещений для занятий. Однако возможности его активного использования в учебном процессе с курсантами и слушателями, как правило, ограничены имеющейся нормативной правовой базой и низким финансированием подобных проектов. Учебно-тренировочные комплексы приобретаются, как правило, не централизованно, а только по инициативе тех преподавателей, которые непосредственно занимаются проблемными вопросами огневой подготовки.

Включение в образовательную программу огневой подготовки раздела «Учебно-боевая практика» принесет пользу сотрудникам. Данный раздел всесторонне подготовит их к различным условиям применения огнестрельного оружия.

Список использованной литературы:

1. Плохих Г. И. Специальная подготовка сотрудников органов внутренних дел [Текст]: учеб. пособие. – Юго-Зап. Гос. ун-т., Курск. – С. 390.
2. Сергеев В. А. Современные технологии, применяемые в огневой подготовке // Труды Академии управления МВД России. – 2013. – №2.
3. Simunition. – URL: <http://simunition.com> (дата обращения 02.02.2021)
4. Кузнецов А. В., Приветень С. А. ИЗ ЛАЗЕРНОГО ТИРА – НА ПОЛЕ БОЯ // ВВО. – 2016. – №1 (1). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/iz-lazernogo-tira-na-pole-boya> (дата обращения: 05.02.2021)

© Зайцева Е. А., 2021

© Малыгин Д. А., 2021

© Чиновников А. И., 2021

К. А. Федосеева – курсант 293 учебного взвода факультета подготовки сотрудников для следственных подразделений Санкт-Петербургского университета МВД России (г. Санкт-Петербург);
Д. П. Васильева – курсант 293 учебного взвода факультета подготовки сотрудников для следственных подразделений Санкт-Петербургского университета МВД России (г. Санкт-Петербург);
А. В. Чернышов – преподаватель кафедры огневой подготовки Санкт-Петербургского университета МВД России (г. Санкт-Петербург)

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТАКТИКО-СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД

Тактико-специальная подготовка осуществляется на протяжении всего периода обучения и службы сотрудника органов внутренних дел. Обеспечение постоянной боевой готовности сил и средств органов внутренних дел — принцип обучения, который определяет организацию боевой и служебной подготовки, обеспечивающей готовность каждого сотрудника ОВД, военнослужащего подразделения, части или соединения и органов управления четко и в полном объеме реализовывать поставленные служебно-боевые задачи.

Для усовершенствования и поднятия творческой деятельности курсантов в области тактико-специальных дисциплин формируются конференции, олимпиады, выставки специальной техники, которые нужны для того, что сформировать у обучающихся интерес к творчеству, развить навык работы с различными творческими группами, а также поднять показатели знаний о тактико-специальной деятельности ОВД.

Важнейшими профессиональными государственными требованиями к выпускникам вузов МВД считаются высокий уровень подготовки, квалификация законодательства, знание методов и форм изобличения и предотвращения правонарушений, профессиональная мобильность, активная творческая инициативность и так далее.

Также ценятся такие качества, как аналитический склад мышления, высокий уровень развития тактических способностей, способность работать с людьми, хорошая зрительная память. Особое внимание при поступлении в силовой вуз уделяется также уровню физической

подготовленности абитуриентов и их коммуникативным способностям. Все вышеперечисленные характеристики одинаково важны для любого силового вуза и каждого его обучающегося, однако необходимо, чтобы профессионально значимые качества курсантов за время учёбы достигли своего пикового формирования и становления.

Каковы же задачи преподавания дисциплин тактико-специальной подготовки и в целом совершенствования обучающихся? Перечислим их:

- знать специфику правоохранительной деятельности, её предназначение в усилении законности и правопорядка;
- знать нормативно-правовые и организационные основы правоохранительной деятельности в соответствии со специальностью;
- охранять и придерживаться норм профессиональной этики;
- охранять права, свободы и законные интересы граждан;
- понимать сущность, характер и взаимодействие правовых явлений, знать основные проблемы дисциплин, определяющих конкретную область ее деятельности, понимать их взаимосвязь в целостной системе знаний и значение для реализации права в профессиональной деятельности;
- обладать профессионально значимыми волевыми и моральными качествами и психологической устойчивостью;
- уметь толковать и использовать законы и другие НПА;
- уметь профессионально квалифицировать факты и обстоятельства;
- охватывать и уметь применять в профессиональной деятельности тактики и способы предупреждения, пресечения, выявления, раскрытия и расследования преступлений и правонарушений, исходя из своей специальности;
- охранять общественный порядок и общественную безопасность, пресекать противоправные действия людей;
- знать, как применять физическую силу, специальные средства и огнестрельное оружие;
- проводить профилактическую работу по обеспечению законности и укреплению правопорядка среди населения.

Стоит принять во внимание то, что ни один из органов исполнительной власти не встречается с реализацией столь объёмного круга задач. Следовательно, всё это демонстрирует, что к сотрудникам ОВД проявляются особые требования, причем не только к уровню профессиональной подготовки, служебной дисциплины, но и к морально-психологической готовности выполнять поставленные задачи в самых различных условиях[4].

Одними из главных требований модернизации тактико-специальной подготовки курсантов считаются потребность развития профессиональной нацеленности и формирования познавательного внимания обучающихся, наиболее полное обеспечение сотрудников ОВД умелыми действиями при выполнении оперативно-служебных задач, формировать у курсантов физической закалки и выносливости.

Уровень физической подготовки, знание основ вооружения, а также теоретические знания обучающихся должны быть на высоком уровне, поэтому для мотивации важно совершенствовать методику применения наиболее эффективных и важных способов мотивации (планирование личного времени)[2].

Существуют принципы формирования нравственных и гуманных качеств:

- соблюдение законодательства в деятельности (в том числе и при чрезвычайных обстоятельствах);
- приоритет обеспечения безопасности граждан;
- гуманное отношение к правонарушителям.

На наш взгляд, огромную роль для совершенствования тактико-специальной подготовки обучающихся играет профессорско-преподавательский состав, который обеспечивает формирование главных мировоззренческих ценностей и нравственных ориентиров учащихся.

Преподаватель воздействует на курсантов с помощью своего профессионального опыта, объема знаний и отношения к окружающим людям (в большей степени к обучающимся). Научная и нравственная позиция преподавателя первостепенна при изучении юридических проблем и положений. Важны его отношение к различным событиям, происходящим в обществе (к экологии, политической обстановке в стране, террористическим актам, нарушениям закона и т.п.), его коммуникативное мастерство (способность интересно излагать и преподносить материал). Нужно учитывать то факт, что личность преподавателя в совершенствование образовательного процесса вносит свой вклад постепенно, не сразу [1].

Для решения поставленных задач представляется необходимым качественное изучение правовой основы профильной деятельности сотрудника. Курсанты и слушатели образовательных организаций МВД России должны иметь конкретное представление о своих действиях в сложных, неопределенных условиях, понимать риск каждой ситуации и конкретного действия, различать рамки дозволенного и законного в таких ситуациях. Занятия тактико-специальной подготовкой с помощью воспроизведения различных ситуаций могут дать преподавателям возможность продемонстрировать, в каких областях знаний у курсантов имеются пробелы и как их восполнить.

Нельзя оставить без внимания и саму методику преподавания. Преподаватель в своей деятельности несомненно должен придерживаться учебного плана. Но в тоже время он должен обеспечивать и эффективную подготовку будущих сотрудников, поскольку слепое следование учебному плану не способствует достижению поставленных целей.

Таким образом, мы считаем, что преподаватель должен быть сам заинтересован в своей деятельности, дабы заинтересовать курсанта и вовлечь его в образовательный процесс.

Специалистами установлено, что больший результат даёт не простое изучение учебного материала, чтение учебников и заучивание определений, а практическое применение знаний. В связи с этим мы предлагаем увеличить часы практических занятий. Как известно, теоретический материал запоминается лишь на непродолжительное время, откладывается в кратковременной памяти. Практика же запоминается лучше благодаря повышенной активности мозга (быстро и качественно принимает решения при определенных условиях сложившейся обстановки).

Преподаватель на практическом занятии курирует действия курсанта, ориентирует его на принятие более верного решения, помогает скорректировать ему свои действия, показывает и разбирает ошибки курсанта при моделировании той или иной ситуации. Такая практика дает большую результативность.

Курсантом такая активность воспринимается как игровая деятельность и откладывается в его памяти надолго, и, несомненно, уже будучи сотрудником, оказавшемся в таких же или схожих условиях, он сможет применить полученные на занятиях знания и навыки практически безошибочно.

Но полностью отказаться от теоретического материала нельзя. Знание основных понятий, базовых элементов, основного порядка действий при определенных обстоятельствах предполагают возможным смоделировать ситуацию в общих чертах, без особенностей. Изучение законов и правовых актов даёт курсанту понимание своих полномочий по профилю будущей профессии, осознание того, когда его действия будут носить правовой характер, а когда выйдут за рамки его полномочий.

Тактико-специальная подготовка сопровождает сотрудника на протяжении всего периода службы. Соответственно, со временем развивается вооружение, развивается методика силовой и огневой подготовки [4]. Криминальная среда также не стоит на месте: преступники изобретают новые способы обойти закон, пытаются получить новые виды вооружения, например, в террористических целях, укрываются в бронированных зданиях, имеющих дополнительные скрытые выходы.

Для того, чтобы в будущем сотрудники, а ныне курсанты образовательных организаций МВД России, не столкнулись с незнакомым, вводящим их в ступор новым видом вооружения, необходимо ознакомить их с ним заблаговременно. Не обязательно введение изучения нового оружия в нормативы по огневой подготовке. Достаточно вводного практического занятия, на котором обучающимся расскажут о принципе действия данного оружия, продемонстрируют его, дадут основные тактико-технические характеристики, объяснят особенности и по возможности наглядно покажут его использование в тире или на стрельбище за пределами университета.

Например, проведенный нами опрос курсантов показывает, что многие из них не знают порядок действий при взрыве гранаты на спецоперации. не знают за каким укрытием прятаться от взрыва практичнее, какой техники броска при метании гранаты придерживаться, чтобы она не навредила бросающему и сослуживцам, находящимся неподалеку.

В нашей памяти остался случай, когда Серик Газисович Султангабиев, российский офицер, полковник внутренних войск МВД России, Герой Российской Федерации, в 2014 году спас солдата-срочника, который случайно выронил гранату из рук. В пример можно привести и российского офицера войск связи, майора Сергея Александровича Солнечникова. Сергей Александрович накрыл своим телом гранату, которую солдат-срочник метнул ниже защитного ограждения, и граната от ricochetнула в зону поражения солдат-срочников. Майору посмертно было присвоено звание Героя Российской Федерации в 2012 году.

Мы считаем, что метание гранат, пусть даже и учебных, должно присутствовать в учебном плане курсантов образовательных организаций МВД России хотя бы для образного представления [6]. Слушателям можно предоставить возможность метания боевых гранат, но, естественно, с соблюдением всех мер безопасности. Необязательно включать в учебный план подробное изучение гранатометов или подобного рода оружия, предназначенного для поражения военной техники или сооружений, но ознакомление с гранатами с практической точки зрения представляется верным.

Для улучшения ситуационных действий курсантов целесообразно использовать не только пару учебных площадок тактико-специальной подготовки на территории университета, но и организовывать выездные занятия. Если же, допустим, такой возможности не предоставляется, то можно использовать подручные предметы и средства для симуляции каких-либо ситуаций.

Физическая подготовка также является важным аспектом подготовки сотрудника. С курсантами необходимо проводить беседы, обозначая в них важность занятий по физической подготовке. Психологическое и физическое состояние оказывают значительное влияние на сотрудника правоохранительных органов. К сожалению, некоторые курсанты рассматривают свое здоровье только в качестве критерия для поступления на службу и дальнейшего условия пребывания на ней. Курсантам и слушателям должно быть разъяснено, что психологическая и физическая подготовка для них — самое ценное в их деятельности.

Таким образом, из всего вышесказанного можно сделать вывод о том, что тактико-специальная подготовка является важным аспектом подготовки будущего сотрудника органов внутренних дел. Базис и фундамент подготовки сотрудник зачастую получает в образовательной организации МВД России. Но учебный план не в состоянии охватывать весь объем подготовки, ко-

торый можно дать курсантам и слушателям, поэтому, на наш взгляд, каким-то вопросам, необходимо уделять больше времени на изучение, а другие можно осветить поверхностно, ознакомительно. При этом нужно помнить, что самое главное – дать курсантам знания и навыки тактико-специальной, огневой и физической подготовки, которые пригодятся им в будущей профессии. Эти три стороны одного целого будут сопровождать сотрудника органов внутренних дел с начала его службы и до ее окончания. Также особое внимание должно уделяться методике преподавания, психоэмоциональному и культурному воспитанию курсантов и слушателей.

Список использованной литературы

1. Бельский К. С., Зайцева Л. А. Педагогический процесс в юридическом вузе / Цикл материалов по вузовской педагогике. Часть 1 // Юридическое образование и наука. – 2019. – № 1. – С. 7.

2. Данеев А. В., Бурзалова Т. В. Мотивация учебной деятельности в вузах МВД России // Вестн. Бурят. гос. ун-та. Образование. Личность. Общество. – Вып. 1. – 2017. – С. 48.

3. Мальцев Е. П. О механизме административно-правового регулирования служебной дисциплины в органах внутренних дел Российской Федерации // Вестник Воронежского института МВД России. – 2019. – № 2. – С. 87–90.

4. Янмурзин Д. Р. Актуальные аспекты совершенствования тактико-специальной подготовки сотрудников правоохранительных органов. В кн.: подготовка кадров для силовых структур: современные направления и образовательные технологии, Иркутск, 27–28 февраля 2020 : материалы XXV Всероссийской научно-методической конференции // Восточно-Сибирский институт МВД России. – 2020. – С. 305.

© Федосеева К. А., 2021

© Васильева Д. П., 2021

© Чернышов А. В., 2021

Д. Х. Носова, старший преподаватель кафедры права и обществознания БГПУ им. М. Акмуллы (г. Уфа);

В. И. Давлетов, преподаватель кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

ВЛИЯНИЕ ИНТЕНСИВНОСТИ И ДЛИТЕЛЬНОСТИ АЭРОБНЫХ ВЫСОКОИНТЕНСИВНЫХ ИНТЕРВАЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОК НА ПОКАЗАТЕЛИ ВЫНОСЛИВОСТИ СПОРТСМЕНОВ

Успешная тренировка выносливости включает в себя манипулирование интенсивностью, продолжительностью и частотой тренировок с неявной целью максимизации производительности и соответствующих физиологических характеристик. Спортсмены обычно используют большой объем низкоинтенсивных тренировок и умеренные объемы высокоинтенсивных тренировок. Эта тренировочная модель используется успешными лыжниками на протяжении десятилетий. Работоспособность лыжников связана с максимальным поглощением кислорода (VO_{2Max}) и с поглощением кислорода на анаэробном пороге. Всемирная организация здравоохранения рекомендует использовать в качестве одного из наиболее надежных показателей физической работоспособности человека величину максимального потребления кислорода (МПК или VO_{2Max}), которая является интегральным показателем аэробной производительности организма.

Ряд исследований показал, что увеличение объема аэробных высокоинтенсивных тренировок эффективно влияет на выносливость и улучшает аэробные характеристики и показатели выносливости у спортсменов, поэтому было высказано предположение о том, что увеличение интенсивности упражнений является решающим фактором для дальнейшего повышения производительности у тренированных на выносливость спортсменов. Манипулирование интенсивностью и длительностью в рамках высокоинтенсивных тренировок играет важную роль для адаптации к выносливости.

Цель данного исследования состоит в том, чтобы проверить, является ли большая продолжительность аэробных высокоинтенсивных интервальных тренировок более эффективной, чем менее длинные интервалы при более высокой интенсивности у хорошо тренированных выносливых спортсменов. Показатели выносливости и аэробные характеристики были протестированы до и после 8-недельного интервального периода, когда 2 еженедельные сессии коротких или длинных интервалов, соответствующих усилиям, были добавлены к обычной тренировочной программе лыж-

ников. Мы предположили, что длительная продолжительность аэробных высокоинтенсивных интервальных тренировок улучшает показатели выносливости и аэробные характеристики в большей степени, чем более короткие интервалы при более высокой интенсивности.

