

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОСТОВСКИЙ ЮРИДИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ МИНИСТЕРСТВА
ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»
(ФГКОУ ВО РЮИ МВД России)

**ФИЗИЧЕСКОЕ
ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ:
АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ
ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ**

**Сборник научных трудов участников
Всероссийской научно-практической
конференции**

10 февраля 2017 года

Часть 1

Ростов-на-Дону
2017

УДК 796

ББК 75

Ф - 503

Рецензенты:

начальник кафедры огневой и физической подготовки
Международного межведомственного центра подготовки
и переподготовки специалистов по борьбе с терроризмом
и экстремизмом ВИПК МВД России **С. Н. Рыжов**;

начальник кафедры физической подготовки Северо-Кавказского
института повышения квалификации (филиала)
Краснодарского университета МВД России

кандидат педагогических наук, доцент **А. К. Карданов**;
начальник кафедры физической подготовки Уральского юридического
института МВД России кандидат педагогических наук,
доцент **А. В. Дружинин**

Ф - 503 **Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики:** сборник научных трудов участников Всероссийской научно-практической конференции / отв. ред.: А. С. Ханахмедов, В. М. Баршай, Д. С. Вавилкин, А. А. Тащиян: в 2 ч. – Ростов н/Д: ФГКОУ ВО РЮИ МВД России, 2017. Ч. 1. – 200 с.

ISBN 978-5-89288-313-9

ISBN 978-5-89288-315-3 (ч. 1)

Материалы сборника отражают современные проблемы физического воспитания и спорта, вопросы теории и практики обучения сотрудников органов внутренних дел. Рассматриваются инновационные педагогические технологии в сфере физической культуры и спорта.

Предназначен для курсантов, слушателей, преподавателей, адъюнктов, а также практических работников органов внутренних дел.

Печатается по решению редакционно-издательского совета
ФГКОУ ВО РЮИ МВД России.

ISBN 978-5-89288-313-9

ISBN 978-5-89288-315-3 (ч. 1)

УДК 796

ББК 75

© ФГКОУ ВО РЮИ МВД России, 2017

РАЗДЕЛ 1. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МИНИСТЕРСТВА ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**А. В. Алдошин,
Р. В. Еремин**

РОЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ В ХОДЕ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Физическая подготовка курсантов в настоящее время направлена на повышение общефизической подготовленности, укрепление здоровья и проводится с учетом характера служебной деятельности и особенностей организма.

Комплексные занятия в начале периода обучения направлены на повышение общей, а в дальнейшем – специальной физической подготовки будущих сотрудников.

Курсанты и слушатели образовательных организаций системы МВД России овладевают на каждом курсе обучения физическими упражнениями из учебной программы, а также совершенствуют теоретические знания и организаторско-методические навыки и умения.

В процессе занятий соблюдается рациональное чередование работы и отдыха, широко используется часть упражнений на гибкость и расслабление из спортивной и художественной гимнастики.

Физическая нагрузка на занятиях с курсантами должна соответствовать преимущественно аэробному режиму работы, который повышается от одного занятия к другому за счет объема выполняемых физических упражнений. Нагрузка регулируется по частоте пульса и определяется с учетом возраста и уровня физической подготовленности.

Система обучения приемам самозащиты, наряду с использованием принципов и методов обучения, широко применяемых в различных видах спорта, предполагает обязательное использование некоторых специфических методов и средств. К ним, в частности, относится программированность занятий. Основную часть времени занятия курсанты выполняют упражнения в едином строю одновременно, попарно или индивидуально, отрабатывая одни и те же действия в темпе, задаваемом преподавателем. Именно это обстоятельство позволяет обеспечить оптимальную плотность и физическую нагрузку на каждом занятии [1; 5].

Применение в процессе занятий упражнений, направленных на повышение сопротивляемости некоторых частей тела механическим воздействиям от наносимых ударов, специального защитного снаряжения, а также специальных средств психологической подготовки, дает возможность подготовить курсантов к ведению боевой схватки с правонарушителем. Одними из наиболее распространенных методов и средств воспитания психологической готовности к ведению схватки принято считать самовнушение, участие в учебно-тренировочных схватках с безоружным и вооруженным макетом партнером, участие в спортивных соревнованиях по различным видам единоборств [1, с. 6–9; 4, с. 18–21].

Правильный психологический настрой человека на любой вид напряженной умственной и физической деятельности – дело весьма непростое. Тем более сложно настроиться на действия, от которых, как это бывает в реальной схватке, непосредственно зависит здоровье и даже жизнь. Тем не менее такую способность можно развить в себе методом самовнушения.

Метод самовнушения (аутогенной тренировки) или психорегуляции применяется в практике лечения различных невротических состояний, а также в работе психологов с представителями некоторых профессий, характеризующихся чередованием быстрой взрывной мобилизации всех духовных и физических сил человека для достижения определенных целей с периодами максимально возможного расслабления (спортсмены, летчики,

космонавты, операторы сложных систем и др.). Однако метод самовнушения под названием «медитация» издавна применяется в различных системах физической подготовки, в частности, в йоге, дзюдо, карате и других восточных единоборствах. В практике применения приемов самозащиты в реальных ситуациях или в спортивных соревнованиях по различным видам единоборств, владение приемами психической саморегуляции обеспечивает победу над противником, превосходящим его технически и физически [2, с. 147].

Среди приемов физической саморегуляции наиболее распространен метод саморегулирующей тренировки. Данная тренировка состоит из двух вариантов: успокаивающего и мобилизующего, причем мобилизующие приемы выполняются только после достижения общего успокоения.

Овладеть приемами психорегулирующей тренировки очень сложно, требуется много времени, поэтому в тренировочном процессе курсантов этот метод широкого применения не получил. Однако в данном аспекте необходимо лишь подчеркнуть роль и влияние «обратной» стороны на участников занятий в зале борьбы или в ином месте для выработки в себе способностей быстро настраиваться на схватку или поединок. С момента входа в зал курсант должен мысленно сосредоточиться на предстоящем занятии, так как он входит на поле «будущего боя», где ему предстоит «прожить» короткую (всего полтора часа), но исключительно интенсивную жизнь. И поэтому он должен относиться с уважением к этому месту, поддерживать должную дисциплину и порядок, настраиваться на занятие. Начало общей групповой разминки – это начало «боя», все участники должны быть предельно внимательны, собраны, сосредоточены. Выполняя упражнения разминки, курсанты должны внимательно следовать командам и действиям преподавателя, одновременно чувствуя товарищей вокруг себя, вырабатывая в себе чувство дистанции и ответственности за последствия собственной неосторожности [4, с. 18–21; 5, с. 31–33].

Учебно-тренировочные схватки являются одним из самых основных способов проверки качества усвоения курсантами приемов самозащиты и способности успешного их применения

на практике. Однако они являются и средством воспитания психологической готовности к «бою». Это воспитание начинается с момента, когда занимающийся в рамках полностью обусловленной схватки, не двинув ни рукой, ни ногой и не моргнув глазом, смотрит, как его партнер играет роль атакующего, «наносит» ему удар в лицо или корпус, намечая дистанцию для атак.

Воспитание продолжается, когда обучающийся, познакомившись с направлением и дистанцией ударов атакующего, начинает отбивать эти удары и «наносит» контрудары, проводит броски и болевые приемы. Воспитание усиливается, когда в рамках полусвободной схватки защищающийся ждет неожиданной атаки нападающего, но не имеет право отвечать контратакой, пока успешно не отобьет атаку нападающего. И наконец, воспитание достигает наибольшего воздействия, когда противник в рамках свободной атаки, самостоятельно определяя свою технику и тактику боя, может в любой момент ринуться вперед или контратаковать, не дожидаясь завершения в атаке партнера. Именно в различных типах схваток проверяется и оттачивается эффективность освоения техники ведения боевой борьбы, тактическое мастерство, физическая выносливость, психологическая готовность и бойцовский дух курсанта [3, с. 299–304; 5, с. 31–33].

Одними из самых эффективных средств психологической подготовки являются спортивные соревнования по видам единоборств: борьба дзюдо, рукопашный бой, самбо и др. Присутствие зрителей, высокая ответственность участников, представляющих на соревнованиях свой коллектив и защищающих его честь, стимулирует у спортсменов достижение самых высоких результатов, стремление показать все, на что он способен в настоящее время. А это и есть экстремальные условия.

Таким образом, учет специфики служебно-оперативной деятельности сотрудников ОВД и использование некоторых психологических принципов в ходе занятий по физической подготовке дают возможность существенно повысить эффективность психологической подготовки курсантов образовательных организаций системы МВД России к действиям в экстремальных условиях.

Литература

1. Алдошин А. В. Динамика развития физических качеств в процессе обучения курсантов в Орловском юридическом институте МВД России имени В. В. Лукьянова // Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов, слушателей и студентов: сборник статей / редкол.: С. Н. Баркалов, И. В. Герасимов, А. В. Кириков и др. Орел, 2015.

2. Баркалов С. Н., Флусов Е. В. Комплексное применение физических упражнений в служебно-боевой подготовке курсантов образовательных организаций МВД России // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. Тула, 2014.

3. Баркалов С. Н., Герасимов И. В. Физическая подготовка курсантов образовательных организаций МВД России: состояние, проблемы и пути совершенствования // Общество и право. 2014. № 4 (50).

4. Воротник А. Н. Некоторые проблемы профессиональной физической подготовки курсантов-женщин образовательных организаций МВД России // Педагогическое образование в России. 2014. № 2.

5. Герасимов И. В. Педагогические аспекты формирования профессиональных двигательных навыков курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Совершенствование физической, огневой и тактико-специальной подготовки сотрудников правоохранительных органов. Физическая подготовка и спорт: сборник статей. Орел, 2015.

М. Х. Аносян

ВОПРОСЫ ПРИМЕНЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ СИЛЫ СОТРУДНИКАМИ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Тему нашего исследования мы постараемся осветить с учетом следственной практики и найти определенную взаимосвязь между применением физической силы в служебной деятельности правоохранительных органов и пределами ее

применения, а также с уголовной ответственностью за превышение должностных полномочий. Начнем с общих вопросов взаимодействия правоохранительной системы.

Объединение совместных усилий различных служб правоохранительных органов в процессе раскрытия, рассмотрения и предупреждения преступлений основано на законе взаимодействия.

Проблема взаимодействия многогранна, и связанные с ней правовые, организационные, тактические и психологические вопросы в равной мере актуальны как для органов предварительного расследования, так и для других служб правоохранительной системы [1, с. 80]. Работа следователя без оперативной поддержки со стороны органов внутренних дел и должного взаимодействия зачастую безрезультатна. Без поддержки оперативных сотрудников, грамотного совместного подхода к производству следственных действий и оперативных мероприятий на основании поручения следователя оставались бы нераскрытыми множество преступлений.

Порядок и условия применения сотрудником органов внутренних дел физической силы имеет важное значение в служебной деятельности, а также может являться основным фактором при защите общественности от преступных посягательств и в сохранении жизни и здоровья самого сотрудника.

Неоднократно в следственной практике именно физическая подготовка и своевременные действия сотрудников полиции помогали достойно разрешать возникающие проблемы, к примеру, обеспечение сохранности доказательств вины преступника на месте происшествия, их обнаружение, защита от нападения родственников преступника на членов следственно-оперативной группы на месте происшествия либо при проверке показаний подозреваемого, или наоборот – защита самого преступника от нападений родственников потерпевших. Неоднократно именно физические действия сотрудников полиции препятствовали уничтожению виновными лицами следов преступления.

Приведем пример из практики. Старшим следователем СУ прокуратуры Ростовской области было возбуждено и принято к

производству уголовное дело по факту убийства матери и ее малолетней дочери в станице Романовской Волгодонского района. По делу в порядке ст. 91 УПК РФ в качестве подозреваемых были задержаны М. и Н. В ходе расследования М. частично признался в совершении преступления и дал согласие на проверку показаний на месте, при этом отрицая свою причастность к убийству малолетней К. и признаваясь в убийстве ее матери. Находясь на месте происшествия – на берегу оросительного канала, М. в ходе демонстрации своих преступных действий обнаружил в траве отрезок алюминиевого провода и попытался ногой сбросить его в воду. Только отменная реакция и физическая подготовка оперативного сотрудника Волгодонского ОП, который ударом по ноге преступника не позволил выполнить задуманное, помогли сохранить важное доказательство. Впоследствии именно данный отрезок провода, на котором были обнаружены биологические следы потерпевшей малолетней К., а на концах – подозреваемого, явился одним из неопровержимых доказательств вины обвиняемого в двойном убийстве из корыстных побуждений.

Можно привести множество примеров успешного раскрытия преступлений и направления уголовных дел в суд с обвинительным заключением в результате качественного взаимодействия органов полиции и следствия. Хотелось бы коснуться некоторых аспектов нормативной и законодательной базы, регулирующей применение физической силы сотрудниками органов внутренних дел.

Напомним, что ФЗ от 07.02.2011 № 3-ФЗ «О полиции» четко определяет основные задачи органов внутренних дел, которыми являются: защита жизни, здоровья, прав и свобод граждан Российской Федерации, иностранных граждан, лиц без гражданства, противодействие преступности, охрана общественного порядка, собственности и обеспечение общественной безопасности. Главная обязанность полиции – незамедлительно прийти на помощь к каждому, кто нуждается в защите от преступных и иных противоправных посягательств. Для решения поставленных задач вышеуказанный закон дает право сотрудникам полиции, при соблюдении определенных условий, применять физическую силу, специальные средства и огнестрельное оружие (ст. 18).

Говоря о возможности применения сотрудниками полиции физической силы, отметим, что законодательного понятия «физическая сила» в настоящее время не существует, поэтому постараемся разобраться, что же необходимо понимать под применением физической силы. Применение физической силы следует определять как физические действия сотрудника полиции в отношении отдельных граждан или имущества, представляющие собой ограничение неприкасаемости этих граждан, их волевых действий, перемещение или распоряжение какими-либо предметами, осуществляемые для подавления незаконного поведения этих граждан, выражается в выполнении боевых приемов борьбы, различных видов единоборств с использованием ударов и защиты от них, болевых и удушающих приемов, бросков и их комбинаций, освобождении от захватов и обхватов, пресечении действий вооруженного преступника [5, с. 11–78].

