

## ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

5.8.7. Методология и технология профессионального образования

УДК 796

DOI 10.37493/2307-907X.2022.5.18

**Бакшева Татьяна Витальевна, Земляной Александр Иванович,  
Петренко Дмитрий Андреевич**

### **К ВОПРОСУ О ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СОТРУДНИКА ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ К ПРЕСЕЧЕНИЮ ПРАВОНАРУШЕНИЙ В РАЗЛИЧНЫХ СИТУАЦИЯХ**

*Статья посвящена проблеме выявления эффективных способов подготовки сотрудников органов внутренних дел к применению физической силы в сложных ситуациях служебной деятельности. Цель статьи – реализация на практике ситуационных методов обучения, способствующих формированию у сотрудников органов внутренних дел навыков применения физической силы в сложных ситуациях служебной деятельности. Для достижения поставленной цели применялись методы теоретического анализа, проанализированы и обобщены научные, учебно-методические материалы, нормативно-правовые документы и практический опыт деятельности сотрудников полиции. Во введении к статье рассматривается важность физической подготовленности сотрудников при выполнении ими профессиональных задач. При проведении научного исследования по написанию работы авторы использовали общенаучные методы познания объективной действительности. Основными выводами и результатами работы выступили научные суждения о значимости развития профессионально значимых физических качеств, таких как выносливость, сила, быстрота и ловкость в условиях моделирования оперативно-служебных ситуаций деятельности сотрудника полиции. По мнению авторов наиболее приемлемым и общедоступным средством для педагогического моделирования выступают полосы препятствий. Новизна в работе представлена авторами в трактовке методики физической подготовленности сотрудника полиции, максимально приближенной к деятельности по пресечению действий правонарушителя.*

**Ключевые слова:** физическая подготовка, физическая подготовленность, физическая выносливость, ловкость, профессиональная деятельность, сотрудники органов внутренних дел.

**Tatiana Baksheva, Alexander Zemlyanoi, Dmitry Petrenko  
ON THE QUESTION OF THE PHYSICAL FITNESS OF AN EMPLOYEE  
OF THE INTERNAL AFFAIRS BODIES FOR THE SUPPRESSION  
OF OFFENSES IN VARIOUS SITUATIONS**

*The article is devoted to the problem of identifying effective ways to train employees of internal affairs bodies to use physical force in difficult situations of official activity. The purpose of the article is the implementation in practice of situational training methods that contribute to the formation of skills in the use of physical force in difficult situations of official activity among employees of internal affairs bodies. The main conclusions and results of the work were scientific judgments on the importance of the development of professionally significant physical qualities, such as endurance, strength, speed and dexterity in the conditions of modeling operational and service situations of a police officer. According to the authors, obstacle courses are the most acceptable and generally available means for pedagogical modeling. The novelty in the work is presented by the authors in the interpretation of the methodology of physical fitness of a police officer, as close as possible to the activity of suppressing the actions of the offender.*

**Key words:** physical fitness, physical fitness, physical endurance, dexterity, professional activity, employees of internal affairs bodies.

**Введение / Introduction.** Деятельность сотрудников органов внутренних дел – это многогранный механизм, находящийся в постоянном движении. Одно лишь в нем неустойчиво – условия работы: взаимодействие с теми или иными категориями граждан, оперативная обстановка на обслуживаемой территории и др.

Ученые-правоведы, педагоги, психологи и иные специалисты достаточно часто высказывают мнение о важности морально-психологической устойчивости сотрудников органов внутренних дел, однако в некоторых ситуациях огромное значение приобретает именно уровень их физической подготовленности. В рамках этого стоит вспомнить выражение Уинстона Черчилля: «Ситуацию мало уметь использовать, её надо уметь создавать». А для этого необходимо обладать определенными навыками, рассматриваемыми нами ниже.

**Материалы и методы / Materials and methods.** В работе применялись методы теоретического анализа научной и методической литературы по исследуемой теме, сравнение, обобщение, наблюдение, анкетирование, систематизация и изучение учебной документации, педагогический эксперимент, методы статистической обработки результатов.