Для решения задачи использовался экспериментальный подход. Для проверки гипотезы о том, что длительная аэробная высокоинтенсивная интервальная тренировка улучшает показатели выносливости и аэробные характеристики в большей степени, чем более короткие интервалы при более высокой интенсивности, было проведено исследование до и после интервенционной тренировки. Первоначально лыжники следовали одной и той же высокообъемной низкоинтенсивной тренировочной программе в течение 8-недельного базового тренировочного периода. После этого они были случайным образом распределены с короткими и длинными интервалами и контрольную группу по полу, баллам предварительного тестирования и базовому объему тренировок. Во время 8-недельного курса одной группе добавляли 2 еженедельных сеанса с короткими интервалами в 2-4 минуты (общая продолжительность работы 15-20 минут на тренировку), в то время как другой группе добавляли 2 еженедельных сеанса с длинными интервалами в 5-10 минут (общая продолжительность работы 40-45 минут на тренировку). Контрольным группам предписывалось проводить интервальные сеансы с максимальной интенсивностью. Контрольной группе добавили 2 еженедельные тренировки с низкоинтенсивной тренировкой выносливости (приблизительно 100 минут работы на сеанс). Тренировки проводились в течение летнего периода подготовки с сохранением постоянного распределения режимов упражнений в пределах и между базовым интервенционным периодами подготовки во всех группах.

Каждый лыжник был протестирован на 12-километровой пробной гонке на роликовых лыжах на открытом воздухе, в технике катания на коньках и 7-километровой пробной гонке на холме. Тесты имели 30-секундный интервал старта между лыжниками в случайном порядке. Перед каждым стартом выполнялась стандартизированная процедура прогрева (разминки) продолжительностью 30 минут. Соревнования на роликовых лыжах проводились по асфальтированной трассе протяженностью 12 км, стандартизированной в соответствии с руководством Международной лыжной Федерации. Каждый лыжник использовал одну и ту же пару роликовых лыж при предварительном и последующем старте. Эти роликовые лыжи не использовались между предварительными и последующими соревнованиями во избежание изменения сопротивления качению. Лыжники использовали свои собственные коньковые палки (длина палки = $89 \pm 2\%$ от высоты тела) с наконечниками палок для катания на роликовых лыжах по асфальту. 7-километровый пробег в гору был проведен на асфальте и имел средний наклон 4,5 %. Обе трассы соревнований были хорошо известны всем лыжникам, а время гонок лыжника фиксировалось двумя син-

хронизированными секундомерами (Regnly RT3, Emit AS, Осло, Норвегия). Во время соревнований были стабильные погодные условия без ветра, сухой асфальт как на тестовых, так и на послетестовых тренировках. Однако температура после тестирования была на 9°C холоднее (18° против 9°C). Для того, чтобы проверить, могли ли эти изменения температуры повлиять на сопротивление качению роликовых лыж и, следовательно, на производительность катания на роликовых лыжах на 12 км, был проведен тест сопротивления качению перед катанием на роликовых лыжах на 12 км (испытывали в обеих тестовых ситуациях одну и ту же пару роликовых лыж). Испытание на сопротивление качению проводилось 8 раз одним и тем же лыжником весом 75 кг, катящимся прямо вперед в наклонном положении туловища с углом 90° в локтевых и коленных суставах при постоянном снижении на 10%. От предварительного до тестирования средняя скорость при испытании сопротивления качению снизилась на $1,5 \pm 0,6\%$, с $5,8 \pm 0,0$ МС-1 до $5,7 \pm 0,1$ МС-1 ($P = 0,03$). Пилотные испытания перед началом исследования показали, что использование одного лыжника для испытания сопротивления качению дало репрезентативные результаты для группы изменений трения. Однако в настоящем исследовании мы не корректировали производительность для этого, и пост тестовые показатели в тесте на 12 километровую гонку на роликовых лыжах были немного занижены, чем тесты, проведенные до этого.

Целью настоящего исследования явилось сравнение влияния длительной аэробной высокоинтенсивной интервальной тренировки с более короткими интервалами при более высокой интенсивности на показатели выносливости и аэробные характеристики высококвалифицированных юниоров-лыжников. Настоящее исследование соответствовало интервальным сеансам для общего усилия и показало, что и высокоинтенсивные интервалы с большой длительностью, и более короткие интервалы с более высокой интенсивностью были эффективны для улучшения VO_{2max} . Однако большая продолжительность интервалов была наиболее эффективна для улучшения выносливости и поглощения кислорода. Эти результаты показывают важность высокоинтенсивных интервальных тренировок.

В соответствии с более ранними выводами это исследование демонстрирует, что увеличение количества аэробных высокоинтенсивных сеансов более эффективно, чем увеличение количества низкоинтенсивных сеансов для улучшения VO_{2max} у лыжников-бегунов. Не было никаких различий в улучшении VO_{2max} между 2 интервальными тренировочными группами в этом исследовании, что указывает на то, что и высокоинтенсивные интервалы с большой длительностью, и более короткие интервалы с более высокой интенсивностью дают эффективный стимул для усиления VO_2 . В целом наши результаты подтверждают более ранние исследования[1], предполагающие, что аэробные высокоинтенсивные тренировки являются ключевым фактором улучшения VO_{2max} в хорошо обученных

группах. Однако это первое исследование в котором сравниваются эффекты продолжительности и интенсивности аэробных высокоинтенсивных интервалов на $\text{VO}_{2\text{max}}$ у таких хорошо тренированных спортсменов.

Настоящее исследование демонстрирует, что большая продолжительность аэробных высокоинтенсивных интервалов была более эффективной для улучшения показателей выносливости, чем более короткие интервалы с более высокой интенсивностью. Интенсивность и продолжительность интегрированы как сигнальные компоненты в адаптивном ответе на тренировку выносливости, и оптимальное проектирование интервальных сессий является предметом постоянных дискуссий. Практически небольшие изменения интенсивности связаны с большим повышением утомляемости и уменьшением переносимой физической нагрузки вследствие длительности высокоинтенсивных интервальных занятий. Настоящее исследование показывает, что для улучшения показателей выносливости может быть правильным несколько снизить интенсивность и использовать более длительные интервалы у тренированных на выносливость спортсменов. В связи с тем, что, эта тема недостаточно исследована, необходимо продолжить изучение этого вопроса.

Улучшения в производительности длинно интервальной группы и $\text{VO}_{2\text{VT}}$ по сравнению с коротко интервальной указывают на то, что более длительные интервалы ЧСС (максимальная частота сердечных сокращений) также улучшают выносливость независимо от изменений в $\text{VO}_{2\text{max}}$ [2]. Предполагается, что такие эффекты тренировки на выносливость вызваны периферическими улучшениями на мышечном уровне, например, митохондриями и функцией аэробных ферментов, и далее связаны с большей утилизацией кислорода при быстроедействии у выносливых спортсменов.

Уникальным для данного подхода было то, что описания интервальных тренировок основывались на изоэфортном сопоставлении, которое отличается от других контролируемых исследований, сравнивающих различные программы тренировок с использованием изоэнергетического сопоставления. Мы считаем, что наш метод имеет обоснованность, поскольку он основан на реальном тренировочном опыте. С точки зрения высококвалифицированных спортсменов, легче выполнять больше работы при более низкой интенсивности упражнений, а изоэнергетическое соответствие недооценивает работу, которую спортсмены могут выполнять при более низкой интенсивности[3].

По причине оптимизации адаптивных реакций и производительности от тренировки на выносливость проектирование аэробных высокоинтенсивных интервальных занятий является важным вопросом для тренеров и спортсменов в видах спорта на выносливость. Эта тема еще полностью не раскрыта в научной литературе и поэтому является предметом постоянных дискуссий[4]. Приложения из этого исследования применимы как для тре-

неров, так и для ученых. Они показывают, что VO2Макс может быть улучшен как путем добавления аэробных высокоинтенсивных интервальных сеансов с большой продолжительностью, так и с помощью более коротких интервалов с более высокой интенсивностью. Тот факт, что более длительные интервалы дополнительно увеличивают выносливость, является важным открытием для практики. Однако это исследование проводилось только в течение 8 недель, последствия высокоинтенсивных интервальных тренировок в течение более длительного периода среди высококвалифицированных спортсменов все еще требуют дальнейшего изучения.

Список использованной литературы:

1. Гусейнов А. А., Давлетов В. И. Использование современных технических средств при проведении занятий по тактико-специальной подготовке. В сборнике : Вопросы совершенствования физической, тактико-специальной и огневой подготовки сотрудников полиции к оперативно-служебной деятельности. – 2020. – с. 36–41.

2. Гусейнов А. А. Пути повышения эффективности деятельности сотрудников полиции в условиях оптимизации кадровых ресурсов Евразийский юридический журнал. – 2016. – № 5 (96). – С. 247–248.

3. Носова Д. Х., Давлетов В. И. Использование высокоинтенсивных интервальных тренировок по плаванию // Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции / год общей редакцией О. С. Носова. – 2020. – С. 102–105.

4. Пестерев Н. Н., Архипов Е. В., Давлетов В. И. Исследование зависимости результата стрельбы после преодоления полосы препятствий от частоты сердечных сокращений у курсантов вузов МВД России Евразийский юридический журнал. – 2020. – № 3 (142). – С. 282–284.

© Носова Д. Х., 2021

© Давлетов В. И., 2021

УДК 377.6.018.43:351.74:614.4(470)

Д. В. Ковалев – старший преподаватель кафедры тактико-специальной подготовки Восточно-Сибирского института МВД России (г. Иркутск)

ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ

С марта 2020 года наш вуз перешел на удаленное обучение как курсантов, так и слушателей, проходящих подготовку по программам профес-

сионального обучения лиц, впервые принятых на службу в органы внутренних дел.

Нами не случайно акцентировано внимание на категориях обучающихся лиц. Дело в том, что для курсантов учеба – это единственное занятие, которому они должны посвящать себя полностью во время удаленного обучения.

Что касается слушателей, то это те граждане, которых уже приняли на службу, т. е. во время обучения они находятся на своих рабочих местах, но при этом специальных знаний, необходимых для выполнения служебных обязанностей, у них нет.

Педагогическим работникам необходимо понимать описываемую разницу в положении обучаемых, поскольку при проведении занятий с помощью дистанционных технологий невозможно требовать соблюдения одинаковых условий от курсантов и от слушателей.

Поясним свою мысль.

Согласно расписанию занятий, курсанты в положенное время обязаны занять место у компьютера и приступить к обучению.

Для занятий со слушателями также составляется расписание, и на этом сходство и заканчивается. Как уже упоминалось, слушатель, находясь на дистанционном обучении, совмещает обязанности обучающегося со своими должностными обязанностями, которые с него никто не снимал.

Закон «О полиции» говорит о том, что к несению службы в условиях, связанных с опасностью применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия, не допускаются сотрудники, не прошедшие профессиональное обучение и периодическую проверку знаний и умений [1]. Но в должностных инструкциях работающих слушателей есть и иные обязанности, которые им также необходимо выполнять. Кроме того, не все слушатели несут службу в городах и крупных населенных пунктах, некоторые из них служат в небольших деревнях, в которых отсутствует выход в интернет.

И получается, что курсант в любое время может и обязан присутствовать на онлайн-занятии с преподавателем, а слушатель этой возможности лишен.

В связи с невозможностью присутствия на занятии с преподавателем необходимого количества слушателей, их обучение фактически сводится к самостоятельному обучению по предложенным преподавателем материалам.

Однако, преподаватель имеет возможность отслеживать процесс обучения слушателей благодаря получаемым ими в системе дистанционного обучения оценкам за решение тестовых заданий.

Сложившаяся в результате пандемии система образования катастрофически сказывается на изучении прикладных дисциплин, в частности таких, как физическая и огневая подготовка. Ведь можно сколько угодно по-

казывать картинки правильного выполнения приемов борьбы или прицеливания из огнестрельного оружия, но грамотно задержать преступника или применить оружие на практике это поможет слабо. А уж тем более в настоящее время, когда для предотвращения массового скопления людей даже в действующих подразделениях были отменены занятия по боевым приемам борьбы и стрельбам.

В результате сложилась ситуация, когда официально принятые и обученные сотрудники имеют слабую профессиональную подготовку. К сожалению, избежать таких результатов в условиях пандемии мы были не в силах, поэтому сейчас необходимо принять меры по преодолению сложившегося положения дел.

С нашей точки зрения, наиболее разумным будет после снятия всех ограничений, провести в подразделениях внеплановую проверку знаний сотрудников по части, касающейся главы 5 закона «О полиции» сдачу зачетов по физической и огневой подготовке. Особое внимание при этом следует обратить на лиц, приступивших к выполнению своих обязанностей в период пандемии. При выявлении грубых ошибок у сотрудников, внепланово направить их на повышение квалификации, в ходе которого их знания достигнут должного уровня.

Список использованной литературы:

1. О полиции : федеральный закон от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ : ред. от 2 июля 2013 г. // Собр. законодательства Рос. Федерации. – 2011. – № 7. – Ст. 900; Рос. газ. – 2013. – 10 июля.

© Ковалев Д. В., 2021

УДК 799.311.2:796.015.132-057.875(470)

Р. С. Каленик – преподаватель кафедры тактико-специальной, огневой и физической подготовки, Владивостокский филиала Дальневосточного юридического института МВД России (г. Владивосток)

ВЛИЯНИЕ РАЗВИТИЯ ВЕРХНЕГО ПЛЕЧЕВОГО ПОЯСА КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ НА КАЧЕСТВО СТРЕЛЬБЫ ИЗ ПИСТОЛЕТА МАКАРОВА

Ежегодно от рук преступников гибнет огромное количество людей, в том числе и сотрудников полиции, которые выполняют свой служебный

долг, охраняя закон и порядок. За последние несколько лет отмечается тенденция увеличения количества преступлений, связанных с применением огнестрельного оружия со стороны преступного сообщества.

Количество преступлений с применением огнестрельного оружия за пять лет в России выросло на треть. Если в 2008-2011 годах число преступлений с применением огнестрельного оружия понизилось с 4400 до 3818, то после 2011 года оно стало стабильно расти. Пиковым стал 2015 год, когда с применением огнестрельного оружия было совершено 5,4 тыс. преступлений. В 2016 году в России было совершено 4992 таких преступления — на 30% больше, чем в 2011 году.

Огневой подготовке в системе МВД России всегда уделялось особое внимание, ведь как ранее нами было замечено, от мастерства владения огнестрельным оружием зависит не только поражение преступника, в отношении которого имеются основания для применения огнестрельного оружия, но и жизнь и сотрудников, и мирных граждан.

В настоящее время пистолет стал наиболее доступным индивидуальным огневым средством, используемым в целях самообороны, для служебного пользования. Романенко Н.В. и Иванов Д.И. отмечают, что стрельба из пистолета является прикладным видом спорта, входящим в военно-спортивную классификацию, которая включает в себя соревнования по стрельбе из пистолета [1].

Для попадания в цель необходимо много тренироваться. Есть определенные составляющие, необходимые для развития умения хорошо стрелять, к ним относятся постоянные тренировки по стрельбе, спортивная подготовка и обучение по методикам повышения мастерства владения оружием [2].

По мере того, как совершенствовались конструкции оружия, совершенствовались и навыки владения пистолетами. В настоящее время разработаны различные методики, благодаря которым можно повысить навыки владения оружием.

Гаачечиладзе Я. В. и Орлов В. А. в своих трудах отмечают необходимость спортивных тренировок для достижения высоких результатов, потому что любое физическое упражнение характеризуется определенной интенсивностью, степенью напряжения и продолжительностью. Следовательно, выполнение любого такого упражнения будет требовать от организма проявления таких качеств, как выносливость, сила, быстрота, ловкость и гибкость и со временем приведет к улучшению этих же качеств, что положительно скажется на навыке стрельбы [3].

Вайнштейн Л.М. считает, что в технике стрельбы из пистолета можно выделить три элемента, связанные с проявлением физической силы: силу мышц, удерживающих руку с оружием в положении изготовки, силу кисти руки, удерживающей рукоятку пистолета, силу указательного пальца, осуществляющего выжим спуска [3].

Мышцы плечевого пояса и сам плечевой пояс играют важную роль, так как выступают связующим звеном между туловищем и верхними конечностями. К данным мышцам относятся мышцы рук, верхней части спины и шеи.