В вышеупомянутом ФЗ «О полиции» содержится перечень оснований, при наступлении которых сотрудник органов внутренних дел имеет возможность на законных основаниях применить физическую силу, а также боевые приемы борьбы, если иные предпринятые им меры не гарантируют достижение поставленных перед полицией задач [2]. Считаем, что каждый сотрудник правоохранительной системы должен знать положения статьи 38 УК РФ (Причинение вреда при задержании лица, совершившего преступление), в которой указано, что не образует состав преступления причинение вреда лицу, совершившему преступление, при его задержании для принудительного препровождения в органы внутренних дел и предотвращения совершения им новых преступлений, если иными методами и способами задержать такое лицо не было возможности и при этом не было допущено превышения необходимых для этого мер. Помимо этого, пункт второй вышеназванной статьи устанавливает обстоятельства превышения мер, необходимых для задержания лица, совершившего преступление, при допущении которых полицейским будет прослеживаться явное превышение мер, и такие действия, конечно же, повлекут за собой уголовную ответственность [6]. Уверены, что при прохождении первоначального профессионального обучения сотрудники органов внутренних

дел изучают правовые основы применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия, а на занятиях по физической подготовке непосредственно отрабатывают боевые приемы борьбы, постоянно поддерживают данные знания проведением учебных занятий и семинаров. В заключение приведем примеры из служебной деятельности по расследованию уголовных дел, а также некоторый анализ конкретных неправомерных действий.

Анализируя уголовные дела в отношении сотрудников правоохранительных органов, превысивших свои полномочия, попробуем несколько по-своему классифицировать обвиняемых и потерпевших по уголовным делам данной категории.

В первую очередь можно выделить сотрудников, добросовестно заблуждающихся в своих должностных обязанностях и полагающих, что для достижения цели имеется определенная вседозволенность. Такие сотрудники, говоря простым языком, увлекаются, и их действия переходят из выполнения обязанностей в уголовно-наказуемое деяние. Указанная категория должностных лиц иногда из-за неправильной оценки ситуации и принятого ими решения неправомерно применяют физическую силу, в связи с чем причиняют какой-либо вред здоровью человека. Такие действия полицейского признаются незаконными, и сотрудник несет наказание [4]. Так, 09.11.2014 первым отделом по расследованию особо важных дел (о преступлениях против личности и общественной безопасности) следственного управления Следственного комитета Российской Федерации по Ростовской области возбуждено уголовное дело по признакам состава преступления, предусмотренного пп. «а», «б» ч. 3 ст. 286 УК РФ в отношении четверых сотрудников полиции по факту превышения должностных полномочий с применением и угрозой применения насилия, с применением специальных средств в отношении гражданина К.

Подозреваемые являлись сотрудниками Миллеровского межрайонного отдела УФСКН России по Ростовской области. В рамках указанного уголовного дела был также привлечен к ответственности руководитель подразделения А., который, находясь при исполнении служебных обязанностей, выступая в

качестве организатора преступления, имея умысел на организацию превышения должностных полномочий группой лиц по предварительному сговору с применением насилия и специальных средств в отношении К., доставленного в отдел после проведения оперативно-разыскных мероприятий, дал заведомо незаконные устные распоряжения подчиненным сотрудникам о применении физической силы и наручников к К. с целью незаконного производства его личного досмотра и получения в ходе него вырезов внутреннего содержимого карманов брюк, а также незаконного изъятия у него образцов для сравнительного исследования – смывов с рук, отпечатков следов пальцев рук и срезов ногтевых пластин с обеих рук. В качестве исполнителей преступления А. привлек подчиненных сотрудников возглавляемого им отдела, осознававших незаконность полученных распоряжений и давших согласие на совершение преступления. А. лично руководил выполнением указанных распоряжений, присутствуя при совершении подчиненными незаконных действий в отношении потерпевшего.

В результате незаконных действий оперуполномоченных (наносили удары, заламывали руки) под руководством А. потерпевшему были причинены телесные повреждения в виде закрытой черепно-мозговой травмы с сотрясением головного мозга и кровоподтеками на лице, ссадин на обеих верхних конечностях; кровоподтеков с травматическим отеком мягких тканей на груди, в поясничной области слева, на обеих верхних и нижних конечностях. Получены вырезы внутреннего содержимого карманов его брюк в ходе личного досмотра и образцы для сравнительного исследования: смывы с рук, отпечатки следов пальцев рук и срезов ногтевых пластин – с незаконным применением специального средства – наручники. При этом К. в указанное время каких-либо противоправных действий не совершал и не обладал статусом подозреваемого или обвиняемого.

Действия А. квалифицированы по ч. 3 ст. 33, пп. «а», «б» ч. 3 ст. 286 УК РФ – организация превышения должностных полномочий, то есть совершение должностным лицом действий, явно выходящих за пределы его полномочий и повлекших существенное нарушение прав и законных интересов граждан,

если они совершены с применением насилия и с угрозой его применения, с применением специальных средств.

Казалось бы, сотрудники УФСКН действовали с целью выявления и пресечения преступления, фиксации следов, наказания виновного в его совершении, однако их действия вышли за рамки закона и были оценены следствием, прокурором и судом как уголовно-наказуемое деяние.

Вторая категория лиц – сотрудники правоохранительных органов, которые умышленно, осознавая противоправность своих действий, пытаясь доказать свое превосходство, применяют незаконно физическую силу в отношении задержанных лиц, не имея на то причин и каких-либо законных оснований [3].

Так, 16.07.2015 следственным отделом по Ленинскому району г. Ростова-на-Дону СУ СК России по Ростовской области возбуждено уголовное дело в отношении М. по признакам состава преступления, предусмотренного п. «а» ч. 3 ст. 286 УК РФ.

Проведенным расследованием установлено, что М., являясь инспектором мобильного взвода роты № 4 полка патрульно-постовой службы полиции УМВД России по г. Ростову-на-Дону, избил потерпевшего З. в помещение отдела полиции. 05.06.2015 граждане З. и М. были задержаны за совершение административного правонарушения и доставлены в территориальный орган внутренних дел. Сотрудник полиции, явно превышая свои должностные полномочия, зашел в помещение для административно задержанных, в котором находился З., и, осознавая противоправный характер своих действий, нанес удар кулаком в голову последнему, отчего тот упал на пол. Далее М., продолжая реализовывать свой преступный умысел, направленный на превышение должностных полномочий с применением насилия, нанес множество ударов руками и ногами последнему в область головы и туловища, тем самым причинив ему физическую боль.

В результате вышеуказанных противоправных действий сотрудника полиции административно-задержанному З. были причинены множественные телесные повреждения, такие как поверхностная ушибленная рана в теменной области справа, кровоподтеки в заушной области, на слизистой верхней губы, на передней поверхности левого плеча и так далее.

Действия М. были квалифицированы по п. «а» ч. 3 ст. 286 УК РФ – совершение должностным лицом действий, явно выходящих за пределы его полномочий и повлекших существенное нарушение прав и законных интересов граждан либо охраняемых законом интересов общества или государства, с применением насилия.

Действительно, следствием было достоверно установлено, что потерпевший З., находясь в состоянии опьянения, неоднократно высказывал недовольство его задержанием, вел себя вызывающе, отвлекал сотрудников полиции громкими криками о помощи, провоцировал их, однако такие действия не могут быть основанием к применению физической силы.

Следует отметить, что зачастую потерпевшими по уголовным делам указанной категории являются лица не вполне морально-устойчивые, нарушающие общественный порядок, злоупотребляющие алкогольными напитками, совершившие уголовно-наказуемое либо административное деяние. Их аморальное поведение не дает оснований сотруднику незаконно применять физическую силу, тем более избивать их. В случаях применения физической силы сотруднику полиции необходимо реально оценивать сложившуюся ситуацию: какое правонарушение было совершено гражданином, кто его субъект (подросток, женщина, гражданин в состоянии алкогольного опьянения, пожилой человек, вооружен он или нет, находится ли в состоянии агрессии или ведет себя пассивно и так далее). Есть ли необходимость при применении физической силы во время задержания наносить расслабляющие удары и проводить загиб руки за спину или нет? Какие последствия могут быть?

Проведя анализ нормативно-правовых актов в сфере применения сотрудником полиции физической силы, можно сделать вывод о том, что действующая законодательная база в большей степени защищает права и законные интересы граждан от так называемого «произвола» сотрудников правоохранительных органов. Данным обстоятельством злоупотребляют лица, совершившие преступление и пытающиеся путем обвинения сотрудников правоохранительных органов в незаконном воздействии, уйти от ответственности за совершенное преступление.

Литература

1. Предварительное следствие (под руководством председателя СК РФ А. И. Бастрыкина). М., 2010.
2. Федеральный закон от 07.02.2011 № 3-ФЗ «О полиции». URL: <http://consultant.ru>.
3. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13.06.1996 № 63-ФЗ. URL: <http://consultant.ru>.
4. Уголовно-процессуальный кодекс Российской Федерации от 18.12.2001 № 174-ФЗ. URL: <http://consultant.ru>.
5. Ступникова Н. А., Жевлаков Э. Н. Особенности уголовно-правовой характеристики превышения мер, необходимых для задержания лица, совершившего преступление. М., 2011.
6. Авдеев О. Ю. Особенности регламентации признаков субъекта должностных преступлений в уголовном законодательстве зарубежных стран. Ярославль, 2009.

Д. В. Архипов

ВСЕРОССИЙСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ ОБЩЕСТВО «ДИНАМО» В ФИЗИЧЕСКОЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СОТРУДНИКОВ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ ПО БОРЬБЕ С ТЕРРОРИЗМОМ

В последнее время в средствах массовой информации все чаще слышатся слова «терроризм», «террористический акт», и это неслучайно. Терроризм нашего времени превратился из абстрактного понятия в реальность, что становится угрозой всего человечества. Разновидности террористических актов становятся все более изощренными, террор приобрел самые агрессивные формы проявления. Современные террористы практикуют захваты заложников, в том числе в школах и больницах, угоны воздушных судов, подрывы торговых центров, многоэтажных жилых домов, угоны автотранспорта с целью использования его в качестве «передвижной» бомбы, террористы-смертники (шахиды) используют себя в качестве «живых» бомб.

Объектом национальных интересов является безопасность нации любой цивилизованной страны, в том числе и России. В борьбу с мировым террором вступают многие специальные службы. В нашей стране в силовых структурах образованы специальные центры по борьбе с терроризмом. Чтобы служить в таком подразделении, недостаточно простого желания служить родине, необходимо быть физически и интеллектуально развитым, решительным, с определенной психологической устойчивостью к различным воздействиям. Развивать физические качества у молодых сотрудников с нуля определенно сложно, поэтому при отборе на службу будущие сотрудники проходят тестирование, по результатам которого по набранным баллам за каждое выполненное упражнение определяется уровень физической подготовки. Учитывая установленный проходной балл, принимаемый на службу кандидат должен обладать развитыми физическими качествами на уровне спортсмена-разрядника.

Служба в подразделении по борьбе с терроризмом подразумевает высокое эмоционально-волевое напряжение и требует высокой дисциплинированности и профессионализма, поэтому отбор сотрудников на службу в такие подразделения очень требовательный. Молодому сотруднику необходимо будет изучить совершенно новую для него специализацию, выполнять поставленные задачи в независимости от сложившихся обстоятельств, набираться опыта и каждый последующий день на службе повышать свой профессионализм, потому что от качества работы будет зависеть жизнь не только самого сотрудника, но и граждан, попавших в сложную жизненную ситуацию [1].

Развитых физических качеств недостаточно, необходима психологическая подготовка, умение распределять приоритеты, последовательность в решении проблемы, самостоятельность и уверенность в собственных силах в критичной ситуации. Поэтому при отборе сотрудников при равных результатах на проходном тестировании предпочтение отдается спортсменам, имеющим спортивные разряды, с приобретенным соревновательным опытом, так как участие в соревнованиях формирует у человека навык самообладания, борьбы с нервозностью и выполнения поставленной цели в стрессовом состоянии. Человек, занимаю-

щийся спортом, имеет достаточно развитые физические качества и, поступая на службу, не нуждается в их развитии. Достаточно основной акцент физической подготовки сделать на развитие и поддержание профессионально важных физических качеств на уровне, необходимом для успешного выполнения оперативно-служебных и служебно-боевых задач [2].

Для поддержки физических качеств сотрудника необходимы занятия спортом, для психологической подготовки – выступления на соревнованиях. Так, для регулярного занятия спортом и повышения боевой подготовки личным составом силовых подразделений, по инициативе группы военнослужащих штаба войск, объединенным государственным политическим управлением Московского округа в 1923 году было создано первое в стране спортивное общество «Динамо». Целью его создания стали постоянные занятия спортом сотрудников силовых подразделений, повышение боевой готовности и развитие служебно-прикладных видов спорта.

В настоящее время Всероссийским физкультурно-спортивным обществом «Динамо» проводится множество спартакиад и соревнований, на которых выступают сотрудники силовых структур [3, с. 89–93]. В соревновательном процессе в различных видах спорта выявляются как командные, так и личные чемпионы. Общество «Динамо» объединило силовые структуры в таких видах спорта, как легкая атлетика, мини-футбол, баскетбол, бильярд, конькобежный спорт, лыжные гонки, спортивное ориентирование, тяжелая атлетика, волейбол, дзюдо, самбо, бокс, а также прикладные виды спорта: служебный биатлон, служебное двоеборье, многоборье кинологов, пулевая стрельба, стрельба из боевого ручного стрелкового оружия, рукопашный бой.