**Результаты и обсуждение / Results and discussion.** В первую очередь поговорим об общей физической выносливости, которая позволяет сотруднику полиции долгое время сохранять темп работы. Примером таковой служат: возможность продолжительное время преследовать убегающего правонарушителя, исследовать в пешем порядке пересеченную местность, занимающую обширную территорию, длительное время находиться в засаде, в особенности при повышенных (пониженных) температурах воздуха либо осадках.

Для развития выносливости в целях работы в определенной ситуации необходим индивидуальный подход, не исключающий общих принципов. К ним относятся:

- интенсивность (весь процесс тренировки направлен на активизацию запаса внутренних сил и его увеличение, упражнения выполняются до момента максимальной напряженности);
- повторность (различное количество подходов одного упражнения);
- системность (задействуются поочередно все группы мышц и несколько систем организма);
- расфокусировка (при возникновении вопроса о развитии общей выносливости на данное понятие можно смотреть с двух сторон: во-первых, отсутствие «фокуса» тренировки схоже с ее системностью, ибо в таком случае она будет направлена на развитие физической подготовленности сотрудника в целом, во-вторых, во время отработки навыков нельзя направлять все мысли на ту или иную проблему, это может обнулить эффективность занятия);
- поэтапность, стремящаяся к увеличению (важно последовательно переходить от одного упражнения к другому, увеличивая нагрузку, однако мнения специалистов в данной области разделились: часть считает, что ритм тренировки во весь ее период не должен изменяться, некоторые утверждают, что начало и конец занятий, связанных с физическим развитием, должны иметь более высокий темп, чем середина таковых, и наоборот).

Умение выработать выносливость в условиях высоких и низких температур также имеет большое значение для сотрудников ОВД, особенно для тех, у кого смена климатических условий осуществления деятельности произошла очень резко. В такой ситуации важно запомнить главное – привыкать к холоду (теплу) необходимо постепенно, маленькими порциями. Например, каждый раз немного увеличивать время погружения в холодную воду[3].

Следующим качеством, необходимым для субъектов, осуществляющих правоохранительные функции, является ловкость. Именно эта особенность помогает им избежать причинения вреда здоровью или угрозы жизни. Сотрудник органов внутренних дел нередко оказывается в обстановке, где может возникнуть необходимость быстро уйти с линии атаки (при задержании правонарушителя, имеющего холодное или огнестрельное оружие), выполнять несколько задач одновременно (преследовать преступника, одновременно прицеливаясь и преодолевая препятствия).

Рассматривая данный навык мы опять же можем говорить о его видах, в частности нас интересует общая и специальная ловкость. В последнем случае важной частью является наличие арсенала умений контроля своих действий, отработанных технично [5].

Ловкость – это целый комплекс качеств: координация, скорость мышления, качественная реакция и внимательность. Основные правила для развития ее сотрудниками ОВД:

- включение эстафет в процесс тренировок (именно они выводят из состояния равновесия (например, бег с разворотом тела), позволяя получить наибольший эффект);
- хорошая база физической подготовленности;
- работа с растяжкой и эластичностью (суставы, связки и мышцы должны быть гибкими и эластичными);
- работа в спаррингах (воспроизведение возможной ситуации, где нужно активизировать внимание и скорость) [2].

Продолжая говорить о готовности сотрудника полиции к работе в различных ситуациях, обратим внимание на уровень силовой подготовки. О необходимости умело применять силовые навыки говорят нам нормативно-правовые акты. Приказ МВД России от 01 июля 2017 г. № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» упоминает вышеуказанное как основную цель физической подготовки сотрудников, а Федеральный закон от 07 февраля 2011 г. № 3-ФЗ «О полиции» регламентирует порядок и основания применения физической силы.