Развитие указанных мышц необходимо для улучшения здоровья, осанки, а также для совершенствования качества стрельбы. Кривцов А. С., Соколан И.В. отмечают, что занятия спортивной стрельбой сопряжены со значительными статическими нагрузками и вносят некоторые изменения в организм спортсмена: образование дефектов осанки и стопы, что вызывает нарушение анатомической целостности, физиологических функций в органах или тканях [4].

Целью данной статьи является определение влияния развития мышц верхнего плечевого пояса на качество стрельбы из пистолета Макарова в упражнении ПБ-1(стрельба по неподвижной мишени). Для достижения поставленной цели нами было проведено исследование, задачей которого было определить степень развития мышц верхнего плечевого пояса у стрелков разных спортивных квалификаций.

В качестве респондентов были выбраны курсанты Владивостокского филиала Дальневосточного юридического института МВД России. Для исследования было сформировано две группы: в первую группу вошли стрелки (11 человек), имеющие первый спортивный разряд, во вторую группу (10 человек) вошли спортсмены 2 и 3 разряда. Стрелкам предлагалось выполнить ряд упражнений на силовую выносливость в статическом режиме. Все упражнения выполнялись на обе руки, в упражнении динамометрии учитывался средний показатель, выполненный правой и левой рукой. Статистическую значимость мы определяли с помощью критерия Стьюдента, который по окончании эксперимента во всех упражнениях на силовую выносливость в статическом режиме был равен $p \leq 0.01$, что свидетельствует о значимости полученных данных.

Показатели развития мышц верхнего плечевого пояса у стрелков разных спортивных квалификаций

Наименование упражнений	Средний показатель спортсменов 1 группы (КМС и 1 разряд)	Средний показатель спортсменов 2 группы (2 и 3 разряд)	Показатель статистической значимости критерия Стьюдента
Динамометрия	72 кг	67 кг	$p \leq 0.01$
Удержание гантелей (5 кг.) перед собой на вытянутых руках	2,46 сек.	2,15 сек.	$p \leq 0.01$
Удержание гантелей (5 кг.) в стороне на вытянутых руках	2,55 сек.	2,23 сек.	$p \leq 0.01$
Вис на перекладине (с собственным весом)	64 сек.	58 сек.	$p \leq 0.01$

Таким образом, согласно показателям развития мышц верхнего плечевого пояса у стрелков разных спортивных квалификаций, представленным в таблице, можно сделать вывод о том, что у стрелков 1 группы, имеющих более высокую спортивную квалификацию, силовая выносливость мышц верхнего плечевого пояса более развита, чем у стрелков 2 группы, квалификация которых несколько ниже. Показатели, представленные в таблице, говорят о том, что в учебно-тренировочный процесс, направленный на повышение качества стрельбы стрелков, а соответственно и спортивной квалификации, необходимо включать упражнения общей физической подготовки, направленные на совершенствование силовой выносливости данных мышц.

Далее мы провели еще один эксперимент для того, чтобы определить степень влияния выполнения упражнений силовой выносливости в подготовке стрелков на качество стрельбы в упражнении ПБ-1 (без ограничения по времени). Для проведения данного эксперимента нами было сформировано две группы: контрольная и экспериментальная. Обе группы состояли из 10 курсантов, имеющих 3 спортивный разряд по стрельбе из пистолета Макарова в упражнении ПБ-1. Для того чтобы можно было сравнить показатели стрелков до проведения эксперимента и после, все стрелки выполняли упражнение ПБ-1 согласно условиям и порядку данного упражнения.

Спортсмены экспериментальной группы помимо постоянных тренировок в стрельбе из пистолета Макарова регулярно 1 раз в неделю посещали тренажерный зал, где выполняли комплекс упражнений для развития силовой выносливости мышц верхнего плечевого пояса, а спортсмены контрольной группы регулярно посещали только тренировки по стрельбе, дополнительно не выполняя никаких упражнений для общей физической подготовки. Данный эксперимент длился 3 месяца. Комплекс упражнений, который выполняли спортсмены первой группы, состоял из следующих упражнений.

1. Сжатие и разжатие кистевого эспандера, где за 2 минуты спортсмен должен сделать максимальное количество повторений кистями обеих рук.

2. Вис на турнике, где в положении вис на перекладине стрелок должен провисеть максимально долгое время, ноги при этом не должны касаться земли или пола.

3. Удержание гантелей весом около 5 кг. Для выполнения данного упражнения стрелок должен взять гантели каждой рукой и поднять руки в стороны, удерживая их на весу максимально возможное время. Вес гантелей подбирается таким способом, чтобы максимальное время удержания не превышало 2 минут.

4. Отжимание на пальцах, где стрелок из положения упор лежа должен выполнить максимальное количество сгибаний и разгибаний на пальцах. Спину необходимо держать прямо, не выгибаться и не совершать ни-

каких рывковых движений, в нижней точке грудью обязательно касаться пола. Необходимо выполнять упражнение данное упражнение не менее 10 раз, при невозможности выполнить указанное количество раз стрелку разрешается не выполнять касание грудью пола.

5. Сгибание запястий с металлическим шестом в положении сидя. Для выполнения упражнения необходимо сесть на стул, ноги согнуть под углом 90 градусов, спину держать прямо, взять в руки шест, положить руки ладонями вверх, кисти и запястья должны выходить за уровень коленей, после чего согнуть руки в запястьях и потянуть их наверх, вернуть в исходное положение. Вес шеста подобрать таким образом, чтобы количество повторений не превышало 60 раз.

Стрелки экспериментальной группы выполняли данный комплекс один раз в неделю по 2-3 серии в каждом упражнении, после данной тренировки требовалось два дня отдыха, после чего проходила обычная тренировка по стрельбе. Стрелки контрольной группы не выполняли данные упражнения, но регулярно вместе со стрелками экспериментальной группы посещали учебно-тренировочные занятия, где совершенствовали навыки стрельбы.

Спустя 3 месяца обе группы были собраны в тире для проведения контрольных стрельб с целью выявления изменений качества показателей в стрельбе из пистолета Макарова при выполнении упражнения ПБ-1.

В ходе проведенного эксперимента установлено, что общее количество очков, выбитых стрелками контрольной группы увеличилось с 827 до 832 (0,6 %), т.е. наблюдалось незначительное повышение результативности, при этом не было ни одного стрелка, у которого показатели стрельбы стали бы ниже, чем до проведения эксперимента. Данный не значительный прирост мы можем объяснить тем, что во время регулярных тренировок происходило совершенствование всех необходимых двигательных умений и навыков, специфических для огневой подготовки. Что касается экспериментальной группы, то количество выбитых очков увеличилось с 829 до 856, что составило 3,2 %, что в 5,4 раз больше аналогичного показателя контрольной группы. Данную, на наш взгляд, существенную разницу мы можем объяснить не только совершенствованием всех необходимых двигательных умений и навыков, специфических для огневой подготовки, но и выполнением комплекса упражнений, направленных на совершенствование силовой выносливости мышц верхнего плечевого пояса.

Таким образом, на основании полученных данных можно сделать вывод о том, что включение упражнений, направленных на развитие силовой выносливости мышц верхнего плечевого пояса, на занятиях по огневые подготовки способствует повышению качества стрельбы и вероятности попадания в мишень или цель, что, в свою очередь, говорит об их высокой эффективности и. в целом, о повышении качества учебно-тренировочного процесса.

Мы также считаем, что для выполнения упражнений, направленных на развитие выносливости верхнего плечевого пояса, в большинстве случаев, не нужно использовать какое-либо специализированное оборудование и инвентарь, вполне достаточно составить комплекс упражнений с собственным весом и самым простым инвентарем, рационально выстроить при этом методику подготовки. Мы рекомендуем включать упражнения для развития силовой выносливости верхнего плечевого пояса в регулярные тренировки стрелков. В первую очередь, это касается тех курсантов, которые имеют низкие и нестабильные показатели, также эти упражнения нужны остальным курсантам в целях совершенствования стрелковых навыков.

Список использованной литературы:

1. Афиногенов Т. П., Каленик Р. С. Особенности обучения курсантов образовательных организаций МВД России скоростной стрельбе из пистолета Макарова на начальном этапе. В сборнике : Актуальные вопросы огневой и тактико-специальной подготовки сотрудников правоохранительных органов Российской федерации. Сборник научных статей по итогам Всероссийской научно-практической конференции. 2020. – С. 13–18
2. Вайнштейн Л. М. Оружие – пистолет! : учебно-методическое пособие по стрельбе из пистолета. URL: http://www.shooti№g-ua.com/books/book_15.htm#7 (дата обращения: 25.03.2021).
3. Гаачечиладзе Я. В., Орлов В. А. Физическая подготовка стрелка: учебное пособие. – М. : ДОСААФ, 1984.
4. Кривцов А. С. Профилактика нарушений осанки у студентов не физкультурных вузов, занимающихся пулевой стрельбой из винтовки / А. С. Кривцов, И. В. Соколан, Е. С. Палехова // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – Харьков, 2008. – № 4.
5. Романенко Н. В., Иванов Д. И. Показатели, характеризующие готовность курсантов военно-учебных заведений к соревнованиям по стрельбе из пистолета // Учебные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2016. – № 2 (132).

© Каленик Р. С., 2021

Р. А. Ахияров – преподаватель кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

О ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

В последнее время ситуации, происходящие в мире, а также в России заставляют переосмыслить и поменять отношение к личной безопасности сотрудника полиции. Особое значение и актуальность в проблеме личной безопасности сотрудника органов внутренних дел имеет жизнь и здоровье, к безопасности которых сотрудник относится не всегда ответственно. Хотя именно от личной безопасности сотрудника зависит эффективность решения повседневных или особых (специальных) задач, которые он выполняет, тем самым служа закону и народу.

Сотрудниками полиции зачастую очень мало уделяется внимание именно личной безопасности, так сотрудники и обучающиеся образовательных организаций МВД России, к сожалению, не воспринимают ситуации, в которых могут оказаться или оказываются, с полной ответственностью выполняя служебные обязанности.

Личная безопасность обучающихся заключается в получении индивидуальных навыков, знаний, умений, которые не только помогут в критической ситуации, но и помогут защитить себя от преступного посягательства в повседневной деятельности. В целях совершенствования подготовки и обеспечения личной безопасности стоит больше внимание уделять отработке практических навыков, связанных с нестандартной ситуацией на пределе физических и психологических нагрузок. Стоит использовать сбивающие, отвлекающие действия, слова, задания и т.д. При этом не стоит забывать про полученную сотрудником полиции подготовку ранее.

Если не акцентировать внимание и не уделять большого значения подготовке бывших школьников к будущей профессии, либо людей пришедших в ОВД с «гражданки» мы просто можем в будущем увидеть ежедневные происшествя, связанные с получением увечий, ранений, а также убийств. Именно соблюдение элементарных правил личной безопасности в различных ситуациях помогают сохранить не только здоровье, но и жизнь в критических ситуациях [2; с. 368].

Сотруднику полиции необходимо думать, анализировать каждую ситуацию, в которую он попадает в связи с этим отработать навыки и действия с применением огнестрельного оружия и физической силы в темном или ограниченном пространстве. Согласно статистическим данным эффективность некоторых сотрудников полиции в реальной ситуации минимальна.

В тоже время невозможно отработать все ситуации, с которыми сотрудник полиции может столкнуться. Однако необходим такой вид отработки как моделирование ситуации и выполнение алгоритма действий в различных ситуациях. Отработка специальных и тактических элементов и приемов должна отрабатываться не один, а сотни раз и войти в повседневную служебную деятельность сотрудника [3; с. 273]. Также не мало важным является отработка прямого контакта с потенциальным правонарушителем: подход к правонарушителю, нахождение рядом, наблюдение за третьими лицами, задержание правонарушителя, посадка и высадка правонарушителя из автомобиля, последующее доставление и передача его другому сотруднику полиции и т. д. Отрабатываемые навыки помогут выполнить поставленную задачу и сохранить здоровье.

Стоит не забывать, что обеспечение личной безопасности это, прежде всего и обеспечение внутренней безопасности и уверенности, которая входит в основы психологической подготовки. Если подготовить будущего сотрудника к возможным угрозам и опасностям психологически, то и физически он подготовится намного быстрее. Практически доказано, что отработка практических навыков при их постоянной тренировке может быть достигнута любым сотрудником. Отдельно необходимо уделять внимание морально-волевым качествам.

К мерам и действиям обеспечения личной безопасности относятся не только профессиональные, тактические, специальные и психологические действия, но также и защита персональных данных [1; с. 55], которые любой человек в том числе сотрудник полиции распространяет как в социальных сетях (Telegram, Instagram, Вконтакте, Одноклассники, Facebook, ICQ, WhatsApp) и сети Интернет, а также в течение дня. К сожалению, некоторые сотрудники полиции относятся к предоставлению, передаче персональных данных не совсем ответственно. Несоблюдение элементарных мер обеспечения личной информационной безопасности, может негативно сказаться не только на самих сотрудниках, обучающихся, но также и на их родственниках. Не стоит размещать и предоставлять информацию о себе или своих родственниках, касающуюся принадлежности к правоохранительным органам, это как минимум обеспечит какую-то защиту, а возможно поможет в служебной деятельности. Также большой ошибкой будет недооценка опасности, что с ними неприятности не произойдут. Рассматривая случаи причинения вреда и результаты опроса действующих сотрудников ОВД, можно сказать что крайне редко сотрудники полиции находясь на дежурстве или осуществляя различные задачи по охране общественного порядка и безопасности в полной мере не использовали приемы и методы профессиональной подготовки, так как не видели угрозы со стороны правонарушителей. Но стоит запомнить, что при любой ситуации не стоит недооценивать правонарушителя.

Список использованной литературы:

1. Ахияров Р. А. О некоторых вопросах защиты персональных данных в сети интернет обучающимися образовательных организаций силовых ведомств // Сборник материалов II Международной научно-практической конференции «Современные цифровые технологии в деятельности образовательных организаций силовых ведомств: концепция, практика, инновации». – Уфа, 2020. – С. 53–56.

2. Огрыза А. В., Таран А. Н. Культура обращения с оружием как основа безопасности // Евразийский юридический журнал. – 2020. – № 8 (147). – С. 367–368.

3. Огрыза А. В. Специфика огневой подготовки сотрудников подразделений государственной защиты // Деятельность органов внутренних дел по обеспечению безопасности лиц, подлежащих государственной защите в современных условиях: вопросы теории и практики. – 2017. – № 4. – С. 272–276.

© Ахияров Р. А., 2021

УДК 355.541.1:351.741.088.4:159.94(470)

А. С. Балув – преподаватель кафедры огневой подготовки Уральского юридического института МВД России (г. Екатеринбург)

ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА КАК ФУНДАМЕНТ МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СОТРУДНИКОВ МВД РОССИИ

Огневая подготовка является неотъемлемой частью подготовки обучающихся, слушателей и сотрудников правоохранительных органов. Прежде всего огневая подготовка помогает будущему сотруднику сформировать правильный психологический настрой, который необходим в работе. Стрельба является одним из сложнейших видов спорта, в котором успех зависит не только от технических способностей обучающихся или точного выстрела, но и от сформированности психологической устойчивости, именно поэтому во многих учебных организациях военного типа преподается огневая подготовка.

Огневая подготовка имеет не малое количество интерпретаций, одна из которых звучит следующим образом: огневая подготовка – это обучение

личного состава Вооружённых сил или правоохранительных органов по применению штатного оружия для поражения целей в бою.

Основной целью огневой подготовки является формирование у сотрудников органов внутренних дел РФ устойчивых навыков по поддержанию огнестрельного оружия в постоянной боевой готовности, а также по ведению упреждающего и эффективного огня в экстремальных ситуациях, в зависимости от сложившейся оперативной обстановки [1].

При этом важно учитывать, что при изучении огневой подготовки у обучающихся формируются профессиональные компетенции такие, как способность оказывать первую помощь, обеспечивать личную безопасность и безопасность граждан в процессе решения служебных задач, обеспечивать законность и правопорядок, безопасность личности, общества и государства.

Все вышеперечисленные компетенции формируются только при высокой психологической устойчивости сотрудников правоохранительных органов.