Проводятся соревнования различного уровня: спартакиады общества «Динамо» среди региональных организаций, сборных команд министерств и ведомств органов безопасности и правопорядка Российской Федерации, спартакиады динамовских организаций федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации, также детско-юношеские спартакиады общества «Динамо». Сотрудники различных силовых структур в составе сборной команды «Динамо» принимают участие в сорев-

нованиях международного уровня, таких как Чемпионат Европы среди полицейских по велоспорту, спортивной борьбе, Чемпионат мира среди полицейских по мини-футболу, в Европейских играх среди полицейских и пожарных.

С целью повышения патриотизма физкультурно-спортивное общество «Динамо» проводит турниры всероссийского уровня в честь памяти погибших сотрудников, такие как межведомственные соревнования по служебному единоборству, посвященные памяти сотрудников подразделения антитеррора «Альфа», погибших при выполнении служебных заданий, межрегиональный юношеский турнир по рукопашному бою памяти бойца подразделения антитеррора «Альфа» Олега Лоськова. В 2014 году в Звенигороде проводился Международный турнир по дзюдо среди полицейских, посвященный памяти сотрудников, погибших при исполнении служебного долга, в котором приняли участие 12 стран. В 2010 году в Кирове прошел Открытый чемпионат мира по гиревому спорту среди полицейских, участие приняли 10 государств.

Также функции федерации по развитию служебно-прикладных видов спорта (рукопашный бой, многоборье кинологов, прикладные виды конного спорта, стрельба из боевого оружия) постановлением Правительства Российской Федерации закреплены за обществом «Динамо» [4, с. 132–138].

От эффективности работы Всероссийского физкультурно-спортивного общества «Динамо» зависит развитие и укрепление служебной, боевой и физической подготовки силовых подразделений. Спортивное общество внесло огромный вклад в популяризацию комплекса «Готов к труду и обороне», который впоследствии сыграл значительную роль в привлечении военнослужащих к регулярному занятию спортом, укреплении здоровья и повышении уровня физической подготовленности и боевого мастерства личного состава, а также подрастающего поколения.

Литература

1. Фадеев О. В. Формирование психологической устойчивости средствами физической подготовки // Молодой ученый. 2014. № 7.

2. Репин М. Е., Афанасьев А. Ю., Архипов Д. В. Современные требования к физическому воспитанию в образовательном учреждении высшего образования МВД России // Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. 2016. № 2.

3. Козицын А. Л. Тестирование как прогрессивная форма контроля знаний обучающихся // Вопросы современной науки и практики. 2016. № 3 (61).

4. Тащиян А. А., Белозорова Ю. Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

А. Х. Афов

ЗНАЧИМОСТЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАБОТНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ И ПРАВОВЫЕ ПРИНЦИПЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ СИЛЫ

В статье рассматриваются принципы использования физической силы, формы ее реализации в профессиональной деятельности и значимость физической подготовки работников ОВД. При выполнении задач по охране общественного порядка и борьбе с преступностью полиция не свойственно ведение боевых действий. Задача полиции – осуществлять задержание правонарушителей, правомерно применяя приемы силового воздействия. Полиция в России – система государственных органов исполнительной власти, призванная защищать жизнь, здоровье, права и свободу граждан, собственность, интересы общества и государства от преступных и иных противоправных посягательств, обладающая определенными правами применения мер принуждения.

Физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел отличается от физической подготовки специалистов других про-

фессий. Это обусловлено спецификой деятельности сотрудников: им приходится обеспечивать безопасность граждан, в том числе в условиях непосредственного силового противоборства. Поэтому физическая подготовка в системе МВД России – это одна из главных составляющих профессиональной подготовки кадров, формирующая их психофизическую готовность к эффективному решению оперативно-служебных задач по силовому пресечению правонарушений и задержанию лиц их совершивших [1, с. 68].

Проблемы и трудности, связанные с профессиональной подготовкой сотрудников ОВД, особенно отчетливо проявились в последнее время.

В случаях, когда приходится действовать в непростых, экстремальных условиях, требуется высокая нравственно-психологическая подготовка.

Для укрепления правопорядка и эффективного противоборства преступникам от современных сотрудников полиции требуются не только хорошие юридические знания, но и отличная физическая подготовка, включающая в себя умение профессионально пользоваться оружием и владение боевыми приемами.

Именно поэтому каждый сотрудник ОВД обязан овладеть знаниями, сформировать навыки и, конечно же, все время поддерживать их на высоком уровне, а также стремиться достичь высокого профессионального мастерства.

В последнее время сотрудникам ОВД часто приходится применять физическую силу. Это делается в тех случаях, когда под угрозой оказывается жизнь и здоровье людей. Здесь важное значение имеет необходимость соблюдения прав граждан и законности в действиях сотрудников органов внутренних дел.

Физическое самосовершенствование, изучение и систематизирование нормативных актов, учебной литературы способствуют успешным, профессиональным и грамотным действиям по защите общества и государства от преступных посягательств.

Применение физической силы становится все более обычным делом в деятельности сотрудников органов внутренних дел [2]. Часто при выполнении различных оперативно-служеб-

ных заданий по пресечению противоправных действий сотрудникам ОВД приходится применить физическую силу. Применение физической силы сотрудником органов внутренних дел регламентировано нормативными документами. В них четко указаны объективные основания для применения физической силы.

Физической силой следует считать не сопровождающиеся применением специальных средств и огнестрельного оружия физические действия сотрудников полиции, направленные против воли людей, животных либо имущества и состоящие в ограничении телесной неприкосновенности людей, свободы их действий, передвижения или распоряжения какими-либо предметами, а также в причинении боли или телесных повреждений, в повреждении или временном изъятии принадлежащего кому-либо имущества в целях пресечения правонарушений, задержания лиц их совершивших, преодоления противодействия законным требованиям сотрудников полиции.

От безукоснительного выполнения следующих условий зависит результативность применения физической силы при подавлении незаконного действия:

1. Четкое правовое регулирование применения физической силы.

2. Специальная профессиональная подготовка сотрудников внутренних дел, направленная на выработку у них стойких физических и тактико-психологических навыков владения приемами рукопашного боя.

Сотрудник полиции может применить физическую силу как к людям, животным, так и к материальным объектам.

В глазах закона неважно, к кому или чему применена физическая сила. Здесь играет роль то, насколько правомерно ее применение, соответствуют ли использованные приемы характеру и степени ликвидированной опасности, не были ли они неоправданно чрезмерно жестокими.

Применение физической силы считается правомерным в следующих случаях:

- когда пресекаются преступления и административные правонарушения, совершаемые путем действия;

- при задержании лиц, которые совершили преступление;
- при задержании лиц, совершивших административное правонарушение.

В тех случаях, когда поступила информация о том, что задерживаемые лица вооружены и могут оказать сопротивление, против них может быть использована физическая сила без предупреждения, внезапно. Это делается для того, чтобы предотвратить попытки эффективного сопротивления. Если же задерживаемое лицо исполняет требования сотрудников полиции, то нет необходимости в применении физической силы. Если же задерживаемый или другое лицо препятствует исполнению сотрудником полиции своих обязанностей, возникает необходимость применения физической силы.

Здесь прослеживается еще одно основание, чтобы применить сотрудниками полиции физическую силу. Это преодоление противодействия законным требованиям. Только в том случае, когда сотрудник полиции перепробует ненасильственные способы, и если эти способы не оправдали себя в обеспечении выполнения должностных обязанностей сотрудников полиции, только тогда применение физической силы будет оправдано законом.

Таким образом, закон еще раз подчеркивает, что сила может быть применена только в тех случаях, когда предшествовавшие меры убеждения не привели к ожидаемому результату.

Итак, чтобы решить вопрос, правомерна ли такая форма защиты, как применение физической силы, можно ли применить специальные средства и огнестрельное оружие, сотрудник полиции должен разобраться со всеми фактическими обстоятельствами, в степени и характере угрожающей опасности, с действительностью, то есть реальностью, в силах и возможностях преступления, с собственными силами и средствами защиты, в ценностях благ, которые защищает, также оценить те обстоятельства, которые способны повлиять на соотношение сил защиты и нападения.

Проблемы, сопряженные с использованием физической силы сотрудниками внутренних дел, оказывают большое влияние на способность защиты собственной силы и собственного

здоровья, а также жизни и здоровья граждан, ставших объектом преступления.

Одним из самых главных условий плодотворной работы сотрудника внутренних дел является наличие знаний о допустимых пределах и способах в применении физической силы.

Такие знания могут сформироваться при самостоятельном изучении данного вопроса и в рамках профессиональной подготовки.

Положительные результаты по развитию необходимых физических качеств возможны на основе оптимального подбора средств, методов и форм обучения, высокого уровня практической и методической подготовленности преподавателей, инструкторов, а также повышения качества и эффективности проведения учебных занятий [3, с. 154–157].

В современных условиях необходимо развитие профессионального мышления преподавателя, обуславливающее готовность к профессиональной деятельности в условиях инновационной среды [4]. Так как главную роль при проведении практических занятия играет руководитель, то есть инструктор-преподаватель, от его правильного рассказа и показа зависит результат [5].

Отсюда можно сделать вывод о том, что физическая подготовка в системе МВД является самостоятельной учебной дисциплиной и она решает различные задачи, как общие, так и специальные. Физическая подготовка способствует освоению боевых приемов борьбы и выработке навыков самообороны, а также получению фундаментальных знаний по правомерности использования физической силы в различных ситуациях.

Литература

1. Карданов А. К. Организация взаимодействия между региональными органами МВД России и образовательными организациями МВД России по совершенствованию физической подготовки сотрудников, направляемых на профессиональное обучение // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

2. Кодзоков А. Х. Применение физической силы в профессиональной деятельности сотрудников ОВД и ее правовая адаптация // Успехи современной науки и образования. 2016. № 5. Т. 1.

3. Хуштов А. В., Хажироков В. А. Применение методов круговой тренировки на практических занятиях для сотрудников ОВД // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

4. Мешев И. Х. Актуальные вопросы формирования научно-методической компетентности преподавателей вузов в процессе повышения квалификации // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 2.

С. Н. Баркалов

ОСОБЕННОСТИ СИСТЕМЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ОРГАНАХ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

В органах внутренних дел Российской Федерации в рамках спортивной работы с сотрудниками организуются учебно-тренировочные занятия по служебно-прикладным видам спорта, направленные в целом на повышение уровня физической подготовленности личного состава и конкретно на подготовку сборных команд к участию в различных ведомственных, региональных, всероссийских и международных соревнованиях. При этом из всего количества занимающихся служебно-прикладными видами спорта только незначительная часть является высококвалифицированными спортсменами, участвующими в соревнованиях высокого уровня [1; 2]. Другими словами, современная система спортивной подготовки в органах, организациях и подразделениях МВД России работает как на спорт высших достижений, так и на общедоступный (массовый) спорт.

Основными компонентами системы спортивной подготовки, каждый из которых имеет свое функциональное назначение, являются системы (рис. 1): 1) отбора и спортивной ориентации;

2) соревнований; 3) спортивной тренировки; 4) факторов, повышающих эффективность тренировочной и соревновательной деятельности.



Рис. 1. Структурно-функциональная схема спортивной подготовки (по Ж. К. Холодову, В. С. Кузнецову, 2009)

Система отбора и спортивной ориентации – это комплекс педагогических, медико-биологических, психологических и других мероприятий, позволяющих определить предрасположенность занимающегося к тому или иному роду спортивной деятельности (виду спорта). Выявить спортсменов, обладающих

высоким уровнем развития морфофункциональных данных, физических, психических и интеллектуальных способностей, необходимых для конкретного вида соревновательной деятельности – задача спортивной ориентации; а отобрать из них наиболее пригодных, исходя из требований вида спорта, – задача спортивного отбора. При этом система отбора и спортивной ориентации должна быть встроенным компонентом во всю систему многолетней подготовки, так как способности не могут быть выявлены одномоментно, а только в длительном процессе тренировки и воспитания. Относительно сотрудников ОВД система отбора и спортивной ориентации для занятий тем или иным служебно-прикладным видом спорта может быть реализована следующим образом:

1 этап – массовый просмотр контингента сотрудников для начальной подготовки, где критериями спортивной ориентации могут являться рекомендации инструктора физической подготовки, данные медицинского обследования и сдачи контрольных нормативов в рамках обязательных занятий физической подготовкой, результаты выступлений в соревнованиях на первенство подразделения и их оценка с позиций перспективы, предшествующий опыт занятий спортом;

2 этап – выявление наиболее одаренных и подготовленных сотрудников для целенаправленных занятий в сборной команде подразделения по результатам педагогического наблюдения на начальном этапе подготовки, контрольных испытаний (тестов, учебно-тренировочных спаррингов, «прикидок» и проверочных соревнований и т. п.), медико-биологических и психологических исследований с привлечением соответствующих специалистов (например, врачебно-физкультурного диспансера);

3 этап – обследование соревновательной деятельности спортсменов с экспертной оценкой и с последующим их тестированием в ходе соревнований достаточно высокого уровня, а также учет состояния здоровья, стажа регулярных занятий спортом, соответствие компонентов подготовленности требованиям конкретного вида спорта на уровне, позволяющем конкурировать с результатами квалифицированных спортсменов;

4 этап – непосредственный отбор в сборную команду для

участия в главном старте, который проводится в ходе просмотровых (предсоревновательных) учебно-тренировочных сборов. Отбор кандидатов осуществляется с учетом спортивно-технических результатов, уровня специальной и общей физической подготовленности, степени закрепления техники при выполнении упражнений в экстремальных условиях, степени технико-тактической готовности и психической устойчивости спортсмена к сбивающим факторам соревновательной деятельности. При этом основной формой отбора служат спортивные соревнования, где учитываются не только сегодняшние результаты, но и их динамика в текущем году и на протяжении последних лет.

Необходимо отметить, что при определенных обстоятельствах, например, в случае, если сотрудник до поступления на службу уже много лет занимался спортом и имеет соответствующую спортивную квалификацию, то некоторые (начальные) этапы представленной выше системы отбора и спортивной ориентации могут быть исключены.