Как правило, выделяется ряд основных закономерностей развития рассматриваемых качеств, а именно:

- гетерохронность (большой результат достигается, когда воздействие на ту или иную структуру организма происходит в период ее интенсивного количественного и качественного изменения);
- этапность (определяется длительностью постоянных нагрузок);
- фазность (эффект воздействия в зависимости от состояния физической работоспособности организма);
- перенос (посредством развития одной физической способности оказывается влияние на другую – как положительное, так и отрицательное) [1].

Итак, поднимая вопрос о физической подготовленности сотрудников органов внутренних дел, важно понимать, что они осуществляют свою деятельность в различных ситуациях: критических, экстремальных, требующих быстрых и слаженных действий. Такие условия работы вызывают необходимость высокого уровня развития общей физической выносливости, ловкости и силовой подготовки, который повышается за счет четкого соблюдения общих принципов тренировочного процесса, включая индивидуальный подход.

Одной из главных черт сотрудника полиции является универсальность, так как он должен быть готов к работе в различных условиях, в том числе довольно сложных и экстремальных. Курсанты, обучающиеся в образовательных организациях системы МВД России, проходят различные формы подготовки к работе: психологическую, тактико-специальную, огневую, физическую. Именно на последнюю стоит обратить внимание.

В процессе занятий по специальной физической подготовке у курсантов формируется многие необходимые сотруднику полиции навыки: физическая сила, выносливость, координация и т. д. Помимо этих навыков необходимо делать упор на устойчивость к окружающей обстановке. Для этого можно усилить состав нормативов, которые необходимы для сдачи основных и промежуточных срезов, некоторыми упражнениями. Данные нормативы могут быть внутренними, регламентированы Уставом образовательной организации [4].

Так, например, в каждой образовательной организации системы МВД России есть полосы препятствий, которые, в свою очередь, не только укрепляют курсанта физически, но и психологически настраивают его на преодоление трудностей и формируют готовность перебороть свои страхи и сомнения, а следовательно, укрепляют уверенность в своих силах, делают учащегося смелее и решительнее.

Порядок выполнения (корректируется преподавателями по специальной физической подготовке в зависимости от оснащённости полосы):

- форма для выполнения – спортивная;
- дистанция 200–400 м.
- исходное положение – стоя в траншее.

Необходимо метнуть гранату массой 500 г (для девушек), 700 г (для юношей) из траншеи на расстоянии 15–30 м по стенке или по площадке перед стенкой. Засчитывается прямое попадание. В случае непопадания в цель продолжить метание (не более трех гранат). По израсходовании трех гранат и отсутствии попадания отнимаются баллы от полученных за упражнение в целом. Покинув траншею, ускоренно направиться к линии начала полосы, преодолев препятствие в виде одиночной стены путем скалолазного подъема, далее пробежать по балкам, после них преодолеть ступени лестницы, обежав флажок, вернуться в обратном направлении по дорожке.

Другим вариантом сдачи норматива может стать выполнение этого же упражнения, но в составе подразделения. В данном случае возможно два варианта:

- каждый последующий курсант начинает выполнение упражнения по возвращении предыдущего (время останавливается при завершении дистанции последним сдающим);
- суммируются все индивидуальные результаты сотрудников подразделения.

Время выполнения упражнения будет устанавливаться преподавателями, учитывая пол курсанта. Лучшее и худшее время определяется исходя из общей статистики. Время переводится в баллы и далее – в оценки.

Каждый из преодоленных элементов дистанции может выявить индивидуальные способности отдельных курсантов, что в дальнейшем позволит им сделать правильный выбор спортивной секции.

Говоря о физической подготовке курсанта образовательной организации системы МВД России к экстремальным или сложным условиям осуществления деятельности сотрудника полиции, необходимо учитывать, что между формированием умений и навыков, в том числе и физических, и их практической реализацией существует барьер. В частности, при выполнении упражнений отсутствует так называемый «эффект неожиданности», когда курсант не предполагает, с чем ему придется столкнуться, а также отсутствует ощущение реальной угрозы безопасности, как личной, так и окружающих [7].

Для преодоления данного барьера можно использовать метод моделирования.