Часто встречаются ситуации, когда сотрудники МВД, ФСБ, ФСО или обучающиеся испытывают страх перед оружием. Это говорит о моральной неготовности стрелка (при выстреле закрывают глаза, судорожно сжимают пистолет, даже выпускают из рук само оружие, что категорически не приветствуется и очень опасно во время стрельбы). Однако вышеперечисленные реакции вполне нормальны, так как каждый человек должен стремиться перебороть свой страх. Человек, не готовый к стрельбе с психологической точки зрения, не сможет правильно произвести выстрел, поскольку стрельба будет вызывать у него чувство страха и тревоги, доминирующее в работе центральной нервной системы. Именно на началах обучения стрельбе, руководитель должен правильно настроить обучающихся более правильного формирования психологической устойчивости.

Один из немаловажных приказов МВД России от 10 августа 2012 года № 777 «Об организации морально-психологической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» определил, что сотруднику правоохранительных органов необходимо знать программы морально-психологической подготовки, выполнять требования, быть профессиональным сотрудником и не быть замешанным в коррупционных делах, уметь применять устойчивую психологию во время исполнения служебной деятельности [5].

На учебных занятиях преподавателю необходимо сформировать у обучающегося или слушателя потребность в самовоспитании воли, необходимой для успешного преодоления трудностей в процессе обучения огневой подготовке. В своей дальнейшей служебной деятельности сотрудник ОВД должен уметь правильно оценивать ситуацию, осознавать содержание своих действий, понимать и чувствовать волевое состояние, направленное на решение возникшей проблемы. Так академик И.М. Сеченов ут-

верждал: «Всякое волевое действие есть действие разученное. Ни один человек не может волевым образом выполнить действие, если он не знает, как его надо выполнять» [2].

Итак, прежде всего, стоит разобраться, что такое психологическая устойчивость и как его развить.

Психологическая устойчивость – это мера индивидуальной стойкости и уверенности, которая может предсказать успех в спорте, образовании и в работе. В дополнительной литературе выделяют четыре аспекта психологической устойчивости: надежда, оптимизм, стойкость, адаптируемость [4]. Конечно, присутствие всех четырех элементов во время стрельбы необходимо, однако стойкость и адаптируемость являются важнейшими аспектами. Стойкость помогает достигнуть необходимой цели, не сдаваться при столкновении с трудностями, адаптируемость помогает приспособиться к окружающей среде. Психологическая устойчивость должна проявляться не только во время допроса или задержания особо опасного преступника, но и во время стрельбы из огнестрельного оружия. Опытный сотрудник полиции всегда знает, как и в каких обстоятельствах применять огнестрельное оружие. Необходимо уделять больше внимания психологической подготовке сотрудника ОВД РФ [3].

Как же развить в себе правильную психологическую устойчивость? Ответ на этот вопрос неоднозначен, выделим основные правила развития психологической устойчивости.

Во-первых, это высокая дисциплина и самомотивация. Два данных элемента взаимосвязаны между собой: мотивация помогает двигаться вперед и не сдаваться, а без дисциплины все достижения могут быть перечеркнуты ленью. Поэтому необходимо иметь правильную цель и соблюдать дисциплину.

Во-вторых, взятие ответственности. Хорошая психологическая подготовка обязует брать на себя обязательства за те дела, которые ты начал. Это означает, что нужно идти к достижению необходимой цели.

В-третьих, умение терпеть дискомфорт. Если вы не в состоянии терпеть дискомфорт, то с большой долей вероятности станете принимать неверные решения и дадите волю негативным эмоциям. В обратном случае вы сможете контролировать эмоции и выдавать максимальный результат, несмотря на неудобства.

Не позволяйте внешним обстоятельствам негативно влиять на свои решения и мышление [4].

Осуществление огневой подготовки обучающихся и слушателей образовательных учреждений МВД России и всей правоохранительной системы в целом в креативно-акцентных системах обучения позволяет обеспечить не только достижение общей цели, определенной в соответствии с действующими нормативными документами, но и достижение локальных целей, одной из которых может стать формирование такого важного для

сотрудника ОВД личностного качества, каким является морально-психологическая устойчивость в различных экстремальных ситуациях, в том числе – и в чрезвычайных ситуациях террористического характера.

Список использованной литературы:

1. Байрамов С. А. Тактико-психологические вопросы организации тренировочного процесса в стрелковых служебно-прикладных видах спорта // Вопросы организации тренировочного процесса в стрелковых служебно-прикладных видах спорта в системе МВД России. – 2019. – № 1.

2. Огневая подготовка как условие формирования морально-психологической устойчивости // Cyberleninka. URL: file:///C:/Users/79126/Desktop/ognevaya-podgotovka-kak-uslovie-formirovaniya-moralno-psihologicheskoy-ustoychivosti.pdf (дата обращения: 25.03.2021).

3. Благодатин А. Б., Гурылев В. И., Чебаев А. А. Морально-психологическая устойчивость курсантов МВД на занятиях по огневой подготовке // Аллея Науки. – 2017.

4. Психологическая устойчивость // 4brai № URL: <https://4brai№.ru/blog/развить-психическую-устойчивость>.

5. Акт министерств и ведомств "Об организации морально-психологической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации" от 10.08.2012 № 777 // Собрание актов Президента и Правительства Российской Федерации. с изм. и допол. в ред. от 29.11.2016

© Балуев А.С.

УДК 378.635.016:796(470)

Д. В. Горынин – преподаватель кафедры тактико-специальной, огневой и физической подготовки Владивостокского филиала Дальневосточного юридического института МВД России (г. Владивосток)

НЕТРАДИЦИОННЫЕ ВИДЫ СПОРТА В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СОТРУДНИКОВ МВД (НА МАТЕРИАЛАХ УМВД ГИБДД РФ ПО ПРИМОРСКОМУ КРАЮ)

Сотруднику ГИБДД РФ, как и любому другому человеку, спорт не только помогает достигнуть физического совершенства, но и развивает силу воли, позволяет быть более успешным в профессиональном плане. Все больше сотрудников выбирают здоровый образ жизни, причем зачастую к

этому их подталкивает интерес к различным видам спорта, в том числе неофициальным (нетрадиционным), часть которых достаточно распространена и в образовательных организациях МВД России, и среди сотрудников ОВД [2, 3, 5]. В настоящее время в связи с возрастающей популярностью неформальных, уличных видов спорта становится актуальным их теоретическое и практическое изучение.

К нетрадиционным видам спорта относятся следующие:

- 1) восточные единоборства;
- 2) атлетическая гимнастика;
- 3) водная аэробика;
- 4) растяжка (стретчинг);
- 5) йога;
- 6) BMX;
- 7) кинологический спорт;
- 8) пейнтбол;
- 9) сноуборд;
- 10) пауэрлифтинг;
- 11) воркаут.

Проведя опрос сотрудников УМВД ГИБДД РФ по Приморскому краю, мы выяснили, что а) занятия нетрадиционными видами спорта, перечисленными выше, у них не проводятся; б) сотрудники в 72% случаев положительно отзывались о перспективе занятий нетрадиционными видами спорта в процессе физической подготовки. Следовательно, данный вопрос актуален для разработки.

Раскроем основные аспекты занятий стретчингом и воркаутом. Занятия стретчингом выступают непременной частью тренировочного процесса, направленного на повышение гибкости и мышечной силы [4]. В связи с этим на занятиях по физической культуре сотрудникам системы МВД России уместно использовать разнообразные виды упражнений стретчинга, как активного, так и пассивного.

Например, пассивный стретчинг подразумевает под собой вид упражнений, при котором растягивание достигается воздействием посторонней силы, а мышца остается в пассивном состоянии. При смене интенсивности силовых нагрузок, а также использовании разнообразных видов растяжек для отдельных мышц в процесс могут вовлекаться почти все мышечные группы [8].

К пассивным упражнениям стретчинга, которые могут быть применены в физической подготовке сотрудников ГИБДД, можно отнести движения, которые выполняются с партнером, движения, которые выполняются с использованием собственной силы, движения, которые выполняются на снарядах, где для отягощения используется вес собственного тела; движения, которые выполняются с разнообразными отягощениями. Ак-

тивными упражнениями стретчинга – это махи ногами и руками; наклоны и разнообразные вращательные движения.

В настоящее время сложилось несколько классификаций стретчинга, как нетрадиционного вида спорта. В современных отечественных изданиях стретчинг представлен в некоторых направлениях реабилитации спортсменов после травмы в виде динамического, баллистического и статического. Динамический стретчинг основан на медленных движениях на растяжение и удержание мышц в итоговом предельном положении. Баллистический стретчинг основан на махах рук и ног, сгибании туловища с максимальной амплитудой и сохранением при этом специального темпа. Статический стретчинг представляет собой медленное растяжение, посредством которого достигается определенное положение (поза), удерживаемое на протяжении от 30 до 60 секунд. Время удержания определенного положения зависит от степени подготовленности занимающегося [6].

Выделяют также классификацию стретчинга, основанную на глубине растяжения мышц: обычный и глубокий стретчинг. Обычный стретчинг отличается тем, что при его выполнении мышца растягивается до первоначальной длины. На этот процесс уходит не более 30 секунд. Глубокий стретчинг позволяет растянуть мышцу до новой длины. Процесс таких упражнений является более продолжительным и может достигать 5 минут [7].

Упражнения стретчинга направлены на растяжку почти всех мышц человека, в том числе на мышцы: шеи, рук, плеч, спины и груди, предплечья и кисти, брюшного пресса и области талии, таза и ягодиц, бедер, голени и стопы [5].

Во время стретчинга важно осуществлять движения мягко, неторопливо и без рывков. При сильных болевых ощущениях, возникающих в процессе стретчинга, необходимо прервать упражнение, в противном случае можно не расслабить мышцу, а возбудить ее рефлекторное сокращение. Выполнение упражнения должно сопровождаться чувством комфорта и устойчивости. На занятиях по стретчингу необходимо отключиться от происходящего, сконцентрировать свое внимание на той части тела, которая подвергается растяжке. Дыхание должно быть глубоким, ровным, без задержки [9].

В настоящее время сложилась целая система отдельных рекомендаций по составлению программ растяжки в рамках стретчинга, как вида нетрадиционного спорта:

- 1) границами всякой тренировочной деятельности обязательно должны быть разминка и заминка;
- 2) комплекс упражнений по стретчингу должен объединять упражнения на каждую базовую группу мышц;
- 3) на каждый сустав выполняются несколько упражнений, разных по направленности;

4) рамкой тренировочной программы выступают статические, а не динамические упражнения [6].

Разумеется, стретчинг не всегда оказывает только положительное влияние на физическую подготовку определенной группы людей. Существует ряд людей, у которых имеются противопоказания к занятиям стретчингом, в том числе по причине возможного повторного или дополнительного травматизма [3]. К таким противопоказаниям относят:

- 1) перенесенные в прошлом переломы позвоночника или осложненные переломы рук и ног;
- 2) неподвижность коленных суставов;
- 3) тяжёлые хронические болезни;
- 4) злокачественные опухоли;
- 5) тяжёлый остеохондроз;
- 6) серьёзные заболевания костей и связок;
- 7) период после любого хирургического вмешательства.

С осторожностью следует заниматься стретчингом при любом остром недомогании (повышение температуры, желудочно-кишечные недомогания, головокружение). Другим важным нетрадиционным видом спорта, имеющим высокий потенциал в спортивной подготовке сотрудников ОВД, является воркаут. Это некая разновидность физкультурных занятий, при которой все упражнения выполняются преимущественно на уличных конструкциях, таких как турник, брусья, горизонтальные и вертикальные лестницы, вкопанные колеса, лавки и т. п., или без них с использованием веса своего тела. Основной акцент делается на работу с собственным весом и развитие силы и выносливости.

Воркаут включает в себя такие элементы, как

- 1) систему тренировок с использованием веса своего тела на уличных спортивных площадках;
- 2) выполнение силовых упражнений, учитывающих различный уровень подготовки;
- 3) участие в международных и национальных чемпионатах;
- 4) активное использование воображения в ходе тренировки, позволяющее изобретать новые связки и комбинации различных силовых элементов, направленных на развитие силы и выносливости;
- 5) тренировки, проходящие в командах с целью популяризации здорового образа жизни и позитивного образа занятий спортом в сознании людей;
- 6) возможность заниматься спортом на открытом воздухе без финансовых затрат на посещение дорогостоящих фитнес-центров и клубов.

Воркаут включает в себя силовую и техническую части. Силовая часть представляет собой тренировки на основе базовых упражнений (подтягивания, отжимания, стойки на руках и другие элементы), а техническая воплощается в свободном фристайле, когда человек использует свой сило-

вой потенциал, показывая захватывающие выступления на спортивной площадке.

Тренировки начинаются с простых элементов, но затем упражнения усложняются, ведь чем дольше занимается человек, тем лучше он начинает владеть своим телом.

Упражнения надо выполнять по самочувствию, усиливать нагрузку осторожно, поскольку перегрузка может привести к травмам. Для начинающих мы предлагаем еще одну методику тренировок, которая поможет освоить воркаут. На начальном этапе воркаут состоит из трех основных упражнений: отжимания на брусьях, подтягивание на турнике и простые отжимания.

Комплекс упражнений, который будет приведен ниже, подойдет для представителей обоих полов.

Первое упражнение – классические отжимания. Исходным положением для выполнения данного упражнения будет упор лежа. Тело необходимо держать ровно и напряженно, руки чуть шире плеч. Руки нужно сгибать в локтях так, чтобы грудь практически касалась пола, затем неспеша возвращаться в исходное положение.

Следующее упражнение – отжимания головой вниз. Для выполнения понадобится какой-то упор, т. е. исходное положение здесь то же, что и в классическом отжимании, но нижняя часть туловища располагается выше верхней. После отжиманий нужно освоить подтягивания на турнике. Первое упражнение – классический хват.

Руки располагаются на турнике практически на ширине плеч. Подтягиваться нужно плавно, без резких движений. Подтягиваться нужно до тех пор, пока подбородок не будет над перекладиной. Следующее упражнение – обратный хват. Руки нужно ставить немного уже, чем при классическом хвате, при этом пальцы направлены к лицу спортсмена. Упражнение также выполняется без рывков [15].

Программа тренировок может быть произвольной. Главное, чтобы она была составлена грамотно. Приведем пример тренировки.

День 1-й: подтягивание средним хватом; отжимания на брусьях с наклоном корпуса вперед; отжимания, когда руки на ширине плеч; подъемы ног в висе.

День 2-й: подтягивание широким хватом; отжимания на брусьях с прямым корпусом; отжимания с широко расставленными руками; подъемы ног в висе.

День 3-й: подтягивание узким хватом; отжимания на брусьях с наклоном корпуса вперед; отжимания, когда руки расставлены уже ширины плеч; подъемы ног в висе.

День 4-й: подтягивание обратным хватом; отжимания на брусьях с прямым корпусом; отжимания, когда руки на ширине плеч; подъемы ног в висе.

Руководителю занятий (преподавателю, тренеру) при организации и проведении общефизических и служебно-прикладных упражнений необходимо строго следить за дисциплиной и перед занятием проверять состояние гимнастических снарядов, подготавливать места приземлений после прыжков и соскоков (взрыхление песка или укладка матов) и т. д. [4].

Таким образом, мы можем говорить о том, что стретчинг и воркаут могут успешно применяться в процессе физической подготовки сотрудников ГИБДД МВД РФ по Приморскому краю, оказывая существенное влияние на развитие силовой выносливости и физической подготовленности сотрудников в целом.

Внедрение нетрадиционных видов спорта позволит более качественно организовывать занятия сотрудников и способствовать приобретению ими высокого уровня работоспособности для выполнения служебных обязанностей.

Список использованной литературы:

1. Власов В. А. Изменение модели физической подготовки курсантов высшего учебного заведения системы МВД России посредством внедрения в учебный процесс армспорта / В сборнике : Физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и рекреация: проблемы и перспективы развития. – 2018. – С. 24–28.

2. Моськин С. А. Стретчинг как один из нетрадиционных видов спорта в физической подготовке курсантов образовательных организаций системы МВД России / В сборнике : Актуальные проблемы развития физической культуры слушателей образовательных организаций МВД России. – Орел, 2018. – С. 124–128.

3. Подрезов И. Н. К вопросу об использовании упражнений нетрадиционных видов спорта на занятиях по физической подготовке в образовательных организациях МВД России / В сборнике : Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов. – Орёл, 2018. – С. 185–188.

4. Подрезов И. Н. О необходимости введения некоторых нетрадиционных видов спорта в программу физической подготовки обучающихся в вузах системы МВД России / В сборнике : Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности: современные направления и образовательные технологии. 2016. – С. 269–273.