Система соревнований – это важный компонент, используемый для сравнения и повышения уровня подготовленности спортсменов и определяющий цели и направленность всей системы спортивной подготовки. Система соревнований образуется исходя из спортивной и экономической целесообразности, традиций и специфики каждого вида спорта и имеет, как правило, преемственность на нескольких уровнях (местном, региональном, национальном, международном). В современном спорте система спортивных соревнований является: 1) механизмом управления подготовкой спортсменов; 2) средством, определяющим цели, задачи, содержание, структуру и направленность тренировочного процесса; 3) универсальным инструментом контроля; 4) способом популяризации и развития вида спорта; 5) механизмом, активно воздействующим на формирование соответствующей мотивации. Данная система включает в себя, как правило, несколько подводящих стартов, а также отдельные соревнования, которые не входят в рамки тренировочного процесса, так как являются итогом этого процесса на определенном этапе подготовки. К таким соревнованиям для сотрудников ОВД относятся чаще всего чемпионаты МВД России, для более квали-

фицированных спортсменов – олимпийские игры, чемпионаты мира, Европы, России [1, с. 126–128].

Система спортивной тренировки обеспечивает своевременное достижение необходимых результатов в рамках функционирования системы соревнований и определяет материально-техническое, финансовое, медицинское, научное и т. п. обеспечение, и главное – содержание и характер всей тренировочной двигательной деятельности и восстановительных мероприятий. В процессе спортивной тренировки совершенствуется техническая, тактическая, физическая и психическая подготовленность спортсмена, а предпосылкой для их успешного формирования является воспитание интеллектуальных способностей занимающегося [2, с. 23–27; 3, с. 673; 4, с. 58–68].

Система факторов оптимизации тренировочной и соревновательной деятельности, в первую очередь, включает подготовку кадров. Прогрессирующее развитие отечественной системы спортивной подготовки не может быть обеспечено без соответствующего уровня профессиональной квалификации кадров: талантливые тренеры и спортсмены, специалисты, способные разрабатывать новые эффективные методики и спортивные технологии, дающие наибольший прирост результатов. Поэтому лицам, осуществляющим руководство и организацию процесса спортивной подготовки в органе, организации, подразделении МВД России, необходимо постоянно повышать свой профессиональный уровень, изучая специальную литературу, участвуя в семинарах и методических сборах инструкторского и тренерского составов, повышая квалификацию в спортивных организациях.

Научно-методическое, информационное и медико-биологическое обеспечение является не последним фактором эффективности подготовки спортсменов. Данная система включает в себя: специальные отделы в научно-исследовательских институтах, научно-методические группы и кабинеты при различных спортивных организациях и сборных командах, врачебно-физкультурные диспансеры, специализированные информационные центры, спортивные телевизионные редакции и издательства книжной и газетно-журнальной продукции. Основными функциями этой системы являются: выявление тенденций в раз-

витии видов спорта; прогнозирование результатов и путей совершенствования подготовки спортсменов; разработка организационно-управленческих, научных, теоретико-методических, программно-нормативных, экономических, материально-технических, медико-биологических, психологических основ и факторов спортивной подготовки [4]. Следует отметить, что в практике спортивной работы в системе МВД России необходимо использовать накопленный потенциал спортивной науки, внедрять в учебно-тренировочный процесс новейшие научно-технические достижения в области спорта, способствовать привлечению к подготовке спортсменов различных специалистов (врачей, физиологов, биомехаников, биохимиков, психологов и др.).

Материально-техническое обеспечение в спорте за последние годы претерпело значительные изменения, связанные со строительством новых современных спортивных залов, комплексов, созданием и выпуском новейших моделей оборудования, инвентаря, спортивных снарядов, тренажеров, спортивной одежды и др. Все это способствует сохранению здоровья занимающихся спортом, совершенствованию техники выполнения упражнений, методов тренировки и росту спортивных результатов. Финансирование спорта в системе МВД России осуществляется из государственного бюджета и других источников (коммерческих организаций, спонсорства, самофинансирования), что создает условия для бесплатных занятий спортом сотрудников и помогает результативно решать многие проблемы в системе их подготовки.

Функционирование системы спортивной подготовки нельзя рассматривать в отрыве от экономических, социальных, демографических условий, а также факторов внешней среды, наиболее существенно из которых на эффективность тренировочной и соревновательной деятельности влияют: переход из одного часового пояса в другой, температурный режим и влажность окружающей среды, высота над уровнем моря. Эти факторы требуют особого учета при подготовке к ответственным соревнованиям, так как они могут способствовать как положительным, так и отрицательным изменениям спортивной работоспособности.

Организационно-управленческие факторы – это система управления подготовкой спортсмена, которая носит комплекс-

ный характер и включает организационную структуру и обеспечивающий работу системы механизм. Под организационной структурой понимают цели, задачи и функции системы и ее отдельных компонентов, совокупность соподчиненности и взаимосвязей спортивных организаций, информационное взаимодействие между ними. Механизм управления – это комплекс определенных приемов, методов и стимулов, применяемых в управлении тренировочной и соревновательной подготовкой спортсменов. Общее руководство и управление спортивной работой в системе Министерства внутренних дел Российской Федерации осуществляет Департамент государственной службы и кадров МВД России в лице организации «Динамо» № 25 МВД России, непосредственно на местах руководство осуществляют региональные отделения ОГО ВФСО «Динамо» и подразделения по работе с личным составом территориальных органов внутренних дел. Для целенаправленного и методического руководства и управления подготовкой спортсменов в подразделениях предусматриваются отделы профессиональной подготовки, в которых включаются штатные должности инструкторов-тренеров или привлекаются инструктора-общественники или работающие по договору приглашенные специалисты. В подготовке спортсменов-сотрудников непосредственное участие также принимает тренерский актив региональных отделений ОГО ВФСО «Динамо». Слаженная организационно-управленческая работа этой системы является одним из факторов повышения эффективности процесса спортивного совершенствования сотрудников органов внутренних дел.

Литература

1. Алдошин А. В. Спорт в профессиональной физической подготовке сотрудников ОВД // Наука и практика. 2014. № 3 (60).
2. Баркалов С. Н. Психологическая подготовка в структуре учебно-тренировочного процесса по служебно-прикладным видам спорта // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: материалы Меж-

дународной научно-практической конференции. Иркутск, 2016. Т. I.

3. Герасимов И. В., Алдошин А. В. Физическая подготовка и спорт как важнейшие элементы профессиональной готовности курсантов образовательных организаций системы МВД России // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 6.

4. Герасимов И. В. Построение тренировочного процесса спортсменов-рукопашников на предсоревновательном этапе // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: материалы Международной научно-практической конференции. Иркутск, 2014.

**А. А. Бенин,
С. В. Кузнецов**

ПОНЯТИЕ КОНТРОЛЯ: СУЩНОСТЬ, ЗАДАЧИ, ВИДЫ, ЕГО МЕСТО В ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ (СЛУШАТЕЛЕЙ) ОРГАНИЗАЦИЙ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И НАХОДЯЩИХСЯ В ВЕДЕНИИ МВД РОССИИ

Контроль физической подготовки курсантов и слушателей, обучающихся в организациях, осуществляющих образовательную деятельность и находящихся в ведении МВД России можно представить, по нашему мнению, в виде совокупности процедур, обеспечивающих достижение ее целей.

В своей сущности контроль – это сравнение фактического состояния чего-то, что контролируется, с желаемым. Таким образом, в процедуре контроля в самом общем виде выделяют три аспекта. Первый аспект заключается в формировании критериев и стандартов желаемого состояния объекта (предмета) контроля [1, с. 651]. Вторым критерий – сама процедура измерения текущих результатов деятельности. И третий – сравнение соответствия (близости) реальных результатов и желаемых.

Применительно к организации физической подготовки курсантов и слушателей как сотрудников органов внутренних дел эти аспекты конкретизируются такими показателями, как объект (предмет) контроля (то есть что контролируется), форма (образ) стандарта (то есть что надо выполнить и чему соответствовать) и средство контроля (то есть чем контролируется).

В том случае, когда объектом контроля выступает общая физическая подготовленность, то ее формой служит норматив, а средством – контрольные упражнения. Если объект контроля – служебно-прикладная физическая подготовленность, то ее формой выступают критерии владения боевыми приемами борьбы и средством контроля – задания по боевым приемам борьбы.

На разных этапах физической подготовки в рамках учебного процесса, в зависимости от задач контроля, различают предварительный, текущий, этапный и итоговый контроль.

Контроль физической подготовленности курсантов и слушателей в период их обучения в организациях, осуществляющих образовательную деятельность и находящихся в ведении МВД России, осуществляется в соответствии с рабочими учебными программами по дисциплине «Физическая подготовка», которые составляются организациями на основе примерной рабочей учебной программы, разрабатываемой ДГСК МВД России.

Предварительный (или входной) контроль необходим для получения сведений об исходном уровне сформированности двигательных умений и навыков, уровне развития физических качеств. Он осуществляется или в начале семестра (к примеру, для оценки уровня общей физической подготовленности) или перед изучением новой темы (к примеру, для оценки степени освоенности изученного учебного материала по боевым приемам борьбы). На первых двух занятиях курсанты и слушатели всех курсов (годов) обучения в рамках предварительного (входного) контроля выполняют все (без возможности выбора) контрольные упражнения на силу, быстроту и ловкость: юноши – подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание), челночный бег; девушки – сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание), наклоны вперед из положения лежа на спине (в течение 1 минуты), челночный бег. При этом

оценка выставляется как по каждому контрольному упражнению в отдельности, так и общая за весь предварительный (входной) контроль в целом.

Текущий контроль предназначен для непосредственного (то есть в ходе занятия) управления развитием физических качеств, усвоением учебного материала по формированию двигательных естественных способов передвижения в ходьбе, беге, плавании, ходьбе на лыжах, преодолении препятствий и т. п., а также специализированных (боевых приемов борьбы) умений и навыков [2, с. 16–36]. В частности, текущий контроль осуществляется преподавателем в течение всего учебного процесса путем выставления оценок за выполнение отдельных нормативов, характеризующих физическую подготовленность; уровень овладения отдельными изученными техническими действиями, характеризующими степень овладения боевыми приемами борьбы; уровень знаний специальной терминологии, знание и умение грамотно применять теоретические знания и методические приемы при проведении подготовительной части или занятия в целом.

Этапный (или рубежный) контроль осуществляется после прохождения курсантами и слушателями крупных разделов программы, периода обучения. Его задачей выступает систематизация и обобщение изученного материала, прогноз способности выполнить на зачете или экзамене нормативы и требования по служебно-прикладной физической подготовке. Традиционно этапный контроль общей физической подготовки осуществляется один раз в середине семестра. Этапный (рубежный) контроль общей физической подготовки осуществляется и оценивается аналогично предварительному (входному) контролю. Кроме того, по окончании осеннего (1 полугодие) и летнего (2 полугодие) периода обучения проводится этапный контроль уровня развития выносливости – кросс: юноши – 5000 м, девушки – 1000 м, а после окончания зимнего периода (во 2-м полугодии) – ходьба на лыжах 5 км. Также курсанты 1 и 2 курса проходят контроль в плавании на 100 м. Этапный (рубежный) контроль уровня владения боевыми приемами борьбы проводится по итогам изучения соответствующих тем учебной программы.

Итоговый контроль физической подготовки проводится в форме предварительной аттестации – дифференцированного

зачета в конце каждого семестра и экзамена по окончании обучения.

Задачей дифференцированного зачета выступает диагностирование уровня фактической физической подготовленности в соответствии с поставленной на данном этапе (семестре) целью. К дифференцированному зачету допускаются только те курсанты, которые выполнили требования рубежного контроля. Общая оценка за дифференцированный зачет суммируется из оценок за знание теории и методики физической культуры, общую физическую подготовку и степень овладения боевыми приемами борьбы.

Теоретическая подготовка курсантов оценивается по уровню знаний специальной терминологии из раздела «Боевые приемы борьбы», знаний лекционного материала и умения грамотно применять организационно-методические приемы обучения в самоподготовке и определяется путем опроса во время учебного процесса на практических занятиях [3, с. 108–111]. При этом оценка теоретической подготовки не дифференцируется.

Оценка за уровень развития физических качеств выводится из оценок, полученных курсантом за выполнение трех контрольных упражнений общей физической подготовки. Одна из них – оценка за кросс, который оценивается при проведении этапного (рубежного) контроля. Контрольные упражнения на силу, быстроту и ловкость распределяются по полугодиям. В первом полугодии юноши оцениваются в подтягивании на перекладине и челночном беге 10 по 10 м, а девушки – в отжимании и также в челночном беге 10 по 10 м. Во втором полугодии юноши сдают сгибание и разгибание рук в упоре лежа и челночный бег 4 по 20 м, а девушки – наклоны в положении лежа и челночный бег 10 по 10 м. На дифференцированном зачете выбор упражнения курсанту не предоставляется.

Оценка уровня владения боевыми приемами борьбы осуществляется в соответствии с требованиями, утвержденными МВД России [4, с. 23].

После освоения рабочей программы слушателями 5 курса проводится экзамен, к которому допускаются курсанты, осво-

ившие не менее $\frac{3}{4}$ учебного материала рабочей программы. От дифференцированного зачета экзамен отличается тем, что общая физическая подготовка оценивается уже по двум контрольным упражнениям (сила, быстрота и ловкость), при этом слушателю предоставляется право на выбор. Оценка выставляется по сумме набранных баллов. Кроме того, теоретические знания оцениваются на экзамене в форме тестирования [5].

Возникает коллизия: на протяжении всего периода обучения общая физическая подготовка на дифференцированном зачете оценивается по одной шкале оценки (нормативы), а на итоговой аттестации – по другой (баллы). При этом результаты в контрольных упражнениях также значительно различаются на 4 и 5 курсах. Так, к примеру, курсант по окончании 4 курса, чтобы получить зачет, может подтянуться на перекладине 11 раз, а на экзамене должен подтянуться минимум 15 раз.