В рамках занятия по специальной физической подготовке следует создать определенную учебную обстановку. Она должна обеспечить курсантам необходимое психологическое состояние, тождественное реальной ситуации. Такой режим проведения учебных пар и тренировок должен реализовываться как можно чаще. Это повышает психологическую устойчивость учащихся и уверенность в своих силах.

Научные исследования в этой области также свидетельствуют о том, что создание сложных условий с элементами опасности и риска в наибольшей степени способствуют повышению психологической устойчивости работника.

Помимо полосы препятствий, рассматриваемой нами выше, способами проектирования реальных ситуаций являются:

- повышение физических нагрузок до предельных отметок;
- проведение занятий при любых погодных условиях;
- выбор беговых дистанций со сложным рельефом местности;
- все умение и навыки по физической подготовке к трудностям довести до автоматизма;
- полная реалистичность обстановки, характерная для экстремальных ситуаций, – место, время, звуки, действия других лиц.

Необходимо также создавать условия, формирующие волю курсанта: например, повторное преодоление препятствий или спарринг с «правонарушителем», внезапное увеличение нападающих или усложнение задания. Отличным средством будет момент принятия быстрого решения или нескольких и точно спланированных действий [6].

Уровень риска и опасности должен возрастать за счёт усложнения условий выполнения упражнения:

- повышается высота снарядов;
- создается необходимость прыгать с большой высоты;
- увеличивается высота подъема.

**Заключение / Conclusion.** Таким образом, можно сделать вывод, что существует определенная разница в условиях между проведением занятий по специальной физической подготовке и практической деятельностью сотрудника полиции. Для её преодоления можно использовать различные методы, ввести новые нормативы, которые, в свою очередь, сформируют готовность курсантов к работе в различных условиях, повысят их решительность и смелость, а также улучшат умение принимать быстрое и правильное решение в ситуации, нетерпящей отлагательств.

#### ЛИТЕРАТУРА И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. Бакшева, Т. В. Оценка психофизиологических параметров организма студентов колледжей с разными двигательными режимами / Т. В. Бакшева, В. С. Миласечкин, В. В. Иванов, Н. В. Логачев // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 11. – С. 12–14. – Текст : непосредственный.
2. Гогун, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта / Е. Н. Гогун. – Москва.: Академия, 2016. – 224 с. – Текст : непосредственный.
3. Земляной, А. И. Психолого-педагогические аспекты организации спортивной подготовки курсантов образовательных организаций МВД России / А. И. Земляной, Д. А. Петренко // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 63-1. – С. 118–121. – Текст : непосредственный.
4. Касьянов, С. В. Теоретические аспекты развития общей выносливости у курсантов образовательных организаций МВД России / С. В. Касьянов, Д. А. Петренко, С. Н. Кашин // Вестник Северо-Кавказского федерального университета. – 2021. – № 89-2. – С. 144–151. – Текст : непосредственный.
5. Крестникова, Е. П. Особенности спортивной подготовки девушек боксеров 16–18 лет / Е. П. Крестникова, Т. В. Чалая // Теория и практика современной науки. – 2021. – № 4 (70). – С. 212–215. – Текст : непосредственный.
6. Соловьев, Г. М. Обоснование необходимости диалектического единства в теории и практике профессионально-прикладной физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России / Г. М. Соловьев, С. Н. Кашин, Д. А. Петренко // Мир науки, культуры, образования. – 2020. – № 3 (82). – С. 167–169. – Текст : непосредственный.
7. Харечкин, А. Н. Особенности психологической подготовки и обучения слушателей вузов МВД России к несению службы в ОВД РФ с оружием / А. Н. Харечкин, М. М. Москвин, С. С. Зубенко // Проблемы современного педагогического образования. – 2017. – № 56-8. – С. 256–261. – Текст : непосредственный.