5. Сапарова А. В. Нетрадиционные виды спорта в физической подготовке курсантов образовательных организаций системы МВД России / В сборнике : Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов, слушателей и студентов. – Орёл, 2015. – С. 105–109.

О. Н. Щербаков – преподаватель кафедры тактико-специальной, огневой и физической подготовки Владивостокского филиала Дальневосточного юридического института МВД России (г. Владивосток)

ОТДЕЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ОРГАНИЗАЦИИ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ В РАМКАХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ (ПОЛИЦИИ)

Выступая элементом системы правоохранительных органов, сотрудники органов внутренних дел (полиции) наделены полномочиями по применению мер пресечения, в том числе специального характера, включающих в себя возможность использования физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия в целях защиты граждан от преступных посягательств, опасных для их жизни или здоровья, собственности, а также охраны общественного порядка и обеспечения общественной безопасности [1].

Однако использование данного правового инструментария возможно лишь при условии прохождения сотрудниками органов внутренних дел (полиции) соответствующей специализированной подготовки, а также реализуемой на ее основе проверки приобретенных умений и навыков, определяющих профессиональную пригодность к действиям в ситуациях, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.

Для достижения сформулированных целей по месту фактического прохождения службы сотрудниками органов внутренних дел (полиции) организован цикл профессиональной служебной и физической подготовки, включающий в том числе и огневую подготовку. В числе основных задач последней Наставлением (далее Наставление по огневой подготовке) [2] определено формирование у сотрудников необходимых умений и навыков правомерного применения оружия и боеприпасов, в том числе ведения огня в различной обстановке, быстрого обнаружения цели и определения исходных установок для стрельбы, умелых и эффективных действий с оружием и боеприпасами во время стрельбы. Реализация поставленной задачи обеспечена возможностью выполнения упражнений по стрельбе.

К числу упражнений по стрельбе из ручного стрелкового оружия (пистолета Макарова) для сотрудников подразделений полиции отнесены подготовительные упражнения групп «А» (стрельба в неограниченное время) и «Б» (стрельба с места по неподвижной цели с заданной зоной поражения, время на производство одного выстрела не более 6 с.), а также

скоростная стрельба: с места по неподвижной цели с заданной зоной поражения (№4), с места по неподвижной цели с заданными областями поражения со сменой позиции для стрельбы (№5), с места по неподвижной цели (№6), с места по неподвижной цели со сменой позиции для стрельбы и сменой магазина в ограниченное время (№7), по неподвижным целям после передвижения (№8), с разворотом и переносом огня по фронту (№9), выборочная из-за укрытия с выбором цели (№10), из салона автомашины (№11), стрельба по неподвижной цели после передвижения (№12), стрельба по неподвижной цели в ограниченное время со сменой положения для стрельбы (№13).

Сопоставляя общую характеристику приводимых для осваивания упражнений по стрельбе необходимо остановиться на условиях их выполнения: стрельба с места либо с сокращением дистанции; удаленность огневого рубежа от 7 до 20 метров; время для производства первого выстрела до 6 секунд, выполнения упражнения от 10 до 25 секунд; количество боеприпасов от 3 до 6 штук; минимальное количество попаданий в мишень – 2; поражаемая область – голова, грудь, верхние и нижние конечности, в том числе рука с оружием.

Таким образом, преимущественная часть упражнений стрельб ориентирована на формирование навыков применения огнестрельного оружия с места, на удалении 10 метров от предполагаемой цели, с производством первого выстрела в пределах 6 секунд, в пределах десятисекундного промежутка времени, с требованием поразить мишень не менее двух раз в область груди.

В целях определения соотношения практической подготовки сотрудников органов внутренних дел (полиции) и действий в ситуациях, связанных с непосредственным огневым контактом, проведено исследование обстоятельств совершенных нападений.

08.06.2020 в г. Казани сотрудник патрульно-постовой службы полиции применил табельное оружие после нападения мужчины с применением физической силы, поразив его нижние конечности [3].

15.06.2020 в г. Москве сотрудник дорожно-патрульной службы произвел выстрел на поражение после нападения мужчины с применением огнестрельного оружия, нападавший скончался [4].

15.10.2020 в г. Москва полицейский-водитель использовал табельное оружие для производства предупредительного выстрела в рамках нападения с применением физической силы в отношении сотрудника патрульно-постовой службы полиции [5].

30.01.2021 в г. Когалыме сотрудник патрульно-постовой службы полиции применил огнестрельное оружие в отношении вооруженного гладкоствольным ружьем [6].

02.01.2021 в г. Каспийске сотрудник патрульно-постовой службы полиции применил огнестрельное оружие в отношении мужчины при пресечении насильственных действий сексуального характера [7].

Проведенный анализ практических ситуаций применения огнестрельного оружия сотрудниками полиции позволяет сформулировать следующие условия: стрельба с разрывом дистанции с приближающимся противником, дистанция для ведения огня до 10 метров при условии минимизации причиняемого ущерба (поражение конечностей, в том числе руки с оружием).

Очевидна существенная разница условий обучения навыкам обращения с огнестрельным оружием, в том числе поражения цели, с условиями непосредственного его применения.

Оставаясь в статичном положении, производя выстрел в течение 5-6 секунд, сотрудник не способен защититься от правонарушителя сокращающего дистанцию. Приведенные сведения подтверждены экспериментальными данными – среднестатистический показатель скорости первого выстрела с сохранением точности поражения составил 3,8-4 секунды, что соответствует показателю времени необходимому предполагаемому правонарушителю для сокращения 10 метровой дистанции с сотрудником и нанесения ему физического урона.

Безусловно, что Наставлением по огневой подготовке [2] предусмотрена возможность разработки и применения упражнений стрельб с учетом уровня подготовленности сотрудников органов внутренних дел (полиции), наличия и состояния учебно-материальной базы, а также соблюдения мер безопасности.

Однако, как правило, указанная правовая возможность нивелирована и не используется, в том числе, по разделяемому нами мнению, осложняется фактической обеспеченностью территориальных органов внутренних дел стрелковыми тирами (33,6 %), квалифицированным штатом инспекторов (инструкторов) по огневой подготовке, а также упрощением курса стрельб с использованием одного из стрелковых упражнений [8].

Наряду с диагностированными упущениями в профессиональной служебной деятельности существенно снижено качество огневой подготовки с внедрением в процесс профессионального обучения по образовательным программам профессиональной подготовки по должности служащего «Полицейский» заочной формы обучения для отдельных категорий сотрудников органов внутренних дел (полиции) [9].

Аудиторной работе с обучающимися уделено от 4 до 8 часов занятий лекционного типа, от 72 до 80 часов отведено самостоятельной работе, 6 часов выделено для проведения промежуточной аттестации за полный курс дисциплины «Огневая подготовка».

Одной из основных проблем стали условия обучения по месту службы – основная масса (87 %) обучается без отрыва от работы с реализацией

самостоятельной подготовки вне пределов рабочего времени; время для самостоятельной подготовки в рамках лимита рабочего времени представлено только части обучаемым (13 %).

При анализе отдельных локальных нормативных правовых актов возможно встретить упоминание о порядке прохождения отдельных дисциплин при освоении основной профессиональной образовательной программы по заочной форме обучения. К примеру, п. 26.4 приказа ФГКОУ ВО ДВЮИ МВД России от 26.02.2021 №205 установлено, что дисциплина «Физическая культура» («Физическая подготовка») в исследуемых условиях не изучается, занятия проводятся еженедельно по месту службы обучающихся в рамках профессиональной служебной и физической подготовки, в соответствии с требованиями раздела 5 приказа МВД России от 05.05.2018 №275 «О порядке подготовки кадров» [9]. При этом сведения о порядке прохождения дисциплины «Огневая подготовка» в условиях профессионального обучения по образовательным программам профессиональной подготовки по должности служащего «Полицейский» в заочной форме отсутствуют.

В условиях реализации образовательной программы, в отличие от положений Приказа МВД России, регламентирующих порядок организации прохождения службы [10], – вопрос использования возможностей самостоятельной подготовки отражения не нашел, также как и алгоритм использования для обучения и подготовки огнестрельного оружия.

Таким образом, обучающиеся заканчивая предполагаемый курс обучения делают первый выстрел из боевого оружия в период прохождения промежуточной аттестации по дисциплине «Огневая подготовка».

Вместе с тем, по разделяемому нами мнению, для формирования стрелкового навыка необходимы систематичность (не менее 2-3 занятий в неделю при значительном расходе боеприпасов) и постепенность (освоение техники медленной стрельбы, освоение техники скоростной стрельбы, выполнение различных стрелковых упражнений в усложненных условиях, решение тактических задач, связанных с применением огнестрельного оружия) обучения [11].

В связи с этим освоение дисциплины «Огневая подготовка» в формате заочного обучения возможно при условии проведения дополнительных занятий с обучающимися по месту прохождения службы в рамках профессиональной служебной и физической подготовки (в соответствии с положениями п. 157 «Порядка прохождения службы» [9]), а также наличия квалифицированных специалистов по огневой подготовке, дефицит которых был констатирован нами ранее.

Проведенное исследование позволяет сформулировать следующие выводы:

– при организации курса стрельб необходима правоприменительная практика разработки и применения упражнений, не указанных в Наставле-

нии по огневой подготовке, однако отвечающих потребностям фактических условий и обстоятельств применения огнестрельного оружия при выполнении сотрудниками органов внутренних дел (полиции) служебных полномочий, в том числе связанных с разрывом дистанции с нападающим;

– исключение из дистанционного курса профессионального обучения по образовательным программам профессиональной подготовки по должности служащего «Полицейский» дисциплины «Огневая подготовка», с обязательным освоением практических навыков обращения с огнестрельным оружием в рамках очного обучения.

Список использованной литературы:

1. О полиции : федеральный закон от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ : ред. от 2 июля 2013 г. // Собр. законодательства Рос. Федерации. – 2011. – № 7. – Ст. 900; Рос. газ. – 2013. – 10 июля.

2. Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 23 ноября 2017 г. № 880. – Доступ справочно-поисковая система «Консультант-плюс».

3. Газета.ру. – URL: <https://www.business-gazeta.ru/news/501910> (дата обращения: 12.03.2021).

4. Газета.ру. – URL: <https://www.gazeta.ru/social/2020/06/15/13118755.shtml> (дата обращения: 12.03.2021).

5. РБК. – URL: <https://www.rbc.ru/rbcfree/news/5f8980689a7947b3eb119e55> (дата обращения: 12.03.2021).

6. Официальный интернет-сайт МВД России. – URL: <https://mvd.ru/news/1755982-v-kogalyime-sotrudnik-politsii.html> (дата обращения: 12.03.2021).

7. МВД медиа. – URL: <https://mvdmedia.ru/news/operativnye-novosti/v-dagesta-po-faktu-primeeniya-sotrudnikom-politsii-ognestrelnogo-oruzhiya-provoditsya-proverka/> (дата обращения: 12.03.2021).

8. Черменев Д. А., Толстихин А. Н. Анализ организации профессиональной подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации // Научный компонент. – 2019. – №4 (4).

9. Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 5 мая 2018 г. № 275. – Доступ справочно-поисковая система «Консультант-плюс».

10. Об утверждении Порядка организации прохождения службы в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 1

февраля 2018 г. № 50. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант-плюс».

11. Медведев И. В., Андрианов А. С., Баранов В. Е., Юсупов Ф. Р. Оптимизация огневой подготовки сотрудников полиции // Вестник НЦ БЖД. – №3 (45). – 2020.

© Щербаков О. Н., 2021

УДК 378.635.016:355.541.1 (470)

Н. И. Давыдов – преподаватель кафедры специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

ОБУЧЕНИЕ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ ПРИМЕНИТЕЛЬНО К ПРАКТИЧЕСКОЙ СЛУЖБЕ В ОВД

В профессиональной подготовке сотрудников органов внутренних дел, как и много лет назад, по-прежнему остается важнейшей задачей в повседневной деятельности: владение боевым огнестрельным оружием, закрепленным за сотрудниками полиции. Данное обстоятельство имеет место быть из-за высокой степени криминализации, социальной напряженности и снижения законопослушности, как отдельных лиц, так и общественных групп граждан. В последние годы падение авторитета сотрудника полиции способствует большому увеличению ситуаций, в которых требуется применение огнестрельного оружия, как для личной безопасности и защиты других лиц, так и обеспечения общественной безопасности. Многими авторами изучаются случаи нападения на сотрудников полиции при исполнении ими своих должностных обязанностей, а также их гибели и получение тяжелых телесных повреждений при охране общественного порядка, как в мирное время, так и при выполнении специальных задач, связанных с риском.

Изучение указанных ситуаций позволяет сформулировать комплекс проблем, связанных с подготовкой личного состава к службе и охране общественного порядка. Бдительность сотрудника полиции должна быть высокой при любых обстоятельствах. Сотрудник полиции должен быть готов к появлению чрезвычайных ситуаций даже тогда, когда это, казалось бы, не может произойти. Представитель власти должен быть готов к отражению вооруженного нападения на граждан и самого себя, быть профессионалом своего дела, уметь четко и грамотно обращаться с закрепленным за ним оружием и при необходимости его применить с минимизацией ущерба для окружающих. Зачастую большой процент гибели сотрудников право-

охранительных органов связан с пресечением административных правонарушений, несмотря на то, что обычное административное правонарушение по природе своей не должно представлять опасность для сотрудника полиции и не несет за собой правомерных оснований для применения огнестрельного оружия. Должностное лицо правоохранительных органов должно всегда предвидеть разные варианты развития событий, правильно оценивать свои возможности и возможности противника. Еще больше сотрудников полиции погибает при задержании опасных преступников, по которым имела достоверная информация о наличии у них огнестрельного оружия. Задерживая преступников, полицейские гибнут, даже не успев извлечь оружие из кобуры. Причинами являются излишняя самонадеянность, психологическая неготовность применять оружие, слабая профессиональная подготовленность сотрудников ОВД [1].

Задача центров профессиональной подготовки сотрудников правоохранительных органов состоит в том, чтобы привить на достаточном уровне умение применять огнестрельное оружие в любых ситуациях. Полицейский в процессе профессиональной подготовки должен знать элементарные приемы и правила обращения с оружием тактику ведения боя и не заменять их необоснованным риском и пренебрежением к личной безопасности.

Ключевым моментом при подготовке кадров остается выработка умения в любой обстановке соблюдать требования мер личной безопасности при обращении с огнестрельным оружием. Навыки, приобретенные в процессе выполнения упражнений с огнестрельным оружием, должны способствовать снижению в будущем рисков возникновения тяжких последствий среди личного состава правоохранительных органов. Таким образом, следует рассмотреть основное направление работы с личным составом, а именно выработку у сотрудников ОВД твердых навыков обращения с оружием, психологической и технической готовности в применении огнестрельного оружия в условиях повседневной деятельности по охране общественного порядка и обеспечения личной безопасности [2].

Повышение эффективности процесса обучения огневой подготовке сотрудников полиции может осуществляться в различных направлениях, а именно в увеличении объема стрелковой подготовки, в усложнении условий стрелковых упражнений и разработке новых методов обучения. Хотелось бы отметить, что увеличение объема стрельбы всегда было ограничено нормативно-правовыми документами, а также нехваткой времени при выполнении служебных обязанностей, нехваткой боеприпасов, состоянием учебно-материальной базы, что не способствует получению необходимого желаемого результата в формировании у сотрудников ОВД навыков обращения с оружием.

Таким образом, исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод о том, что первоначальная подготовка сотрудников полиции и обучение пра-

вилам владения огнестрельным оружием есть необходимость, обусловленная практикой применения огнестрельного оружия в повседневной деятельности и выполнения задач по защите других лиц и самого себя, а также охране общественного порядка. И лишь должное умение обращаться с огнестрельным оружием способно обеспечить безопасность как самих сотрудников полиции от необоснованного риска, так и граждан.

Список использованной литературы:

1. Иванов Б. В., Коротыч Ю. А. Обучение сотрудников органов внутренних дел стрельбе из табельного оружия. – Челябинск : Челябинский юридический институт, 2011. – С. 5–7.

2. Хвастунов А. А. Обучение стрельбе из пистолета с учетом особенностей практики применения табельного оружия сотрудниками органов внутренних дел : учебно-методическое пособие / А. А. Хвастунов. –М., 2019.