Эти противоречия в критериях оценки уровня физической подготовки устраняются. Теперь оценка общей физической подготовки курсантов и слушателей унифицирована. К примеру, курсанты 4 курса и слушатели 5 курса (юноши) по сумме трех упражнений на оценку «отлично» должны набрать 190 баллов и более, на «хорошо» – от 180 до 189 баллов, на «удовлетворительно» – от 170 до 179 баллов, менее 170 баллов – «неудовлетворительно».

Литература

1. Немов Р. С. Психология: учебник для высших педагогических учебных заведений. М., 1997.
2. Родионов А. В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для вузов. М., 2004.
3. Сырвачева И. С. Мотивация самостоятельных занятий физическими упражнениями // Физическая культура, здоровье: проблемы, перспективы, технологии: матер. науч. конф. Владивосток, 2003.
4. Бауэр В. А. Формирование интересов и потребностей к занятиям физической культурой и спортом у будущих учителей: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1987.

5. Тациян А. А., Белозорова Ю. Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

**А. Т. Биналиев,
В. О. Ким**

ПРОБЛЕМА ПРИМЕНЕНИЯ ОТДЕЛЬНЫХ ВИДОВ ПРИЕМОВ ЗАДЕРЖАНИЯ В ЭКСТРЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

Деятельность правоохранительных органов никогда не была легкой и безопасной. Каждый год от рук преступников гибнут десятки, а то и сотни сотрудников, тысячи получают травмы и увечья. Все преступники, как правило, являются сильными, молодыми, наглыми и жестокими людьми. Большинство из них владеют навыками боевых искусств и часто применяют их на улице. Необученный сотрудник правопорядка, который слаб телом и духом, не только не сможет противостоять преступнику, но и рискует получить травмы, увечья и даже лишиться жизни. Для того чтобы избежать данных ситуаций, в ОВД проводится обучение сотрудников правильному и эффективному противостоянию преступникам в рамках таких дисциплин, как «Физическая подготовка», «Огневая подготовка», а также морально-психологической подготовки. В рамках данных дисциплин изучаются приемы отражения нападения, задержания и физического воздействия на преступника [1, с. 340–343].

Боевые приемы борьбы являются частью физической подготовки сотрудников ОВД и предназначены для эффективного отражения нападения и обезвреживания преступника. Помимо этого, боевые приемы борьбы являются составной частью самообороны. Также они входят в систему ограниченного боя и полностью подпадают под действие данного вида боя.

Ограниченный бой – вид боя, в котором одна из сторон в силу тех или иных причин не может применить все средства и приемы ведения боя. Данные ограничения могут быть связаны с выполнением своих профессиональных обязанностей как, например, применение физической силы сотрудником полиции должно наносить минимальный ущерб правонарушителю, то есть сотрудник полиции должен применять узкий перечень приемов в силу их опасности.

По статистике, ежегодно тысячи раз сотрудники полиции выезжают на место совершения преступления, где приходится использовать приемы задержания и «утихомиривать» бушующих преступников. Но есть и статистика, исходя из которой можно сказать, что около одной трети полицейских после таких выездов оказываются в больнице с различными травмами, полученными при задержании. При выяснении причин данного факта и опросе пострадавших и сотрудников выясняются два основных условия: либо неумелое применение сотрудником боевых приемов борьбы, либо то, что ни один из приемов не оказывается эффективным.

Далее подробнее остановимся на этих двух причинах.

Так, в вопросе боевой и физической подготовленности сотрудников проблема состоит в том, что почти двадцать лет сотрудников ОВД никто всерьез не готовил. Если проследить историю, то с уверенностью можно сказать, что после развала СССР была развалена и система спецподготовки. И ее развитие вновь началось только после первой чеченской войны. После этих событий бойцы спецназа начали собирать методичку использования боевых приемов борьбы, и стоит заметить, что она собиралась практически с нуля. Сейчас подготовленности нашего спецназа можно только позавидовать. Теперь бойцы российского спецназа превосходят многих своих зарубежным коллег, которые откровенно признают, что боевая подготовка спецназа России «на голову выше», чем у остальных [2].

А если рассматривать обычных постовых, участковых и оперов? Можно со стопроцентной уверенностью сказать, что здесь все намного хуже. У них подготовки нет вообще. Каждый

новобранец, который приходит служить в полицию, должен пройти «курс молодого бойца» в Центре профессиональной подготовки территориального органа внутренних дел, а также в соответствии с определенным графиком инспекторская проверка проводит экзамен на профпригодность, но полицейские открыто признают, что это простая формальность.

Стоит согласиться с тем, что эта проблема касается ведомственных вузов и территориальных органов больших городов лишь в малой степени. В территориальных органах небольших городов и районов совсем иная ситуация.

Конечно, в законе отражено, что «сотрудник полиции обязан проходить специальную подготовку, а также периодическую проверку на профессиональную пригодность к действиям в условиях, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия». Но здесь есть парадокс – в большом количестве территориальных органов внутренних дел отсутствует организация боевой и физической подготовки сотрудников. Также следует отметить, что в МВД России практически нет штатных инструкторов боевой и физической подготовки, а их обязанности исполняют кадровые работники. Нужно ли говорить об эффективности проведения занятий такими «специалистами». В лучшем случае они могут собрать личный состав, чтобы зачитать очередной приказ или провести стрельбы. То есть патрульных, участковых и оперов особо и не учат тактике ведения уличного боя, специальным приемам задержания и т. д. Просто нет учителей. И это приводит к трагедиям.

Что же касается второй проблемы, то здесь нужно рассмотреть следующее. В ведомственных вузах системы МВД и территориальных органах больших городов с боевой, служебной и физической подготовкой все отлично. Здесь есть и свои специалисты, которые могут научить, как действовать в той или иной ситуации, а также есть специально подготовленные залы и спортивные площадки, где осуществляется подготовка сотрудников. С учетом всех перечисленных условий и здесь тоже есть свои проблемы. Дело в том, что сотрудников тренируют по специальной методике, которая в корне отличается от других боевых систем, где все манипуляции сводятся к полному уничтожению

противника или лишению его возможности сопротивляться в принципе. У сотрудников же все наоборот. Главная их задача – доставить живым и невредимым лицо, подозреваемое в совершении преступления. Ведь при задержании полицейский должен иметь в виду, что задерживаемое лицо может не оказаться опасным преступником, даже если он и пытается оказать сопротивление. А все его действия изучит следствие, и оценит суд. По мнению большинства экспертов, традиционная система боевой подготовки малоэффективна. Проблема заключается в том, что при использовании ограниченного количества приемов задержания и тактики минимального нанесения ущерба противнику ставка при обучении делается на несопротивляющегося противника, на статичные ситуации, на стандартные позы, то есть на все то, чего в обычной жизни практически не встретишь, а это означает, что большинство боевых приемов задержания является малоэффективными при их применении в экстренной ситуации [3, с. 13].

В заключение мы хотели бы отметить, что программа физической и боевой подготовленности сотрудников полиции постоянно дорабатывается и изменяется в соответствии с современными тенденциями. Но для более эффективного и быстрого избавления от проблем в данной области следует принять ряд следующих мер:

1. Повысить требования к физической подготовленности сотрудников.

2. Ужесточить систему и механизм проверки профессиональной пригодности сотрудников к службе.

3. Вводить в штат территориальных органов специалистов, которые смогли бы успешно и эффективно проводить служебную, боевую и физическую подготовку сотрудников.

4. Модернизировать систему боевой подготовки сотрудников и увеличить разнообразие приемов, которые может применить сотрудник полиции для задержания преступников в различных ситуациях.

Литература

1. Кузнецов С. В., Волков А. Н., Воронов А. И. Теоретические и методические основы организации физической подготов-

ки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации: учебник / под ред. С. В. Кузнецова. М., 2016.

2. Мешев И. Х. Актуальные вопросы формирования научно-методической компетентности преподавателей вузов в процессе повышения квалификации // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 2.

3. Тащиян А. А., Белозорова Ю. Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016. Ч. 1.

А. Н. Бокий

АНАЛИЗ ВЫПОЛНЕНИЯ ЗАДАЧ, СВЯЗАННЫХ С ОГРАНИЧЕНИЕМ ПОДВИЖНОСТИ АССИСТЕНТА, ПРИ ПРОВЕРКЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

В настоящее время проверка физической подготовленности сотрудников ОВД осуществляется на основании выполнения общефизических упражнений (на силу, быстроту и ловкость, выносливость), а также боевых приемов борьбы [4, с. 132].

Анализ ведомственных документов, регламентирующих физическую подготовку в системе МВД, дает нам основания определить боевые приемы борьбы как синтез защитных и атакующих технических действий из различных видов единоборств (бокс, рукопашный бой, самбо и пр.), которые сочетают в себе разные по содержанию и структуре элементы (удары и приемы борьбы, динамические и статические действия). Обучение данным приемам направлено на умелое применение физической силы для успешного выполнения оперативно-служебных и служебно-боевых задач.

Нормативные акты и соответствующая методическая литература указывают на достаточно большой перечень техниче-

ских действий, умений и навыков, которыми должны обладать сотрудники полиции, среди них: 1) элементы специальной акробатики и приемы самостраховки; 2) боевые стойки и перемещения; 3) удары руками и ногами (комбинации ударов) и защита от них; 4) броски; 5) болевые, удушающие приемы, удержания; 6) приемы задержания и сопровождения правонарушителя; 7) освобождения от захватов и обхватов; 8) защита от ударов невооруженного противника; 9) защита от ударов вооруженного противника; 10) обезоруживание правонарушителя; способы личного досмотра; 11) способы обездвижения (надевания наручников и связывания); 12) оказание помощи и взаимодействие с другими сотрудниками; 13) действия с использованием специальных средств [1, с. 431].

Как отмечает в своих работах И. О. Ганченко и А. Б. Медников [2, с. 83], низкий уровень специальной физической подготовки сотрудников ОВД выражается, прежде всего, в низком уровне владения боевыми приемами борьбы. Объективными причинами данной проблемы можно назвать:

- относительно небольшое количество учебных часов, отводимых на изучение и совершенствование боевых приемов борьбы;
- значительный объем изучаемых технических действий и достаточно высокие требования к уровню их овладения;
- низкий исходный уровень физической подготовки большинства сотрудников;
- невысокая мотивация и практическое отсутствие систематических, в том числе самостоятельных занятий физической культурой;
- недостаточный методический уровень организации и проведения занятий по физической подготовке в практических подразделениях (ответственные за физическую подготовку лица, как правило, не имеют специального образования).

Согласимся с авторами, которые считают, что систематизация боевых приемов борьбы, правильный методический подход при проведении занятий, учет требований нормативных ведомственных документов при проверке уровня специальной физической подготовки позволит в значительной

степени улучшить подготовленность личного состава ОВД в данном направлении.

Перечень конкретных задач, связанных с ограничением подвижности ассистента, направляется ДГСК ежегодно в подразделения МВД России. Их количество различается в зависимости от категорий сотрудников: для сотрудников подразделений специального назначения и авиации – 68 задач; для сотрудников полиции, за исключением сотрудников подразделений специального назначения и авиации – 48 задач; для сотрудников органов внутренних дел, не являющихся сотрудниками полиции, – 31 задача [3].

Анализ содержания данных задач позволяет более точно определить требования, предъявляемые к сотрудникам ОВД. Прежде всего нужно отметить, что при проверке уровня владения боевыми приемами борьбы не оцениваются отдельные элементы, входящие в структуру приема. Таким образом, проверяемый не демонстрирует отдельно технику выполнения ударов и защиту от них, броски и другие приемы борьбы. Также отдельно не оцениваются такие прикладные умения и навыки, как самостраховка при падении, специальные акробатические элементы и пр.

На примере 48 задач для самой распространенной категории сотрудников ОВД (сотрудники полиции, за исключением сотрудников подразделений специального назначения и авиации) можно определить, что они сгруппированы по следующим разделам:

- 1) задачи с 1 по 12 – «защита от ударов невооруженного противника (удары руками и ногами)»;
- 2) задачи с 13 по 27 – «защита от ударов вооруженного противника (нож, палка)»;
- 3) задачи с 28 по 33 – «способы задержания правонарушителя с использованием болевых воздействий (загиб руки за спину, рычаги)»;
- 4) задачи с 34 по 38 – «освобождения от захватов и обхватов правонарушителя»;
- 5) задачи с 39 по 42 – «обезоруживание правонарушителя и предотвращение попытки забрать оружие у сотрудника полиции»;
- 6) задачи с 43 по 45 – «надевание наручников и связывание правонарушителя»;

7) задачи с 46 по 48 – «личный досмотр (под воздействием болевого приема, под угрозой оружия)».

Несмотря на достаточно большое количество приемов, которыми необходимо владеть сотрудникам, понимание взаимосвязи между ними и определенных закономерностей при их выполнении позволяет в значительной степени оптимизировать процесс обучения личного состава. Зачастую указанные приемы из представленных разделов изучаются отдельно, при этом используется значительный арсенал технических действий, отдельные из которых являются достаточно сложными в техническом плане, а в большинстве случаев и невыполнимыми без специальной подготовки (броски, удары ногами в верхние уровни и пр.).

На наш взгляд, оптимальным является определение относительно несложных базовых технических действий и группировка боевых приемов борьбы не только по разделам, но и по способам их выполнения. Анализ выполнения задач [4] позволяет выполнить такое их разделение и определить, что 21 задачу, связанную с ограничением подвижности ассистента, можно решить за счет выполнения рычага руки наружу; 9 задач решить, выполнив рычаг руки внутрь; также 9 задач решить загибом руки за спину «рывком»; 3 задачи – броском «задняя подножка»; 2 – загибом руки за спину «нырком». Оставшиеся 4 задачи решаются разными способами: загиб руки за спину «толчком», загиб руки за спину «замком», рычаг руки через предплечье, личный досмотр под угрозой огнестрельного оружия.