#### REFERENCES AND INTERNET RESOURCES

1. Baksheva T. V. Ocenka psihofiziologicheskikh parametrov organizma studentov kolledzhej s raznymi dvigatel'nymi rezhimami (Assessment of psychophysiological parameters of the body of college students with different motor modes) / T. V. Baksheva, V. S. Milashechkin, V. V. Ivanov, N. V. Logachev // Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury. – 2020. – No 11. – S. 12–14.
2. Gogunov, E. N. Psihologiya fizicheskogo vospitaniya i sporta (Psychology of physical education and sports) / E. N. Gogunov. – Moskva : Akademiya, 2016. – 224 s.
3. Zemlyanoi, A. I. Psikhologo-pedagogicheskie aspekty organizacii sportivnoj podgotovki kursantov obrazovatel'nykh organizatsii MVD Rossii (Psychological and pedagogical aspects of the organization of sports training of cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia) / A. I. Zemlyanoi, D. A. Petrenko // Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya. – 2019. – No 63-1. – S. 118–121.

4. Kas'yanov, S. V. Teoreticheskie aspekty razvitiya obshchej vynoslivosti u kursantov obrazovatel'nyh organizacii MVD Rossii (Theoretical aspects of the development of general endurance among cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia) / S. V. Kas'yanov, D. A. Petrenko, S. N. Kashin // Vestnik Severo-Kavkazskogo federal'nogo universitet. – 2021. – No 89-2. – S. 144–151.
5. Krestnikova, E. P. Osobennosti sportivnoj podgotovki devushek bokserov 16–18 let (Features of sports training of female boxers 16–18 years old) / E. P. Krestnikova, T. V. Chalaya // Teoriya i praktika sovremennoi nauki. – 2021. – No 4 (70). – S. 212–215.
6. Solov'ev, G. M. Obosnovanie neobходимosti dialekticheskogo edinstva v teorii i praktike professional'no-prikladnoj fizicheskoy podgotovki kursantov i slushatelej obrazovatel'nyh organizacii MVD Rossii (Substantiation of the need for dialectical unity in the theory and practice of professionally applied physical training of cadets and students of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia) / G. M. Solov'ev, S. N. Kashin, D. A. Petrenko // Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya. – 2020. – No 3 (82). – S. 167–169.
7. Harechkin, A. N. Osobennosti psikhologicheskoy podgotovki i obucheniya slushatelej vuzov MVD Rossii k neseniyu sluzhby v OVD RF s oruzhiem (Features of psychological preparation and training of students of the universities of the Ministry of Internal Affairs of Russia to serve in the Department of Internal Affairs of the Russian Federation with weapons) / A. N. Kharechkin, M. M. Moskvina, S. S. Zubenko // Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya. – 2017. – No 56-8. – S. 256–261.

#### СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

**Бакишева Татьяна Витальевна**, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры оздоровительной и адаптивной физической культуры СКФУ, г. Ставрополь. E-mail: tbaksheva@ncfu.ru

**Земляной Александр Иванович**, кандидат педагогических наук, доцент, заместитель начальника кафедры физической подготовки и спорта Ставропольского филиала Краснодарского Университета МВД России, г. Ставрополь. E-mail: sasha\_zemlyanoi@mail.ru

**Петренко Дмитрий Андреевич**, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической подготовки и спорта Ставропольского филиала Краснодарского Университета МВД России, г. Ставрополь. E-mail: petrenkodmitr@yandex.ru

#### INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

**Tatiana Baksheva**, candidate of pedagogical sciences, associate professor, associate professor of the Department of Health and Adaptive Physical Culture of the NCFU, Stavropol. E-mail: tbaksheva@ncfu.ru

**Alexander Zemlyanoy**, candidate of pedagogical sciences, associate professor, Deputy head of the Department of physical training and sports of the Stavropol branch of the Krasnodar University of the Ministry of internal Affairs of Russia, Stavropol E-mail: sasha\_zemlyanoi@mail.ru

**Dmitry Petrenko**, candidate of pedagogical sciences, associate professor, associate professor of the Department of physical training and sports of the Stavropol branch of the Krasnodar University of the Ministry of internal Affairs of Russia, Stavropol. E-mail: petrenkodmitr@yandex.ru