© Давыдов Н. М., 2021

УДК 378.635.016:796.015.44(470)

Т. И. Чембарисов – преподаватель цикла профессиональной служебной и физической подготовки Уфимской школы по подготовке специалистов-кинологов МВД России (г. Уфа)

К ВОПРОСУ О СОЧЕТАНИИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО И ГРУППОВОГО ПОДХОДОВ В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ОБУЧАЕМЫХ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ

Развитие и поддержание на необходимом уровне ряда основных физических качеств является одной из приоритетных задач подготовки сотрудников полиции, что закреплено в соответствующем Наставлении [1].

Вместе с тем результаты проверок сотрудников, прибывающих для прохождения обучения в образовательных организациях системы МВД России, показали, что уровень развития их физических качеств в значительном количестве случаев является недостаточным.

Сразу оговоримся, что подобного рода проверки, несмотря на отсутствие прямых предписаний в ведомственных нормативных актах, продолжают проводиться со слушателями-кинологами, проходящими обучение в нашей образовательной организации. Это позволяет оценивать их исход-

ный уровень, выявлять и указывать на ошибки в выполнении упражнений, планировать дальнейшие физические нагрузки.

Частой причиной получения слушателями неудовлетворительных оценок является отсутствие знаний о том, как выполняется то или иное контрольное упражнение в соответствии с требованиями Наставления не-сформированность навыка правильного выполнения упражнений даже при наличии необходимых знаний об этом. Первое обстоятельство и ряд других причин достаточно подробно описаны в литературе [3; с. 489].

В ходе занятий по физической подготовке первой стоит задача добиться умения правильного с точки зрения Наставления выполнения контрольных упражнений, второй – закрепить его в качестве навыка, третьей – повысить результаты до требуемого уровня.

Традиционно применяемая методика проведения занятий в группе, когда всеми обучаемыми выполняются одинаковые задания, является неплохим дисциплинирующим и в определенной мере мотивирующим фактором. Обучаемые привыкают слушаться преподавателя, выполнять его команды у отстающих развивается стремление догнать тех, кто опережает их по физическому развитию.

Однако уровень подготовки слушателей в группе может значительно различаться, кроме того обучаемые отличаются друг от друга и по другим довольно существенным признакам: полу, возрасту, наличию в прошлом или настоящем спортивной подготовки.

Все эти факторы вне всяких сомнений тем или иным образом отражаются на ходе проводимого занятия. Нередко на практике встречается такая ситуация, когда одна часть слушателей довольно легко выполняет упражнение и переносит нагрузку, а для другой та же самая задача становится непосильной. Таким образом, первая группа не получает нужного развивающего тренировочного воздействия, а вторая подвергается избыточной физической нагрузке, которая мало или вообще не повышает тренированность организма, может оказаться вредной для здоровья или ведет к травмам, в особенности при нарушении техники упражнений.

В подобном случае вполне разумным представляется дифференцированный подход к обучаемым, когда они разбиваются на подгруппы, схожие по тем или иным признакам и получают одинаковые задания. Как недостаток такого подхода необходимо выделить возникновение организационных трудностей при проведении занятий, сложности в поддержании дисциплины, возрастание временных затрат, усложнение труда преподавателя в том числе и при подготовке к занятию. К преподавателю предъявляются дополнительные требования.

Выделение всего 58 часов практических занятий на 24-х недельный срок обучения согласно образовательной программе профессионального обучения «Профессиональная подготовка сотрудников полиции, впервые принятых на службу в органы внутренних дел Российской Федерации для

выполнения обязанностей с применением служебных собак» [2] является в ряде случаев явно недостаточным для закрепления необходимых адаптационных реакций организма в виде улучшения физических качеств. Даже дифференцированный подход может не дать возможности получить необходимый результат.

В этих условиях возрастает актуальность сочетания группового и дифференцированного индивидуального подходов к развитию у обучаемых физических качеств.

Для реализации индивидуального подхода во втором полугодии 2019 г. нами был задействован имеющийся в программе резерв в виде 20 часов учебного времени, выделяемого на самостоятельную подготовку.

Во время первых занятий доминировал групповой метод и оценивался исходный уровень обучаемых, в ходе чего отмечались особенности техники выполнения упражнения и осуществлялось дифференцирование внутри учебной группы, являющейся экспериментальной, на подгруппы по уровню физической подготовленности, возрасту, техники и виду выполненного контрольного упражнения, рекомендуемого для оценки сотрудника.

В контрольной группе занятия проводились с применением группового подхода, сочетавшегося с дифференцированным.

На последующих занятиях в экспериментальной группе главным образом применялись групповой и дифференцированный подходы, но не исключался и индивидуальный подход к отстающим сотрудникам. Однако в основном индивидуальные задания давались на самоподготовку. Для отстающих слушателей задания давались в обязательном порядке, а для остальных – по желанию. Ход самоподготовки контролировался преподавателем. Четыре раза за период обучения через равные промежутки времени проводилось контрольно-проверочное занятие по выполнению нормативов. Слушателям, показавшим хорошие результаты или улучшившим свой предыдущий результат, в часы самостоятельной подготовки по дисциплине в качестве мотивации предоставлялся следующий выбор: заниматься любимым видом физической активности, не посещать самостоятельную подготовку либо работать по индивидуальной программе наряду с отстающими.

По окончании обучения в ходе экзамена выяснилось, что результаты по сравнению с исходными возросли в обеих группах. В экспериментальной группе результаты лиц, занимавшихся по общей программе, выросли в среднем на 5 процентов, по индивидуальной программе на – 15 процентов по сравнению с контрольной группой.

В заключение отметим, что эффективность приведенного выше подхода требует дополнительного эмпирического подтверждения, но тем не менее сочетание группового и индивидуального методов работы в совокупности с соответствующей мотивацией на выбор физической активности представляется нам достаточно перспективным способом оптимизации

учебно-тренировочного процесса слушателей образовательных организаций МВД России.

Список использованной литературы:

1. Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 // СПС «КонсультантПлюс».

2. Образовательная программа профессионального обучения «Профессиональная подготовка сотрудников полиции, впервые принятых на службу в органы внутренних дел Российской Федерации для выполнения обязанностей с применением служебных собак» по должности служащего «Полицейский» – УШ ПСК МВД России, 2019. – 181 с. // Уфимская школа по подготовке специалистов-кинологов МВД России. – URL: https://ушпск.мвд.рф/Obrazovatel№aya_deyatel№ost/образовательные-программы (дата обращения: 29.04.2021).

3. Гусак В. В. О некоторых особенностях выполнения контрольных упражнений по физической подготовке сотрудниками органов внутренних дел Российской Федерации // Актуальные проблемы права и государства в XXI веке : материалы VIII Международной научно-практической конференции посвященной 45-летию Уфимского юридического института МВД России (18–19 апреля 2019 г. Уфа) – Уфа : 2019. – Т. 11. – № 1. – С. 488–494.

© Чембарисов Т. И., 2021

УДК 378.635.016:355.543.2:796.015.31(470)

А. И. Никитин – преподаватель кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

О НЕОБХОДИМОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ РАЗМИНКИ И РАЗОГРЕВА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ

В настоящей статье речь пойдет о необходимости проведения физической разминки, о важности психологического настроя для достижения курсантами более успешного результата при проведении практических занятий по огневой подготовке, а также для воспитания стойкости характера и выработки уверенности в себе.

Важными особенностями профессионального обучения лиц, чье будущее связано с прохождением службы в органах внутренних дел, явля-

ются обучение сотрудников навыкам уверенного и безопасного обращения с огнестрельным оружием в служебной деятельности, а также переподготовка и совершенствование профессиональных навыков действующих сотрудников органов внутренних дел.

В настоящее время резко возросла цена решений, принимаемых сотрудниками органов внутренних дел, когда ошибки и промахи могут привести к чрезвычайно опасным ситуациям, жертвам среди людей, а также невосполнимой утрате доверия общества [1].

Одной из основных проблем организации занятий по служебной подготовке сотрудников ОВД является тот факт, что нередко занятия проходят формально и воспринимаются сотрудниками не как возможность для профессионального роста, а как досадная необходимость тратить служебное время [2]. Для того чтобы избежать или минимизировать подобные явления, рекомендуется использовать разнообразные упражнения не из курса стрельб перед или в ходе проведения практических стрельб.

Основное направление в обучении курсантов по предмету огневой подготовки — это формирование у будущих сотрудников правоохранительных органов необходимых умений и навыков правомерного применения оружия и боеприпасов, ведения огня в различной обстановке, быстрого обнаружения цели и определения исходных установок для стрельбы, а также умелых и эффективных действий с оружием и боеприпасами во время стрельбы. Также важное значение имеет общая физическая развитость и психологическая подготовка обучаемых, которая призвана сформировать необходимые профессионально важные качества для повышения готовности сотрудников к действиям в стрессовых, экстремальных ситуациях и способности выполнять задачи, связанные с применением огнестрельного оружия.

Согласно приказу МВД России от 23.11.2017 № 880 в п. 5 указывается ход освоения практического раздела огневой подготовки, который осуществляется использованием тактических задач с применением оружия и боеприпасов при осуществлении оперативно-служебной деятельности [3].

На практических занятиях по огневой подготовке в ходе отработки правильной и удобной изготовки к стрельбе, хвата оружия и различных приемов прицеливания, техники быстрого приведения оружия к бою и производства первого прицельного выстрела, а также быстрого и ловкого изменения положения для стрельбы необходим системный подход.

Во избежание травм и для готовности сосредоточенно и сконцентрированно производить прицельные выстрелы из различных положений, а также после передвижения необходим специальный комплекс физических разминочных упражнений.

Приведем примеры некоторых упражнений физической разминки и разогрева при проведении практических занятий по огневой подготовке в тактической части.

1. Как избавиться от моргания при выстреле.

От моргания во время выстрела можно избавиться с помощью количественного настрела, когда обучаемый будет стрелять и при этом осознанно концентрироваться на недопущении моргания. Если возможность большого настрела отсутствует, то можно использовать следующее упражнение. Обучаемый принимает изготовку и начинает производить выстрелы с помощью длинноствольного или короткоствольного оружия. Одновременно с этим он быстрым движением подносит руку к глазу. Если будет касаться лица, то будет возникать непроизвольное моргание, не связанное с выстрелом, но если он просто быстро поднесет руку, то избавится от моргания. При этом дополнительно вырабатываются следующий навык – быстрая фокусировка на цели после возникновения какой-то помехи на линии прицеливания и ведения огня.

2. Упражнение специальной физической подготовки в целях огневой подготовки.

Данное упражнение относится к специальным физическим упражнениям для холостой работы на рубеже ведения огня. Тренировка проходит как с автоматическим оружием, так и с пистолетом. Упражнение выполняется на ненаклонной местности. То есть, когда вы двигаетесь по небольшому склону вниз и сбрасываете оружие на шаг ногой вперед, то вам необходимо восстанавливать прицельную картинку снова. Поэтому, если во время движения появляется цель, шаг делается на вскидывание назад, то есть выше по склону, если у вас есть уклон. Прицельная картинка у вас ровная, то есть прицельное приспособление точно на цель, и у вас ровная линия прицеливания без кивка.

Необходимо поставить ногу на какую-либо поверхность (стол, гимнастическую скамью, ящики) и подняться вверх, а во время опускания произвести два выстрела, затем после приземления второй ноги на более низкую поверхность, после стабилизации оружия произвести третий выстрел.

3. Упражнения для развития наблюдательности на границах периферийного зрения.

Развить само периферийное зрение невозможно, потому что угол зрения ограничен анатомическими особенностями строения глазниц, но развить наблюдательность вполне возможно в ходе специальных тренировок.

Обучаемые смотрят прямо перед собой, вытягивают руки в стороны таким образом, чтобы они были на границе, когда фокусировка периферийным зрением наблюдается не очень отчетливо. Далее руки выводятся вперед влево и вправо соответственно. В таком положении они уже видны отчетливо. Вот этот угол зрения у каждого свой и является индивидуальным. Сектор, который отчетливо виден будет сектором для ведения огня. Всё, что находится за пределами границ видения, будет требовать предварительного поворота головы, и, соответственно длинного переноса. Для

усиления возможности наблюдения и оценки обстановки выбираются две точки по границам, которые могут быть на разных уровнях. Это будут точки для прицела. Также обучаемый должен выбрать какие-то две точки, которые находятся по фронту, далее, смотря вперед, прицеливаться в точки по границам и убирать руки, прицеливаться в точки по фронту, убирать руки, затем прицеливаться в две точки: одну, которая на границе отчетливого видения боковым зрением, другую по фронту, затем убирать руки, те же действия производятся в другую сторону. Таким образом он начинает выводить руки. При этом нужно обратить внимание на то, что помимо восприятия улучшится и возможность более чёткого прицеливания при ведении стрельбы с правой руки правым глазом, с левой руки – левым. При прицеливании нужно смотреть правым глазом, есть ли смещение с точки, смотреть левым глазом, есть ли смещение с точки, которую выбрали для прицеливания. Таким образом, у обучаемого будет развиваться наблюдательность на границах периферийного зрения.

Для усложнения можно взять двух статистов, которые будут стоять в этом секторе, и обучаемый в них будет прицеливаться. Затем один остаётся стоять, а другой начинает двигаться. Затем они оба могут двигаться, а обучаемый должен отслеживать эти цели, глядя прямо. Таким образом можно обучить лучше анализировать и оценивать обстановку. Приобретённые навыки также будут способствовать более качественному прицеливанию как правым, так и левым глазом.

4. Подготовка морально-волевых качеств курсанта важна как для всего периода обучения, где необходимо преодолевать трудности, связанные с соблюдением дисциплины и выполнением обязанностей в учебной, служебной и хозяйственной деятельности, так и для подготовки к практической деятельности, сопряженной с преодолением трудностей и ограничений, связанных с исполнением оперативно-служебных задач.

Упражнение по удержанию автомата: в спортивной изготовке по пистолетному держать оружие на вытянутой руке, держать корпус в ровном положении и избегать отклонений. Курсанту необходимо принять изготовку, после чего он приступает к упражнению, держит оружие, преодолевая физическую нагрузку, приводящую к вторичному общему разогреву тела и укреплению опорно-двигательной системы. Основная же тренировка морально-волевых качеств связана с внутренним состоянием и переживаниями ситуации в уме обучаемого. Во время выполнения упражнения обучающимся предстоит сделать выбор: держать оружие до конца, несмотря на тяжесть, или сдаться и опустить автомат. Данное упражнение проводится на время для особого интереса и создания соревновательного эффекта среди обучаемых.

Список использованной литературы:

1. Баранов В. Е. Формирование психологической готовности сотрудников органов внутренних дел к применению физической силы и огнестрельного оружия в экстремальных условиях // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. – 2017. – № 1 (32). – С. 47–49.

2. Бурцева Е. В. Проблемы служебной подготовки сотрудников органов внутренних дел. В сборнике : Дальний Восток России на перекрестке эпох. Сборник научных трудов Всероссийского круглого стола, посвященного 111-летию Первой русской революции и 110-летию открытия Первой Государственной думы. Редколлегия: Ф. Е. Ажимов [и др.] / Ответственные редакторы: С. М. Дударенок, М. А. Тулиглович. – 2017. – С. 144–148.

3. Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 23 ноября 2017 г. № 880 (ред. от 25 января 2021 г.)

© Никитин А. И., 2021

УДК 355.551:351.74.08-052-049.5(470)

Д. М. Фатхиев – преподаватель кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ПОДГОТОВКА КАК ЭЛЕМЕНТ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОВД

Прохождение службы в МВД России в настоящее время предъявляет повышенные требования к профессиональным и прикладным качествам сотрудников ОВД и требует достижения ими высокого уровня физической и моральной подготовки. Поскольку ежедневная служба в правоохранительных органах связана с работой с криминальными элементами, которые могут проявлять высокую степень физических способностей, иногда превышающих выносливость сотрудников, нет никаких сомнений в том, что актуальность обучения боевым приемам тренировок, очевидна.

Поэтому процесс профессионально-прикладной физической подготовки служащих МВД России сконцентрирован на формировании теоретических знаний, практических умений и двигательных навыков применения боевых приемов борьбы, необходимых для успешного выполнения оперативных, служебных и боевых задач, а также улучшения профессионального мастерства, повышения уровня личной безопасности сотрудников ОВД[1].