Таким образом, с целью оптимизации специальной физической подготовки в практических подразделениях МВД России оптимальным является определение базовых (основных) технических действий, с помощью которых выполняются схожие по структуре боевые приемы борьбы. Такими базовыми техническими действиями нужно назвать: «рычаг руки наружу», «рычаг руки внутрь», «загиб руки за спину рывком», «бросок задняя подножка».

Изучение и совершенствование боевых приемов борьбы необходимо осуществлять не только по разделам, но и по способам их выполнения (отрабатывать во время учебного занятия приемы из разных разделов, имеющие схожую структуру и общий базовый элемент).

Целесообразно начинать изучение боевых приемов борьбы с темы «Способы задержания и сопровождения правонарушителя», которые в основном выполняются указанными выше базовыми техническими действиями. Постоянное совершенствование приемов задержания правонарушителя позволит сформировать устойчивые навыки выполнения базовых технических действий и значительно облегчит изучение боевых приемов борьбы из других разделов.

Литература

1. Барчуков И. С., Назаров Ю. Н., Егоров С. С. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / под ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчуков. М., 2014.

2. Ганченко И. О., Медников А. Б. Основные приемы борьбы стоя, применяемые в физической подготовке сотрудников ОВД: учебно-методическое пособие. Краснодар, 2003.

3. Письмо ДГСК МВД России от 22.10.2014 № 21/13/11460 «О направлении перечня задач».

4. Тащиян А. А., Белозорова Ю. Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016. Ч. 1.

А. Х. Броев

ТАКТИКО-ТЕХНИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ ПОЛИЦЕЙСКОГО ПРИ ГРУППОВОМ НАПАДЕНИИ

Физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел отличается от физической подготовки специалистов других профессий. Это обусловлено спецификой деятельности сотрудников – им приходится обеспечивать безопасность

граждан, в том числе в условиях непосредственного силового противостояния. Поэтому физическая подготовка в системе России – это одна из главных составляющих профессиональной подготовки кадров, формирующая их психофизическую готовность к эффективному решению оперативно-служебных задач по силовому пресечению правонарушений и задержанию лиц их совершивших [1, с. 68]. Применение физической силы становится все более обычным делом в деятельности сотрудников органов внутренних дел [2, с. 60].

Нестабильность выполнения приемов задержания сотрудниками полиции вызывает необходимость поиска новых подходов к усовершенствованию системы подготовки сотрудников МВД России. При выполнении сотрудниками полиции задержания правонарушителей эффективность действий напрямую зависит, в том числе и от физической подготовленности, которая позволяет полицейским избегать опасных положений, нейтрализовать возможное преимущество нарушителя (рост, вес и т. п.), значительно снизить травматизм. В зависимости от сложности разрешения конфликтной ситуации переход к применению приемов задержания без комплекса специальной подготовки может представлять для сотрудников полиции большие затруднения и риски получения травм и потери боеспособности [3, с. 154].

Нередко сотруднику полиции приходится вступать в рукопашную схватку не с одним, а с несколькими преступниками. Их может быть двое, трое, четверо или больше.

Однако в плане механики движений групповая схватка (независимо от числа нападающих) состоит из быстро сменяющих друг друга схваток с «двойками» или «тройками» нападающих. Поэтому целесообразно в процессе учебно-тренировочных занятий отрабатывать варианты действий именно против них.

При групповом нападении необходимо, постоянно перемещаясь, парализовать действия нападающих, особенно уделяя внимание ударам ногами, которые эффективны на средней и дальней дистанциях.

Нельзя поворачиваться к преступнику спиной, необходимо стараться не падать, избегать захватов, удары наносить быстро и

точно, с коротким замахом, в наиболее уязвимые места тела. При ведении рукопашной схватки во дворе дома или околостроек необходимо в первую очередь обезопасить себя со спины, прижавшись к стене. Движения в сторону выполнять перемещениями с таким расчетом, чтобы ближайший от преступника преградил собой подход остальным. По возможности отбежать на безопасное расстояние, достать оружие или позвать на помощь.

Рассмотрим тактические рекомендации к ведению рукопашной схватки:

1. Вступая в рукопашную схватку (независимо от количества преступников), необходимо быстро оценить обстановку и выработать дальнейший план действий: маневр, последовательность действий, точки поражения.

2. Опасайтесь недооценить преступника. Помните, что даже неопасный на вид преступник может владеть хотя бы одним неизвестным вам приемом. Вместе с тем не переоценивайте и не бойтесь его. Любой, даже самый сильный преступник (что делает его самоуверенным) имеет уязвимые места.

3. Победа над преступником возможна только тогда, когда его силе обороняющийся противопоставляет силу, ловкость, решительность и хитрость.

4. Защита не должна быть слишком ранней, так как это позволяет преступнику вовремя сориентироваться и предпринять новую атаку. Защищаясь, старайтесь выводить преступника из равновесия, чтобы он проваливался, используя для этого быструю контратаку.

5. Быстрая победа может быть достигнута в результате поражения нервных центров. В некоторых случаях важную роль в достижении победы может сыграть громкий крик.

6. Не проводите ни одного приема приблизительно или вполсилы, так как результат рукопашной схватки заключается в уничтожении или захвате преступника.

7. В ходе обучения не стремитесь овладеть в равной мере всем арсеналом приемов, так как это невозможно. В совершенстве необходимо владеть несколькими приемами, используемыми в разных фазах рукопашной схватки. Эти приемы должны соответствовать вашей физической подготовленности, темпераменту и физиологическому развитию.

8. Необходимо соразмерить выбор способа и силы контра-таки со степенью угрозы для обороняющегося. Обезвредив преступника, не теряйте бдительности и будьте готовы к возможной новой схватке.

9. В ходе рукопашной схватки сохраняйте ясную голову. Не разумный гнев ведет к напряжению мышц, потере техники и снижению эффективности приемов.

Учебные схватки (спарринги)

В учебных схватках сотрудники полиции приобретают психологическую стойкость, уверенность в своих силах, способность действовать смело, решительно, инициативно. Поэтому рукопашной схватке необходимо уделять большое внимание и доводить выполнение приемов до автоматизма.

Учебные схватки проводятся с целью совершенствования изученных приемов в обстановке, приближенной к боевой. Сначала схватки проводятся по обусловленным приемам, когда партнеры знают, что должны выполнять. Далее нарабатываются условные ситуации как в одиночных, так и в групповых учебных схватках. Затем после усвоения и совершенствования технических и тактических навыков, включая и морально-волевые качества, а также правила предупреждения травматизма, проводятся не обусловленные схватки по специально разработанным заданиям. В таких схватках партнеры должны действовать в дозволенных рамках при применении приемов и действий (удары руками и ногами, болевые приемы и приемы удушения и т. д.).

Рукопашные схватки требуют от партнеров высокой самодисциплины и повышенного контроля со стороны руководителя. Нельзя допускать, чтобы эмоции управляли действиями партнеров. Стихийные, неконтролируемые единоборства приводят к травмам, нарушению техники выполнения приемов и не способствуют совершенствованию навыков ведения рукопашной схватки. Поэтому руководителю такого занятия необходимо поддерживать повышенную дисциплину и организованность, добиваться четкого выполнения всех распоряжений. В учебных схватках руководитель может дать различные задания с использованием условных ситуаций, которые можно разработать множество из различных положений (стоя, лежа, сидя и т. д.).

Рассмотрим некоторые условные ситуации ведения рукопашной схватки с несколькими нападающими.

Рукопашная схватка против двух нападающих

Ситуация 1. Нападающие находятся перед сотрудником на расстоянии 2–3 шагов. Быстро шагните левой ногой к тому, кто слева, и нанесите удар носком правой ноги в нижнюю часть живота. Блокируя левой рукой удар второго нападающего, нанесите удар правой рукой кулаком или локтем. Далее действуйте по обстановке.

Ситуация 2. Нападающий находится спереди на расстоянии 2–3 шагов, другой сбоку и ближе. Резко повернувшись к тому, кто сбоку, ударьте его по переносице основанием кулака или в нос снизу вверх основанием ладони. При этом левой рукой заблокируйте атаку его правой руки. Быстро повернувшись ко второму нападающему, шагните ему навстречу, захватите его руку (руки) и нанесите удар коленом в пах. Далее действуйте по обстановке.

Ситуация 3. Нападающие находятся по обеим сторонам от сотрудника. Внезапно нанесите ближнему преступнику сдвоенный удар основанием кулака наотмашь в лицо, а каблуком – в колено его впереди стоящей ноги. Мгновенно повернувшись к набегающему второму преступнику, отбейте предплечьем удар его руки и носком ноги нанесите маховый удар в живот. Далее действуйте по обстановке.

Ситуация 4. Один нападающий находится перед сотрудником, второй стоит сзади. Целесообразно провести внезапный удар каблуком в живот (пах) преступнику, находящемуся сзади. Одновременно с постановкой ноги на землю левым предплечьем заблокируйте атаковую правую руку преступника спереди и ударьте в нижнюю часть живота носком правой ноги.

Ситуация 5. Один из нападающих держит сотрудника сзади, обхватив корпус руками. Второй находится спереди и пытается нанести удар кулаком в лицо. Не освобождаясь от захвата, нанесите удар левой ногой в промежность находящегося спереди преступника, можно повторить удар правой ногой. Затем нанесите удар затылком в лицо сзади стоящего, а левой ногой – топчущий удар по подъему его левой ноги. Когда преступник расслабит захват и сдвинется вправо, можно провести бросок.

Ситуация 6. Сотрудника схватили двое нападающих. Один сзади обхватил корпус руками, второй спереди захватил одежду на груди правой рукой, а левой пытается обыскать карманы. Слегка присев, левой рукой захватите рукав, а правой – одежду на груди. Выведите первого нападающего из равновесия и проведите бросок подсечкой под пятку снаружи. Второго нападающего бросьте через спину (или через плечо) на первого нападающего, заблокируйте его корпус своим коленом и нанесите удар в челюсть (в нос) основанием правого кулака сверху.

Рукопашная схватка против трех нападающих

Ситуация 1. Двое нападающих находятся перед сотрудником, третий – слева от него на удалении 4–5 шагов. Шагните левой ногой влево вперед, носком правой ступни нанести удар одному из нападающих в пах. Повернувшись лицом ко второму нападающему, левым предплечьем отбейте удар его правой руки и правым локтем нанесите ему удар сбоку в челюсть. Нанесите удар правой ступней назад в набегающего третьего преступника. Далее действуйте по обстановке.

Ситуация 2. Трое нападающих находятся перед сотрудником, рассредоточившись на удалении 2–3 шагов от него. Начните атаку с левого крайнего от себя. Для этого, подойдя к нему скрестным шагом правой ноги, левой нанесите ему удар в солнечное сплетение. Повернувшись к следующему (по часовой стрелке), отбейте его атаку и нанесите сдвоенный удар (ногой в пах и основанием кулака в нос). После этого шагните к третьему нападающему, подставьте блок левым предплечьем и нанесите удар ногой в уязвимое место.

Ситуация 3. Двое нападающих находятся по обеим сторонам от сотрудника, третий – перед ним на расстоянии 2–3 шагов. Схема действий: левым локтем нанесите удар на развороте в челюсть тому, кто находится слева. С обратным разворотом корпуса нанесите удар основанием правого кулака в переносицу нападающего справа. Затем нанесите боковой удар каблуком (ступней) правой ноги в живот переднему преступнику.

Ситуация 4. Двое нападающих удерживают сотрудника за руки справа и слева, третий пытается нанести удар спереди. Напрягитесь и, опираясь на руки преступников, нанесите удар дву-

мя ногами в лицо (солнечное сплетение) третьему нападающему.

Сохранив равновесие, проведите бросок передней подножкой того, кто удерживает правую руку, и после его падения нанесите топчущий удар ступней ноги в лицо. После этого присядьте с одновременным поворотом корпуса против часовой стрелки (правым плечом вперед), подхватив снизу оставшегося на ногах преступника, и выполните бросок «мельницей» на лежащего.

Используя разработанные и наработанные условные ситуации на учебно-тренировочных занятиях, необходимо давать специальные задания при проведении спаррингов.

В современных условиях необходимо развитие профессионального мышления преподавателя, обуславливающее готовность к профессиональной деятельности в условиях инновационной среды [4, с. 103–104]. Так как главную роль при проведении практических занятий играет руководитель, то есть инструктор-преподаватель, от его правильного рассказа и показа зависит результат [5, с. 229–231].

Литература

1. Карданов А. К. Организация взаимодействия между региональными органами МВД России и образовательными организациями МВД России по совершенствованию физической подготовки сотрудников, направляемых на профессиональное обучение // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

2. Кодзоков А. Х. Применение физической силы в профессиональной деятельности сотрудников ОВД и ее правовая адаптация // Успехи современной науки и образования. 2016. № 5. Т. 1.

3. Хуштов А. В., Хажироков В. А. Применение методов круговой тренировки на практических занятиях для сотрудников ОВД // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

4. Мешев И. Х. Актуальные вопросы формирования научно-методической компетентности преподавателей вузов в про-

цессе повышения квалификации // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 2.

5. Хажироков В. А. Особенности применения на практических занятиях методов круговой тренировки для сотрудников ОВД // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 3 (4).

**А. В. Ворожейкин,
П. П. Литасов**

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДЕЛОВОЙ ИГРЫ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ИНСТРУКТОРОВ ПО РУКОПАШНОМУ БОЮ СИЛОВЫХ СТРУКТУР

В условиях активизации деятельности всевозможных террористических организаций и бандформирований как внутри страны, так и за ее пределами в силовых структурах идет активная работа по подготовке квалифицированных кадров, отвечающих современным требованиям оперативно-служебной деятельности.

Одним из основных факторов, определяющих компетентность сотрудника того или иного силового ведомства, является его оперативно-боевая подготовка, которая характеризуется в первую очередь способностью осуществлять действия по силовому пресечению правонарушений (физическая подготовка), используя при необходимости для решения профессиональных задач огнестрельное оружие (огневая подготовка).