Профессиональная компетентность сотрудника ОВД - результат его подготовки, богатого опыта практической работы и высокого уровня физической подготовки, который формируется при выполнении заданий. Это обучение навыкам соответствующего уровня, достигаемое умением применять боевые приемы борьбы, оружие и специальные средства в гарантированной боевой подготовке. Именно условия определяют необходимость эффективного обучения навыкам, формирующим, основной принцип физической подготовки в учебных заведениях МВД России.

Применение профессиональной подготовки, то есть основной и важнейшей части – боевых приемов борьбы – занимает особое место в системе профессиональной подготовки, переподготовки и повышения квалификации МВД России. Боевые приемы – неотъемлемая часть обучения использованию физических сил для борьбы с преступниками. При обучении моторике с помощью боевых приемов борьбы необходимо развивать физическую стойкость и тренировать умение задерживать преступников, навыки, необходимые для прекращения незаконных действий антиобщественных сил и т.д. [2].

Для того чтобы развить соответствующие навыки применения боевых приемов, необходимо овладеть контролем за захватом и предотвращением нападений со стороны вооруженных и невооруженных правонарушителей. Поэтому первая задача состоит в том, чтобы обучить сотрудников ОВД применять огнестрельное оружие и специальные средства, так как неграмотное их применение будет не только препятствием в критических обстоятельствах, но и может создать угрозу как самому сотруднику, так и третьим лицам. Ценой такой погрешности может стать здоровье или жизнь сотрудника и граждан. Поэтому прикладные навыки, необходимые для эффективного формирования тактико-технической базы для реализации боевых приемов, являются приоритетом физической подготовки[3].

Конструктивность боевых приемов борьбы заключается в формировании навыков применения ударов руками и ногами и защиты от них, захвата и обхвата, защиты и ответных действий с использованием щита и специальной палки. Основной целью обучения является использование соответствующих боевых приемов в различных ситуациях, например, в ситуации противостояния преступникам, активного или пассивного сопротивления. Поэтому при обучении навыкам, влияющим на подготовку к применению боевых приемов, могут учитываться следующие положения: улучшение подготовки физических, личных качеств; совершенствование подготовки на занятиях по физической подготовке, утренней физической зарядке, в часы спортивно-массовой работы, в процессе служебной деятельности, в ходе самостоятельных занятий, на практических инструктажах для личного состава, посредством участия в этом процессе широкого круга специалистов (преподавателей физической подготовки, преподавателей тактико-специальной подготовки). Таким образом, подготовка обу-

словливает набор ресурсов для применения боевых приемов, специальных учений, а также организационно-методических рекомендаций по их выполнению.

При реализации эффективной тренировки рекомендуется определить в соответствии с основными принципами физической подготовки разработку учебных материалов практических занятий, а это означает, что задача заключается в использовании теории для определения ее тактической реализации, что является ключевым вопросом физической подготовки.

Список использованной литературы:

1. Кулиничев А. Н. Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Проблемы правоохранительной деятельности. – № 3. – 2015.

2. Обучение профессионально-прикладным умениям и навыкам слушателей факультета профессиональной подготовки на занятиях по физической подготовке в образовательных организациях МВД России / Ю. В. Муханов [и др.] // Проблемы правоохранительной деятельности. – № 2. – 2016.

3. Муханов Ю. В. Особенности профессионально-прикладной физической подготовки будущих специалистов ОВД / Ю. В. Муханов, В. А. Золотенко // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – № 50. – 2011.

© Фатхиев Д. М., 2021

УДК 796.422.093.354:799.311.2(470)

Д. Р. Усманов – преподаватель кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

ТЕХНИКА ПРЕОДОЛЕНИЯ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ СО СТРЕЛЬБОЙ

Среди образовательных организаций МВД России ежегодно проходит спартакиада. Одним из видов данной спартакиады является преодоление полосы препятствий со стрельбой.

В данной статье хотелось бы раскрыть методику прохождения полосы препятствий, а также технику преодоления отдельных её элементов.

Для начала стоит отметить, что полоса препятствий состоит из восьми снарядов, которые расположены на дистанции сто метров плюс, и огне-

вого рубежа. Техника преодоления полосы препятствий со стрельбой формируется из совокупности определенных навыков и умений, которые нарабатывает спортсмен в ходе тренировочного процесса при подготовке к выступлению на соревнованиях. Первым и очень важным навыком, которым должен обладать спортсмен для преодоления полосы препятствий, является развитие физических качеств сотрудника полиции: силы, ловкости, выносливости. С учетом того, что данный вид спорта включает в себя огневой рубеж, участник должен обладать и отличными навыками стрелковой подготовки и умением поражать мишени при больших физических нагрузках, из-за которых у спортсмена повышается пульс (пульсометрия при стрельбе (ЧСС) уд/мин $172,3 \pm 1,8$ $179,7 \pm 2,3$ $<0,05[1, 67-70]$), что в свою очередь приводит к сильным колебаниям прицельных приспособлений на огневом рубеже.

Далее рассмотрим особенности преодоления отдельных элементов полосы препятствий со стрельбой. Первым препятствием, которое предстоит преодолеть участнику, являются брусья. Выполнение элемента на брусьях требует приложения силы. Правильность прохождения каждого элемента зависит от первого движения спортсмена, например, выполнение элемента на брусьях необходимо начать с прыжка на отмеченную часть брусьев и путем прыжков на руках преодолевать препятствие, в конце, дойдя до отмеченного участка брусьев, путем соскока закончить прохождение препятствия и направиться к следующему элементу. При этом брусья можно проходить и другим способом – путем ходьбы на руках. В данном способе преодоления главное – придать телу колебания и переставлять руки по ходу движения. Этот способ рекомендуется тем сотрудникам, кому тяжело дается прохождение брусьев путем прыжков на руках.

После прохождения брусьев участнику необходимо ускориться, чтобы быстрее добраться до следующего препятствия, которым является стена. В данном случае скорость, набранная на расстоянии между брусьями и стеной, является залогом успешного прохождения данного элемента. Спортсмены, которые неоднократно проходили препятствие в виде стены, выделяют такой способ ее прохождения – развить максимальную скорость от брусьев до стены. Обязательное условие – это не уменьшать скорость бега перед стеной, что необходимо для того, чтобы при приближении к стене на расстоянии от одного до двух метров, участник путем сильного отталкивания одной ногой от земли и выставление второй ноги выше середины стены преодолел данное препятствие. В данном случае скорость помогает участнику перенести его тело через препятствие. Следующим препятствием являются пеньки или, как их называют участники, колеса. Они в количестве восьми штук располагаются в шахматном порядке. Техника преодоления данного препятствия достаточно сложная, и не каждый способен ею овладеть. Техника преодоления пеньков условно состоит из двух этапов. Первый - набор необходимой скорости для быстрого прохождения

препятствия, второй - удержание своего корпуса посередине между всеми пеньками. Спортсмену не рекомендуется преодолевать препятствие прыжками. Более эффективным является перемещение только ног, которое технически выглядит как бег по местности с неровным рельефом.

Следующий снаряд на полосе препятствий – яма, длина которой составляет два метра, ширина – два с половиной метра. Ключевым элементом техники прохождения этого препятствия является ускорение, которое участник должен набрать после прохождения предыдущего элемента, важно при этом сильно оттолкнуться. При недоработке хотя бы одного из элементов можно совершить ошибку, которая, в свою очередь, может привести к повторному прохождению препятствия и, как следствие к увеличению времени.

Следующий снаряд – лабиринт. Лабиринт является одним из ключевых элементов в полосе препятствий, при правильном прохождении которого можно сократить или увеличить отрыв, что является немаловажным для высокого результата. Рассмотрим два способа прохождения данного препятствия, используемые спортсменами. В первом способе прохождения главным элементом является правильная постановка ног при прохождении: нога спортсмена должна ставиться внешней стороной стопы впритык к трубе, таз должен огибать лабиринт, при этом руки должны тянуть корпус вперед. Второй способ прохождения заключается в перемещении обеих ног путем прыжков из одной стороны в другую, при этом руки играют важную роль для быстрого перемещения тела по препятствию.

Следующий снаряд, который необходимо преодолеть, – это бум или армейское бревно. Данный снаряд находится на высоте полутора метров. Технику преодоления бум можно разделить на три элемента: подъем, перемещение и соскок. При подъеме необходима стартовая скорость, которая обеспечивает быстроту подъема. Подъем необходимо осуществлять на полусогнутых ногах, выпрямлять их следует в момент нахождения на буме. Перемещение по буму должно быть плавным, но в тоже время быстрым, это необходимо для того, чтобы участник не потерял равновесие. Прохождение бум считается окончанным, если участник преодолел его и осуществил соскок с отмеченного участка бревна.

Следующее препятствие на пути спортсмена – завал, состоящий из шести элементов. Чтобы техника прохождения этапа была правильной и быстрой, нужно связать прохождение бум и завала в одно. При соскоке с бум спортсмену рекомендуется прыгнуть как можно сильнее и дальше, это необходимо для сокращения времени прохождения завала. Рекомендуется проходить завал прыжками, руками подтягивать себя к следующему элементу завала. Данный элемент полосы считается одним из самых коротких, при правильном преодолении препятствий на завале можно отдохнуть и подойти с немного сниженным пульсом к следующему препятствию и стрельбе.

Подземный ход – последний снаряд перед огневым рубежом. Прохождение заключительного снаряда спортсмену дается тяжелее, чем предыдущие снаряды. Техника прохождения подземного хода заключается в двух элементах: первый – вход и выход, второй – само прохождение подземного хода. Рассмотрим первый элемент техники. Для выполнения входа рекомендуется после прохождения предыдущего препятствия не выпрямляться, а продолжать движение на полусогнутых ногах, это обеспечит быстрый переход в подземный ход. Также рекомендуется выставить одну руку для контроля вступления в подземный вход. Выход из подземного хода является легким элементом, но часто из-за усталости спортсменам он дается с большим трудом. Техника выполнения выхода заключается в сильном толчке руками и подъеме ног к краю препятствия. После выхода из подземного хода спортсмену остается качественно отработать все элементы стрельбы на огневом рубеже и бежать к финишу.

Список использованной литературы:

1. Бакин А. В., Пивоваров Д. В., Гилль В. Р. Особенности подготовки к соревнованиям по преодолению полосы препятствий со стрельбой в образовательных организациях МВД России // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2016. – №2(65). – С. 67–70.

© Усманов Д. Р., 2021

УДК 378.635.016:796.819.015.44(470)

В. А. Анисимов, преподаватель кафедры физической подготовки Сибирского юридического института МВД России (г. Красноярск)

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ СПАРРИНГИ ПО РУКОПАШНОМУ БОЮ КАК СРЕДСТВО ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ МВД РОССИИ

Актуальность темы исследования заключается в попытке модернизации обучения курсантов образовательных организаций МВД России, а именно – в совершенствовании технико-тактической готовности к выполнению боевых приемов борьбы (далее БПБ).

Как известно, оценка уровня подготовки сотрудника происходит посредством проведения дифференцированного зачета или экзамена, в ходе которых обучающиеся выполняют упражнения по общей физической подготовке и боевые приемы борьбы, за каждый раздел выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» или «неудовлетворительно».

Предполагается, что проведение учебно-тренировочных спаррингов по рукопашному бою повысит уровень владения курсантами боевыми приемами борьбы, улучшит уровень технической и тактической подготовки к противоборству с потенциальным правонарушителем. Уникальность рукопашного боя для сотрудников МВД состоит в том, что в процессе занятий моделируются ситуации прямого противоборства с противником, причем противоборство носит не абстрактный характер, а непосредственное, «контактное», лицом к лицу. [2], 128.

С целью повышения уровня владения курсантами боевыми приемами борьбы и способности их эффективного применения, повышения оценки за данный раздел нами был проведен эксперимент. Суть исследования заключалась во введении в занятия курсантов учебно-тренировочных спаррингов по рукопашному бою и последующем анализе эффективности данного введения. Спаррингам отводилось в среднем 30 минут, они проводились на каждом 3 занятии по физической подготовке в течение учебного семестра. В ходе занятия один курсант проводил 2-3 спарринга со сменой партнера продолжительностью 3 минуты.

Для проведения исследования были выбраны 2 учебных взвода 4 курса обучения СибЮИ МВД России, обучающиеся по специальности «Правоохранительная деятельность». В каждой группе 25 курсантов (всего 50 человек). Данные взводы были выбраны после анализа результатов сдачи БПБ учебными взводами 3 курса обучения за 6 семестр ввиду относительно одинакового среднего балла и, соответственно, примерно одинакового уровня владения БПБ. Стоит отметить, что в качестве исследуемых были выбраны именно курсанты, перешедшие на 4 курс обучения. Это связано с тем, что в конце 3 курса обучения в соответствии с рабочей программой дисциплины курсанты изучили содержание и все приемы БПБ.

Исследование проводилось в течение семестра. Контрольная группа занималась совершенствованием БПБ по классическому варианту, ограничиваясь лишь отработкой различных приемов. В опытной группе на протяжении семестра проводились учебно-тренировочные спарринги по рукопашному бою. Бои проводились в перчатках для бокса (не менее 12 унций), шлемах для армейского рукопашного боя (с железной сеткой), защитных жилетах, бандажах и футах на ногах. Поединок длился 3 минуты, во время него разрешались удары руками и ногами в голову и туловище в стойке, а также применение бросковой техники и борьбы в партере. В целях придания спаррингам соревновательной формы технические действия курсантов оценивались в соответствии с правилами рукопашного боя. Ударная и борцовская техника оценивалась баллами, определялась активностью и первым техническим действием. По окончании спарринга определялся условный победитель. Такие спарринги, как отмечалось ранее, проходили в опытной группе в течение 30 минут на каждом третьем занятии на протяжении семестра. В данной группе удалось провести всего 12

занятий, в ходе которых проходили учебно-тренировочные спарринги. Таким образом, каждому курсанту опытной группы удалось провести 35-40 спаррингов по рукопашному бою в течение семестра перед сдачей зачета.

После принятия зачета у курсантов контрольной и опытной групп, было проведено сравнение результатов сдачи ими БПБ. Сравнивались результаты двух групп, личные результаты курсантов в каждой группе, с данными за предыдущий семестр.

Контрольная группа в 6 семестре обучения за выполнение боевых приемов борьбы имела средний балл, равный 3.85, за 7 же семестр обучения средний балл составил 4.0. В то же время опытная группа по результатам сдачи боевых приемов борьбы имела средний балл, за 6 семестр, равный 3.9 и 4.4 за 7 семестр.

Проанализировав полученные результаты, мы можем сделать ряд выводов относительно эффективности применения в обучении курсантов учебно-тренировочных спаррингов по рукопашному бою. Как мы можем наблюдать, средняя оценка за сдачу БПБ курсантов опытной группы выросла на 0.5 балла и составила 4.4 балла. По результатам промежуточной аттестации средний балл контрольной группы также показал положительную динамику и составил 4.0, что на 0,15 балла выше, чем в предыдущем семестре. Несомненно, мы можем наблюдать лучшую динамику владения у курсантов БПБ опытной группы, участвующих в учебных спаррингах в течение семестра. По сравнению с контрольной группой средний балл опытной группы улучшился на 0.35 балла, что является достаточно существенной разницей, при условии, что данные взводы до проведения экспериментальных действий владели БПБ на одинаковом уровне.

На наш взгляд, данные результаты подтверждают значимость и необходимость включения учебно-тренировочных спаррингов по рукопашному бою в процесс обучения курсантов БПБ, поскольку в ходе проведения учебных поединков у курсантов развиваются необходимые навыки и умения ведения поединка, и, что не менее важно, происходит развитие тактических способностей. Таким образом, результатами нашего исследования подтверждается эффективность и целесообразность применения учебно-тренировочных спаррингов по рукопашному бою, поскольку введение данной методики позволяет повысить эффективность профессионально-прикладной физической подготовки у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России.

Список использованной литературы:

1. Гуралев В. М. Некоторые вопросы обучения боевым приемам борьбы курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России / В.М. Гуралев, А.А. Евтушенко // Научный компонент. – 2019. – № 3 (3). – С. 127–133.

2. Камнев Р. В., Плешивцев А. Ю. Инновационный подход в методике проведения учебных занятий по физической подготовке курсантов и слушателей вузов МВД России // Вестник Волгоградской академии МВД России. – 2014. – № 2 (29). – С. 127–132.

3. Торопов В. А. Рукопашный бой или боевые приемы борьбы в теории и практике физической подготовки сотрудников органов внутренних дел / В. А. Торопов, А. И. Ушенин, Р. Б. Хыбыртов // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : сборник материалов международной научной конференции. – Иркутск, 2014. – С. 201–205.

© Анисимов В. А., 2021

УДК 378.635.016:797.2-027.22(470)

Р. Р. Ахтамьянов, преподаватель кафедры огневой и тактико-специальной подготовки Уфимского юридического института МВД России (г. Уфа)

СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНОЕ ПЛАВАНИЕ В СИСТЕМЕ МВД РОССИИ, ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ПОДГОТОВКИ

Соревнования по служебно-прикладному плаванию состоят из индивидуальных заплывов, в том числе и заплыва в форме, а также эстафетной гонки в составе сборных команд.

Индивидуальная часть соревнований заключается в том, что их участники проплывают определенную дистанцию по основным 4 стилям: баттерфляй, брасс, вольный стиль и заплыв на спине. Также существует комбинированный стиль – комплексное плавание включающее в себя 4 вышеуказанных стиля.

Завершающая часть соревнований - это эстафетное плавание, которое всегда вызывает повышенный интерес у любителей спорта и самих участников соревнований. Поскольку совместный труд четырех пловцов – это не только упорная борьба между соперниками, но и частая смена лидеров, накал страстей на финише, все это вызывает ажиотаж среди болельщиков и самих атлетов. Именно в эстафетном плавании особенно часто наблюдаются выдающиеся результаты. Многие пловцы в эстафете плывут быстрее, чем в личных дисциплинах: сказываются чувство ответственности и выброс адреналина. В таких условиях очень важно сделать все возможное, чтобы победить. Помимо быстрого плавания слагаемое успеха в эстафете – это и ее быстрая передача от участника к участнику.

Когда один пловец команды доплывает свой этап и касается бортика, стартует следующий участник. Правилами Международной федерации плавания допускается, что один участник может прыгнуть в воду на 0,03 секунды раньше, чем бортика коснется спортсмен предыдущего этапа. Если же он стартует раньше на 0,04 секунды, вся команда подлежит дисквалификации. Разумеется, рисковать ради эстафетного преимущества с отрывом в 0,03 секунды не хочется никому. На крупнейших соревнованиях наиболее распространенное время передачи эстафеты составляет от 0,20 секунд до 0,30 секунд. Иногда цена медалей решается за сотые доли секунды; от скорости передачи эстафеты зависит очень многое.

Стоит вспомнить американского пловца Джейсона Лезака, который на Олимпиаде 2008 года в Пекине в эстафете преодолел дистанцию 100 м с фантастическим результатом - 46,06 секунды.

В подготовке к соревнованиям по служебно-прикладному плаванию применяются тренировки двух типов: плавание в бассейне и тренировка на суше т.е. в спортивном зале.

Плавание в бассейне является наиболее важной частью подготовки к соревнованиям, данная часть заключается в процессе, который состоит из разных видов занятий: тренировки на короткие дистанции (спринт), средние дистанции и длинные дистанции.

К спринтерским дистанциям относятся заплывы на 50 и 100 метров. Исходя из определения, спринт – это взрывная двигательная деятельность в течение короткого времени, поэтому в спринте преимущественно задействованы быстрые мышечные волокна. Для их развития спортсмены редко выполняют задания на выносливость, так как это может нанести урон скоростным способностям мышц. Для того чтобы быть относительно успешным спринтером, не обязательно плавать постоянно с медленной скоростью длинные расстояния на тренировках.

Нужно плавать с такой скоростью, которая будет наиболее близка к соревновательной. Другими словами, в подготовке пловца (спринтера) к соревнованиям должна преобладать анаэробная тренировка - нагрузка, близкая к максимальной и выполняемая в течение довольно короткого времени. Главное в спринте – суметь развить взрывную силу и максимальную скорость, удержать их в течение определенного времени и плыть так, чтобы техника оставалась правильной. Тренировки современных пловцов на коротких дистанциях обычно включают в себя достаточно большое количество скоростного кратковременного плавания с разными интервалами отдыха (в зависимости от периода подготовки). Также применяются различные устройства, создающие дополнительное сопротивление телу пловца в воде или придающие дополнительное ускорение. Спринтеры физически сильнее пловцов, специализирующихся на средних и длинных дистанциях, и весьма значительная часть их подготовки осуществляется в тренажерном зале.

Типичная тренировка спринтеров состоит из чередования мягкого, свободного, а также быстрого плавания. Чтобы преодолеть дистанцию в 50 м, спортсмены проплывают различные задания наподобие 10 x 200 или 10 x 400 м. На соревнованиях необходимо плыть 50 или 100 м, не больше. Важно понимать, что тренировочные задания должны готовить спринтера к тому, чтобы он показал отличный результат на соревнованиях. В тренировке это можно реализовать такими заданиями, как, например, 10x25 м с максимальной интенсивностью с отдыхом до восстановления, то есть спринтер сам чувствует, когда достаточно отдохнул после 25-метрового заплыва и может приступить к следующему повторению.

Между повторениями можно «откупаться» 25 – 50 м (т.е. восстановить дыхание, проплыв в спокойном ритме). Для того чтобы подготовиться к дистанции на 100 м, нужна большая подготовка, нежели для выступления на 50 м, и можно включать в тренировку больше заданий на выносливость. Часто спортсмены используют определенную тренировочную серию, как, например, 4x25 м в полную силу с отдыхом 30 секунд между повторениями.

Тренировки на средние дистанции, которые в плавании составляют 200 и 400 м наиболее сложные и, как правило, требуют от спортсмена не только хороших скоростных качеств, но и выносливости, а потому в тренировочной программе необходимо присутствие смешанной нагрузки как аэробной, так и анаэробной. В общих чертах, дистанция в 400 м требует большей выносливости, а в 200 м – скорости. На средних дистанциях пловцу необходимо поддерживать высокую скорость в течение довольно долгого времени (от 2 до 6 мин, в зависимости от длины дистанции и подготовки пловца). Во время заплыва организм расходует больше кислорода, чем получает его с дыханием. Возникает так называемый кислородный долг. Важная тренировочная задача - как можно лучше переносить недостаток кислорода и поддерживать скорость плавания высокой и постоянной на протяжении всего заплыва. Очень многие пловцы начинают быстро плыть со старта, затем сильно устают и еле доплывают дистанцию. Это говорит о том, что нужно улучшать качество тренировок и уметь правильно распределять собственные силы.

Комбинировать тренировку скорости и выносливости необходимо для успешного плавания на средние дистанции. Типичные занятия могут состоять из заданий, в которых задействованы процессы как аэробного, так и анаэробного энергообразования. Например, 5x200 м с высокой скоростью и средним по продолжительности временем отдыха между повторениями, или 12-20x50м с высокой скоростью в режиме 1 мин. 15 сек., или 12x100 м в режиме 2 мин. с увеличением скорости плавания от первых 100 м к третьим (то есть цикл повторяется четырежды). Объем плавания на тренировке при подготовке спортсменов специализирующихся на преодолении средних дистанций, существенно выше, чем объем, проплываемый

спринтерами. При этом общая интенсивность занятий также выше. Средние дистанции предъявляют пловцу иные требования, нежели необходимые для спринта. Чтобы успешно соревноваться на 200 и 400 м, нужно много работать не только над скоростью, но и над выносливостью. Пловцы, специализирующиеся в плавании на средние дистанции, физически не так мощны, как спринтеры, но гораздо выносливее. Они, как правило, имеют меньшую мышечную массу, это связано в первую очередь с тем, что мышечные волокна необходимо снабжать кислородом во время преодоления дистанции. А когда кислорода и так не хватает, лишние мышечные волокна приводят к сильному кислородному голоданию, что отрицательно сказывается на технике плавания и скорости преодоления дистанции [2; с. 26].

Тренировки на длинные дистанции (стайерские), как правило, отнимают у пловца максимальное количество ресурсов психического здоровья и времени; успешное преодоление длинных дистанций требует отличной выносливости. Спортсмены должны уметь долго плыть на одной и той же скорости (желательно, чтобы она была высокой), а также терпеть боль, жжение в мышцах, возникающие во время заплыва. Чем длиннее дистанция, тем дольше надо терпеть боль. Дистанция длиной в 1500 м для многих пловцов является приносящей "неземные страдания". Обычно пловцы, не часто плавающие такие дистанции, не имеют должного уровня подготовки, поэтому им и приходится тяжело. Для повышения аэробной выносливости во время длинных заданий рекомендуется плавать на пульсе 140-170 ударов в минуту. Меньший пульс не дает необходимого тренировочного эффекта, в то время как больший вовлекает анаэробные источники энергообразования, вследствие чего эффект нагрузки смещается в неправильном направлении, наступает усталость. Примером задания для аэробной выносливости может быть 10х200м с отдыхом 15 с между повторениями или 6х400 м с отдыхом 20-30 с. Такие задания обычно используются в начале сезона, чтобы заложить фундамент общей выносливости, на который дальше постепенно будут надстраиваться специальная выносливость, сила и скорость. В последнее время в мире плавания наблюдается тенденция отхода от заданий, содержащих однократное проплавание более 400 м. Когда-то популярные задания наподобие 3х1500м или 5х800 м уже практически не используются. Повышается интенсивность плавания на тренировке, что предъявляет большие требования к выносливости спортсмена, нежели монотонное аэробное плавание [1; с. 104].

Вывод таков: интенсивные тренировки приносят больше пользы спортсменам, желающим достичь лучшего результата, при этом объем нагрузки необязательно должен становиться меньше. В качестве примера можно привести Кирена.

Перкинса, олимпийского чемпиона 1992 г. и 1996 г. на дистанции в 1500 м. Это был стайер, использовавший разнообразные тренировочные

подходы. Конечно, он плавал много километров, его тренировки были очень интенсивными и включали в себя много заданий смешанного аэробно-анаэробного характера, а иногда – преимущественно анаэробного. Однажды он плыл 30х50 м вольным стилем в полную силу в режиме 1 мин. 30 сек. и плыл по 24 секунды!

Неспроста такие задания включаются в тренировку чемпионов – это подтверждает важность не только аэробного плавания, но также смешанного и анаэробного плавания в тренировочном процессе даже у стайеров. Стайеры обычно физически на порядок слабее спринтеров и средневикиков, но имеют лучший уровень развития сердечно-сосудистой системы вследствие больших нагрузок на выносливость. Вполне объяснимо, что стайеры не имеют такой мышечной массы, как спринтеры (ведь большие мышцы тяжелее обеспечивать кислородом). Стоит уделить внимание рациону питания пловцов на длинные дистанции; он несколько отличается от рациона пловцов других групп (есть большая потребность в жирах, которые окисляются во время длительного плавания).

Физическая подготовка пловца "на суше" также делится на два вида: общую физическую подготовку и тренировки на повышение эластичности мышц и суставов.

Хорошо развитая гибкость позволяет спортсменам совершать более пластичные эффективные движения в воде, требующие от организма наименьших энергозатрат. Преимущества пловцов с отличной гибкостью видны невооруженным глазом: они быстро, плавно и красиво скользят вперед по поверхности воды, имеют лучшую амплитуду движений, более качественную технику и, соответственно, не так быстро утомляются. Подвижные суставы и эластичные связки гораздо меньше подвержены травмам.

Тренировка гибкости помогает удлинить мышечные волокна, чем они длиннее, тем больше силы могут создать во время своих сокращений. Уровень гибкости напрямую связан со скоростью плавания: благодаря хорошей растяжке развивается способность мышц выполнять быстрые, мощные и качественные движения в воде. Примерами высокой гибкости являются спортсмен-пловец мирового класса Александр Попов и Майкл Фелпс, известные своей феноменальной растяжкой. Гибкость – это не только врожденный показатель, но и результат кропотливых тренировок в течение многих лет.

Вместе с этим физические нагрузки становятся менее энергозатратными и легче переносятся спортсменами. Существует определенного рода аксиома: «чем меньшее сопротивление воды вы встречаете, тем быстрее плывете, и наоборот». Одна из основных причин чрезмерного сопротивления заключается в огромном количестве лишних движений, совершаемых пловцом. Это происходит, если ваши суставы недостаточно гибки, а мышцы недостаточно эластичны. Например, чтобы слегка повернуть руку или ногу, вам приходится вращать под неудобным углом чуть ли не все тело.

Развитие гибкости способствует увеличению амплитуды движений во время плавания, и это помогает продвигаться вперед более эффективно, наилучшим образом задействуя двигательные возможности мышц, суставов и связок. Сопротивление воды сразу становится меньше. С помощью специальных упражнений можно добиться даже большей подвижности в суставах, превышающей необходимую непосредственно во время плавания. Если размах движений на суше превышает нужную амплитуду движений в воде, значит ваша гибкость отлично развита и вы должны использовать это преимущество. Создается некий запас гибкости, который выражается в возможности плыть с большей легкостью и меньшими усилиями. Движения получаются расслабленными, и их полезное действие возрастает.

Эластичные мышцы более координированные, работоспособные и готовы с меньшими потерями энергии переносить физические нагрузки; при этом значительно уменьшается риск получения травмы. Занятия на гибкость способствуют расширению сосудов и улучшению мышечного кровотока. Это очень полезно для восстановления после тренировок: из мышц быстрее выводятся вредные продукты обмена. Известно, что во время нагрузки в мышцах вырабатывается молочная кислота, которая способствует укорачиванию мышечных волокон и уменьшению мощности их сокращений. Тогда нарастает чувство усталости и возникает, как говорят пловцы, ощущение забитости мышц. Спортсмены с лучшей гибкостью приступают к нагрузке с более длинными мышечными волокнами, которые способны работать на высокой мощности в течение продолжительного времени, пока вырабатывается молочная кислота. Развитая гибкость помогает плыть на высокой скорости значительно дольше. Это одно из ключевых преимуществ, которое вы можете развить, регулярно делая упражнения на растягивание.

Однако помимо повышения эластичности мышц в построении невероятных результатов немаловажную роль играет и общая физическая подготовка (ОФП), выражающаяся в специальных физических показателях, таких как сила, выносливость, координация движений. Их можно улучшать не только на тренировках в бассейне, но и с помощью определенных упражнений в спортивном зале. Занятия по физической подготовке наиболее эффективны при правильно построенной программе занятий, они вносят разнообразие в тренировочный процесс и способствуют совершенствованию возможностей пловца. Важно помнить, что любая физическая активность вне стен бассейна должна быть направлена не на то, чтобы нарабатывать груду мышц, а на развитие быстроты плавания.

Плавание, как говорилось ранее, уникальный вид физической активности. Навыки, необходимые для того, чтобы правильно и красиво плавать, очень специфичны и оттачиваются во время тренировок в воде. Очевидно, что нельзя научиться плавать, не посещая бассейн, но без занятий на суше невозможно обеспечить такой уровень силовых показателей, ко-

торый со временем станет необходимым для успешного совершенствования в плавании. Все ведущие пловцы мира регулярно занимаются специальной физической подготовкой за пределами бассейна. Если не уделять ей время, то спортсмен не сумеет полностью реализовать свои плавательные способности. Силовые тренировки позволяют развить те мышцы, которые задействованы во время движений в воде и которые вы не сможете проработать только плавательными тренировками. При этом главная цель этих тренировок не накачать мышцы, а улучшить силовые показатели, необходимые для более быстрого плавания. Так французский пловец Алан Бернар всегда уделял максимальное внимание силовым тренировкам.

Исходя из вышеуказанного, можно сделать вывод о том, что такой вид спорта как плавание является сложным и многогранным, так как любое движение в нем очень долго оттачивается в тысячах тренировочных процессов, требует долгой работы как в бассейне, так и на занятиях в спортивном зале.

Список использованной литературы:

1. Носова Д. Х., Давлетов В. И. Использование высокоинтенсивных интервальных тренировок по плаванию // В сборнике: Служебно-прикладные виды спорта МВД России: современное состояние и направления совершенствования. Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции / под общей редакцией О. С. Носкова. – 2020. – С. 102– 105.

2. Коричко А. В., Кислюк А. В. Спортивное плавание: техника и методика обучения/ учебное пособие. – Нижневартонск, 2007.

© Ахтамьянов Р. Р., 2021