В целях решения вышеобозначенных задач в настоящее время в силовых структурах активно идет подготовка инструкторского состава по рукопашному бою. С учетом ограничения времени, отводимого на обучение, существует острая необходимость поиска адекватных средств, методов и учебно-методических форм, позволяющих реализовать целевые установки обучения на высоком уровне [1].

В этой связи нами разработана педагогическая модель, позволяющая в короткий срок подготовить инструктора, компетентного в своей сфере деятельности. Педагогическая модель,

включающая в себя наиболее актуальные средства (практические приемы рукопашного боя и упражнения для специальных действий), в совокупности с современными информационными технологиями и прогрессивными учебно-методическими формами позволяет продуктивно и в короткие сроки решить задачу по подготовке квалифицированных кадров.

Одним из наиболее активных методов в разработанной нами педагогической модели подготовки инструкторов по рукопашному бою является учебная деловая игра – вариативная, динамично развивающаяся форма организации целенаправленного взаимодействия деятельности и общения всех участников при осуществлении педагогического руководства со стороны преподавателя.

Цель деловой игры – имитационное моделирование и ролевое поведение участников в процессе решения ими типовых профессиональных и учебных задач достаточно высокого уровня проблематики.

Задачи деловой игры – замещение будущей деятельности (подготовка сотрудников по рукопашному бою), рассматриваемой ее участниками как аналог.

Проведенный анализ литературы по проблемам использования деловых игр позволяет сделать вывод:

- деловая игра независимо от направленности традиционно характеризуется специфическими признаками (участники игры, руководитель, конфликтная ситуация и т. д.);

- на эффективность проведения игры влияет ряд факторов (начальные условия, целевая установка, условия реализации и т. д.);

- игровой процесс протекает, как правило, в три этапа (теоретическая подготовка, игровой производственный процесс, анализ деятельности).

При построении модели учебной деловой игры для проведения комплексной аттестации инструкторов по рукопашному бою мы в первую очередь учитывали целевые установки учебной программы.

Цель обучения – повышение уровня профессиональных компетенций инструкторов: формирование и совершенствование теоретических знаний, методических умений, практических

навыков, необходимых для организации мероприятий физической подготовки по разделу «Рукопашный бой».

Задачи обучения: сформировать необходимый перечень теоретических знаний по разделу «Рукопашный бой» в соответствии с требованиями нормативных ведомственных актов; совершенствовать методические навыки в организации учебно-тренировочных и контрольно-проверочных занятий, судействе соревнований, обучении приемам и специальным действиям рукопашного боя; сформировать и совершенствовать практические навыки выполнения приемов рукопашного боя (защита от нападения противника с оружием и без него, одного и нескольких; ведение рукопашной схватки в условиях плохой видимости, в замкнутом пространстве; использование специальных средств, задержание, досмотр, обыск и конвоирование, задержание на транспорте) [2, с. 78–82].

В результате освоения программы слушатель должен:

– знать: основные требования нормативных правовых актов по организации физической подготовки, методику формирования военно-прикладных двигательных навыков, современные подходы к организации мероприятий по физической подготовке (разделу «Рукопашный бой»), методику организации соревнований по рукопашному бою, правила соревнований в соответствии с требованиями Общероссийской федерации рукопашного боя, требования по предупреждению травматизма в процессе мероприятий физической подготовки, основы первой медицинской помощи [3, с. 76–79; 4, с. 132].

– уметь: организовывать учебно-тренировочные занятия с сотрудниками, членами сборных команд по рукопашному бою, проводить обучение различных категорий военнослужащих в соответствии с требованиями ведомственных нормативных актов, оценивать уровень подготовленности по выполнению приемов рукопашного боя, использовать инновационные методы обучения с применением новых информационных технологий (интерактивных тренажеров и мультимедиа обучающих систем);

– владеть: приемами рукопашного боя с оружием и без оружия, тактикой ведения рукопашной схватки с одним и несколькими противниками, в том числе в условиях плохой видимости, замкнутом пространстве; техникой применения специальных

средств при задержании, досмотре и конвоировании, задержании на транспорте.

Практическое апробирование разработанной модели показало, что деловая игра может быть применена в процессе подготовки инструкторов по рукопашному бою на практических занятиях и при комплексной аттестации.

При условии правильного воздействия на обучаемых средствами деловой игры (ситуационные задания, алгоритмические модели, интерактивные технологии) функционирование обучения существенным образом упрощается, а результат значительно возрастает за счет решения ряда задач:

- проведение занятий с помощью игровых технологий позволяет будущему инструктору максимально приблизиться к реальной профессионально-практической деятельности, что помогает быстрее адаптироваться к реальной деятельности;

- учебная деловая игра дает возможность сократить временные затраты, увеличить объем получаемой информации, сэкономить физические и психические ресурсы обучающихся в соответствии с требованиями нынешнего этапа обучения сотрудников, повысить качество их профессиональной подготовки;

- интенсификация мышления в проблемной ситуации будущей инструкторской деятельности; повышение стремления к творческим достижениям, развитие способностей (анализировать, сравнивать, выделять главное, доказывать и т. п.);

- комплексное формирование у слушателей знаний, умений, навыков; деловая игра способствует трансформации учебной информации в знания, а знаний – в умения и навыки;

- развитие у слушателей навыков профессионального общения, принятия управленческих решений (в содержание деловой игры необходимо закладывать варианты развития ситуаций практической деятельности с тем, чтобы слушатели приобрели навыки своевременной оценки ситуации и быстрого принятия конструктивных решений).

Литература

1. Бакаев В. В., Ворожейкин А. В. Обоснование факторов, определяющих необходимость совершенствования подготовки

инструкторов по рукопашному бою силовых структур // Стратегические направления реформирования вузовской системы физической культуры: сборник научных трудов Всероссийской научно-практической конференции. М., 2016.

2. Ворожейкин А. В., Зайцев А. А., Литасов П. П. Комплексная методика оценки инструкторов по рукопашному бою силовых структур // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2016. № 4 (46).

3. Глубокий В. А. Обучение в вузах МВД России внештатных инструкторов по физической и огневой подготовке // Современная методика преподавания физической культуры в учебных заведениях России: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Волгоград, 2004.

4. Тащиян А. А., Белозорова Ю. Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016. Ч. 1.

А. И. Земляной

УСЛОВИЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ МАССОВОГО СПОРТА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ

Для изучения условий обеспечения эффективности спортивной работы целесообразно подойти к ее детальному рассмотрению как модели поведения курсанта образовательных учреждений МВД России. Первым звеном структуры деятельности курсанта является цель, которая представляет собой преломленную через призму потребности личности объективную цель. Процесс мотивационной деятельности включает в себя ряд конкретных условий, которые зависят от состояния общества и социальной среды, положения личности в обществе и социальной среде, системы потребностей личности, а также

социально-психологической системы элементарных анализаторских форм.

Главным средством управления деятельностью курсантов в процессе спортивных соревнований является потребность. Она предметна и динамична, т.е. имеет свой объект удовлетворения и обладает способностью к актуализации, угасанию и воспроизведению. Учитывая такое свойство потребности, как динамичность, а также то, что потребность является «первым иницирующим началом в сложном мотивированном поведении», возможно изучение отношения курсантов к участию в спортивной работе и тем самым повышение ее эффективности.

Спортивная работа будет только тогда эффективна, когда курсанты будут иметь, с одной стороны, реальную потребность в занятии спортом, с другой – реальную возможность для удовлетворения этой потребности. Вторым аспектом является необходимым условием для перерастания потребности в мотивацию курсантов к занятиям спортом. В соответствии с этим устанавливается, есть ли у курсантов реальные потребности к занятиям спортом.

У людей различаются несколько видов потребностей как биологических, так и социальных. К ним могут быть отнесены потребности в достижении успеха, признании собственной ценности, доминировании, повышении своего статуса в группе, движениях и физических напряжениях, общении, в физическом воспитании, в физическом самосовершенствовании и саморазвитии.

Действие по удовлетворению первой потребности и приобретенная возможность в ее удовлетворении ведут к новым потребностям. Считается, что формирование личности необходимо начинать с формирования потребности и мотивов поведения [2, с. 132–136].

Таким образом, можно говорить о том, что у курсантов присутствуют социальные и биологические потребности к занятию массовым спортом: игровые, потребности в движении, самовыражении и т. д.

Для того чтобы деятельность по их удовлетворению превратилась в деятельную силу и организовала поведение человека, направленное на удовлетворение этой потребности, необходимо внешнее по отношению к личности воздействие на эту потреб-

ность. Это воздействие является информацией об изменении внешней среды или ситуации, которая предоставляет возможность человеку реализовать свои интересы.

«Мотив – это психологическое явление, становящееся побуждением к определенной деятельности» (К. К. Платонов, 1982). Исходя из этого становится ясно, что курсанты только тогда будут заниматься массовым спортом, когда будут иметь к этому побуждение.

Если в обычной жизни наличие потребности и информации о возможности удовлетворения этой потребности может побудить человека заниматься спортом, то несколько другой подход наблюдается в образовательных учреждениях МВД России. Между потребностью человека заниматься спортом и информацией о возможности ее удовлетворения мы наблюдаем еще одну инстанцию.

Руководители спортивной работой, которые проводят через руководящие документы цель спортивной работы в образовательных учреждениях МВД России, дополнительно преломляют потребность курсантов в занятии спортом. В этом случае курсанты только тогда смогут удовлетворить свои потребности, когда их потребность в занятиях массовым спортом будет полностью совпадать с потребностью руководства по отношению к спортивной работе.

В соответствии с этим есть необходимость определить наличие потребностей у курсантов в занятиях спортом.

В настоящее время, рассматривая потребностно-мотивационную сферу физического воспитания, нельзя упустить потребностно-информационный подход к формированию личности, позволяющий трактовать физическое воспитание по-новому, а именно как процесс формирования у людей такого набора потребностей, который является наиболее благоприятным для здоровья, физического совершенствования и развития человека.

Рассматривая потребностно-мотивационную сферу, можно выделить два самостоятельных элемента:

– потребностно-мотивационная сфера физического саморазвития, основу которого составляют сложнейшие биологиче-

ские рефлексы (игровой, имитационный и т. д.), тесным образом связанные с двигательной активностью;

– потребностно-мотивационную сферу физического самосовершенствования, связанную с созреванием у человека познавательной части самосознания, а также желания быть физически совершенным.

Физическое самосовершенствование более характерно для человека, который хочет быть более совершенным, соответствующим определенному идеалу.

В основе самосовершенствования человека находится несколько побудительных сил, которые могут периодически доминировать (заинтересованность в хорошем самочувствии, красивом строении тела, работоспособности, уверенности в себе и др.). При этом описании структуры потребностей в физическом совершенствовании на сегодняшний день в полном объеме не существует.

Весь процесс физического воспитания можно представить как следующую схему: от физического саморазвития к физическому самосовершенствованию, самообразованию. Исходя из этого, основной задачей физического воспитания целесообразно считать формирование у курсантов разнообразия биологических и социально значимых средств удовлетворения потребностей.

У курсантов в возрасте 18–20 лет должны быть потребности в признании каждого из них как личности, самоутверждении и самовыражении; в повышении своего статуса; в переменах и впечатлениях; в самосовершенствовании и физическом развитии; в стремлении добиться рекордных результатов и получении удовольствия от спортивных соревнований и др. Эти потребности можно считать непосредственными, но существуют еще и опосредованные потребности в стремлении стать сильным и красивым, через спорт подготовить себя к практической деятельности; познание общественной значимости спорта.

Интересным вопросом, который необходимо изучить, является возможность формирования мотивации курсантов к участию в соревнованиях, а также актуализация и формирование мотивов к участию именно в спортивно-технических соревнованиях.

Основной и наиболее оптимальной мотивацией следует считать спортивно-деловую. При этом у спортсменов необходимо воспитывать понимание общественной значимости спорта, настойчивость и трудолюбие. Как правило, они уже обладают необходимым минимумом знаний по спорту, знакомы с тем, как заниматься самовоспитанием и самосовершенствованием, ставят перед собой далекие и значимые цели.

Другим вариантом мотивации является личностно-престижная, в основе которой лежит завоевание высокого результата любым путем. Этот вариант рассматривается как нежелательный (побочный).

Дальнейшая профессионализация спортивной деятельности приводит к необходимости формирования мотивации к достижению наивысшего результата в соревнованиях. Однако в этом случае курсанта-спортсмена следует ориентировать на спорт высших достижений, что практически исключено при существующей организации массового спорта в России.

Годовые временные затраты на тренировочный процесс курсантов-спортсменов высокого класса практически не дают возможности заниматься спортом высших достижений в образовательных учреждениях МВД России и достигать при этом наивысших результатов в соревнованиях.

Практика спортсменов, которые случайно попадают в образовательные учреждения МВД России, показывает, что, как правило, на первых же занятиях они откомандировываются в спортивные секции, где продолжают работать уже не как курсанты, а почти как профессиональные спортсмены.

Этапами, по которым происходит формирование спортивно-деловой мотивации, по нашему мнению, являются:

1. Воспитание профессионального отношения к спортивной деятельности.
2. Активизация интереса к спортивной литературе.
3. Привлечение спортсменов к программированию тренировочного процесса и его анализу.
4. Формирование установки на достижение далекой и трудной цели.

5. В соревновательной деятельности направление сознания на оценку и прогнозирование своих действий, на приемы саморегуляции.

6. Внушение веры в будущие победы, но не в быстрый успех.

Необходимо отметить, что данный путь формирования спортивно-деловой мотивации, на наш взгляд, полностью приемлем только для курсантов, которые посвятили себя спорту и хотят быть спортсменами высокого класса.

В результате проведенных исследований было выявлено, что у курсантов можно сформировать и актуализировать педагогическими средствами мотивы к участию в спортивно-технических соревнованиях.

Подводя итог, можно отметить следующее:

1. У курсантов присутствует потребность в занятиях массовым спортом, не требующим многолетней тренировки.

2. Повышение мотивации курсантов к занятиям спортом возможно педагогическими средствами.

3. Обязательным условием для повышения эффективности спортивной работы является совпадение мотивации курсантов и руководителей, так как при этом возможно сознательное отношение курсантов к спортивной работе и участие их в массовом спорте.

Если цель спортивной работы заключается в повышении уровня физической подготовленности курсантов, то она, естественно, не будет совпадать с потребностью курсантов в занятиях спортом – в этом случае об эффективности спортивной работы не может быть и речи. Так, руководители массового спорта, следуя его цели, должны направлять все свои усилия на повышение уровня физической подготовленности, а курсанты имеют желание заниматься спортом ради самого занятия спортом. В этом случае наблюдается несоответствие потребностно-мотивационной сферы руководителей и занимающихся.

После обеспечения соответствия цели спортивной работы потребностям курсантов в занятиях спортом на первое место выходит проблема соответствия содержания спортивной работы потребностно-мотивационной сфере курсантов, другими словами: курсанты только тогда будут желать заниматься спор-

том, когда руководители предложат им такое содержание, такие виды спорта, которые будут соответствовать их потребностям. Это, в свою очередь, приведет к повышению эффективности спортивной работы.

Изучение этих вопросов необходимо для исследования возможности и условий формирования положительной мотивации курсантов к занятиям массовым спортом [1, с. 60–65; 3, с. 194–198; 4, с. 168–173]. Это, на наш взгляд, будет способствовать повышению эффективности спортивной работы в образовательных организациях системы МВД России и определению основных направлений ее совершенствования.

Литература

1. Земляной А. И. Проблемные вопросы организации физической подготовки курсантов и слушателей вузов МВД России / ред. кол.: Д. В. Карабаш, А. А. Таганова, С. Л. Лазицкий, А. В. Кужильная // Актуальные вопросы совершенствования специальной подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений системы МВД России: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Краснодар, 2014.

2. Земляной А. И., Кошелев П. С. Особенности управления военно-учебными заведениями для детей школьного возраста в дореволюционной России // Актуальные вопросы совершенствования специальной подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Краснодар, 2015.

3. Земляной А. И., Хагай В. С. Проблемные вопросы организации физической подготовки курсантов и слушателей вузов МВД России / под ред. Л. И. Тимошенко, С. Н. Кашина // Научно-методические проблемы подготовки инструкторско-педагогических кадров по боевой и физической подготовке для органов внутренних дел: сборник материалов VI межвузовской научно-практической конференции. Ставрополь, 2013.

4. Земляной А. И., Хагай В. С. Самостоятельная физическая тренировка как форма физического воспитания слушателей образовательных учреждений дополнительного профессионально-

го образования МВД России / под ред. С. Н. Кашина, А. В. Шульженко // Физическая культура в профессиональном образовании учащихся высшей школы: сборник материалов II Всероссийской научно-практической конференции. Ставрополь, 2015.

Л. В. Кан

О ПРИМЕНЕНИИ ИННОВАЦИОННЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО БОЕВЫМ ПРИЕМАМ БОРЬБЫ С СОТРУДНИКАМИ ПОЛИЦИИ

Актуальность применения новых подходов обучения обусловлена методикой совершенствования специализированных умений разрешения конфликтов, возникающих при применении к правонарушителям приемов задержания. Поведение сотрудников полиции в критических и опасных боевых ситуациях подчинено тактике использования активно-оборонительных действий [1]. В зависимости от сложности разрешения конфликтной ситуации переход к применению приемов задержания без специальной подготовки может представлять для сотрудников полиции большие затруднения и риски получения травм и потери боеспособности.

При выполнении сотрудниками полиции задержания правонарушителей эффективность их действий напрямую зависит от специальной подготовленности, которая позволяет полицейским избегать опасных положений, нейтрализовать возможное преимущество нарушителя, значительно снизить травматизм. Эти специализированные навыки отчасти успешно формируются в процессе занятий бросковыми, ударными и смешанными единоборствами, однако в полной мере не решают проблемы их формирования (С. М. Ашкинази, 2006; А. И. Долматов, 1989; А. А. Кадочников, 2005 и др.).

Многие специалисты по физической подготовке в полиции переносят методы тренировки, принятые в учебно-тренировочном процессе в спортивных единоборствах, на учебно-трениро-

вочные занятия по освоению боевых приемов борьбы. Такой перенос не всегда является оправданным по следующим причинам.

Во-первых, подготовленность полицейских и спортсменов-единоборцев имеет существенные различия: спортсмену необходима специальная выносливость для участия в нескольких поединках по 6–9 минут в течение одного соревновательного дня; полицейский в конфликтных ситуациях обычно участвует скоротечно, реже задержание осуществляется за несколько минут. Вследствие этого при средней (по отношению к спортсмену) физической подготовленности полицейскому достаточно умения входить в состояние мобилизационной готовности, позволяющей эффективно осуществлять задержание правонарушителей [1; 2].

Во-вторых, в отличие от поединков, в которых участвуют спортсмены, в схватках полицейских с правонарушителями практически не возникают повторяющиеся ситуации. События разворачиваются стремительно и непредсказуемо.

В-третьих, самым важным фактором является то обстоятельство, что сотрудник полиции в конфликтной ситуации может встретиться с противником, превосходящим его по физическим параметрам (росту, весу и т. д.). Одним из основных преимуществ может стать умение скрыто управлять психомоторными реакциями противника.

Кроме того, у сотрудников полиции существуют объективные проблемы: дефицит времени на практические занятия по сохранению пространственно-временных характеристик выполнения изучаемых боевых приемов борьбы, специализированных умений выполнения приемов задержания правонарушителей. Также важным моментом является высокая травмоопасность отработываемых приемов задержания при их совершенствовании на занятиях и, как следствие, получение травм и временная утрата возможности выполнять служебные обязанности.

Для формирования устойчивых навыков приемов задержания необходимо находить новые инновационные методы проведения занятий.

Поэтому для выбора новых подходов обучения сотрудников ОВД ставились задачи:

1. Рассмотреть существующие подходы к обучению и совершенствованию применения боевых приемов борьбы при задержании правонарушителей и болевых приемов и захватов в спортивных единоборствах.

2. Выявить основные технико-тактические действия, характерные для применения приемов задержания правонарушителей в конфликтных ситуациях.

3. Выявить типичные конфликтные ситуации, предшествующие применению приемов задержания, и разработать тактику их разрешения полицейскими.

Проанализировав последние научные исследования по теории и методике физической подготовки МВД России, приходим к выводу о необходимости внедрения в систему профессиональной подготовки инновационных методов совершенствования умений, выполнения приемов задержания в боевых взаимодействиях при недостаточной автоматизации применения приемов борьбы.

На основе этих проблем для обучения и совершенствования навыков применения приемов задержания предлагаем рассмотреть применение сопряженного идеомоторного и имитационного методов.

Применение сопряженного идеомоторного и имитационного методов разработано и экспериментально обосновано при совершенствовании умений выполнения приемов задержания правонарушителей в боевых ситуациях.

Предполагается, что формирование у сотрудников полиции идеомоторных представлений о выполнении приемов задержания и имитационного моделирования боевых взаимодействий позволит повысить точность моментных характеристик выполнения задержания, ориентировку в боевых ситуациях и разрешение типичных конфликтов, возникающих до и во время выполнения приемов задержания правонарушителей.

Применение сопряженного идеомоторного и имитационного методов при обучении и совершенствовании боевых взаимодействий заключается в следующем:

– с одной стороны, у полицейских недостаточно времени для автоматизации боевых приемов борьбы, с другой стороны,

им необходимо быть готовыми к участию в конфликтных ситуациях задержания правонарушителей, при этом они должны на высокой скорости осуществлять боевое противодействие;

– эффективность поведения полицейского в боевом взаимодействии зависит от полноты сформированного образа действия по отношению к вероятной неопределенности действий правонарушителя, что порождает проблему совершенствования специальных умений ведения боя и, в частности, задержания правонарушителей (например, «бой с тенью» и т. п.);

– разработанная методология совершенствования задержания правонарушителей объединяет подводящие идеомоторные упражнения и метод имитационного моделирования технико-тактических действий и имитации с партнером ситуаций боевых взаимодействий [3, с. 651];

– методика формирования идеомоторных представлений о боевых взаимодействиях с помощью имитации движения при сопряженном воспроизведении представления всего действия с имитацией импульсов начала движений для сохранения мысленного образа и иннервации соответствующих мышечных групп, задействованных при выполнении приемов задержаний;

– последовательность совершенствования пусковых и моментных характеристик приемов задержания правонарушителей при переходе от имитационных упражнений под видеопказ к произвольной имитации импульсами начала движений опорных моментов выполнения приемов задержания, к освоению идеомоторных представлений двигательных взаимодействий с партнером и к реальному выполнению техники задержания;

– экспериментальные данные, подтверждающие эффективность разработанной последовательности сопряженного применения идеомоторного и имитационного методов при совершенствовании выполнения приемов задержания правонарушителей.

Этот метод позволяет проводить совершенствование технико-тактической подготовки полицейских и высококвалифицированных спортсменов в ударных видах единоборств, а также разрабатывать методологию сопряженного применения идеомоторного и имитационного методов совершенствования умений выполнения задержания в боевых ситуациях [4, с. 132].

Итоги основных положений при обучении:

1. Временные параметры боевых взаимодействий при применении приемов задержания правонарушителей необходимо тренировать в реальных временных ситуациях и в более быстрых имитационных условиях.

2. Использование идеомоторных представлений при ориентировке в ситуациях, предшествующих задержанию правонарушителей, позволяет оптимизировать выбор тактических средств ведения борьбы и применения конкретных приемов задержания.

3. Имитация действий с помощью импульсов начала движений позволяет сократить время нахождения в стартовых ситуациях и оптимизировать выполнение последующих действий при задержании правонарушителей.

4. Сопряжение методов при формировании навыков эффективного поведения в боевых ситуациях при задержании правонарушителей заключается в том, что с помощью идеомоторного метода совершенствуется двигательный состав, а моментные и временные параметры боевых взаимодействий совершенствуются с применением имитационного метода.

Формирование идеомоторного представления через имитацию движения для освоения техники задержания целесообразно осуществлять в следующей последовательности:

– с помощью видеопроектора видеоизображение образцового выполнения специальной техники задержания, прокручиваемого с различной скоростью, создает у сотрудников предельно точный мысленный образ конкретного движения. Вначале это зрительные представления двигательного цикла с акцентированием на основных моментах:

1) сопряженное воспроизведение представления всего действия с имитацией выполнения начала основных его частей при усилении яркости и точности зрительного представления, при этом имитирующие движения короче реальных боевых взаимодействий,

2) переход к импульсам начала основных частей действия с учетом пространственно-временных взаимодействий с воображаемым партнером;

– переводение импульсов начала движений в скрытые микродвижения для сохранения мысленного образа и иннервации соответствующих мышечных групп.

Идеомоторный метод с партнером применяется, когда идеомоторный образ движения станет точным и устойчивым, двигательное выполнение действий становится управляемым и контролируемым:

а) имитационная фаза – элементы идеомоторного упражнения реально выполняются во временной последовательности, в общих чертах воплощая идеомоторное представление в движении с партнером, осуществляемое максимально медленно с переходом к максимально быстрому выполнению;

б) вариативность выполнения разучиваемого движения достигается практической тренировкой с различными партнерами.

Эффективность применения имитационно-идеомоторной тренировки зависит от выделения основных разделов обучения задержанию и последовательности их освоения.

На первом этапе осуществляется обучение технико-тактическим действиям, предшествующим задержанию. Осваиваются конфликтные ситуации, предшествующие задержанию, в которых требуется выполнение ударной или борцовской техники, болевых и сковывающих захватов для применения активной обороны.

На втором этапе тренировочный процесс также осуществляется в спортивном зале. Совершенствование боевых взаимодействий при задержании выполняется в следующей последовательности: вначале преднамеренное выполнение приемов задержания осуществляется идеомоторно и далее выполняется в реальном взаимодействии со спарринг-партнером.

Практическая значимость состоит в том, что сотрудники ОВД в результате занятий смогут успешно использовать идеомоторные представления для эффективного совершенствования задержания правонарушителей с помощью многократного воспроизведения видеоизображений типовых боевых ситуаций. При этом больший эффект достигается при варьировании скорости просмотра и имитационным выполнением изучаемого

приема, демонстрируя микродвижения начала выполнения элементов сложных технико-тактических действий.

Совмещение идеомоторного и имитационного методов позволяет разработать методику моделирования боевых взаимодействий для формирования у сотрудников полиции умения своевременного принятия тактических решений в микроинтервалах времени, что позволит эффективно выполнять задержание правонарушителей. В боевой практике выполнение задержания, как правило, является окончанием разрешения конфликтной ситуации, вызванной неправомерными действиями граждан. После выполнения боевых действий правонарушитель оказывается в ситуации, в которой полицейские могут переходить к непосредственному выполнению приемов задержания правонарушителя.

Результаты применения технологии формирования навыков задержания, используемые в системе повышения квалификации, при незначительной адаптации могут быть использованы при начальной профессиональной подготовке и для подготовки слушателей и курсантов образовательных организаций системы МВД России.

Литература

1. Кан Л. В., Лунин А. А. Методические рекомендации по методике преподавания боевых приемов борьбы сотрудниками МВД России. Домодедово, 2014.
2. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М., 2008.
3. Немов Р. С. Психология: учебник для высших педагогических учебных заведений. М., 1997.
4. Тащиян А. А., Белозорова Ю. Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016. Ч. 1.

**ВОПРОСЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ С СОТРУДНИКАМИ СПЕЦИАЛЬНЫХ
ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ, ОБУЧАЮЩИХСЯ
ПО ПРОГРАММАМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ПОДГОТОВКИ (НА ПРИМЕРЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
КАФЕДРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СКИ(Ф)
КРУ МВД РОССИИ)**

Состояние преступности в России подтверждает необходимость существования специальных подразделений. Профессиональная подготовка сотрудников специальных подразделений традиционно предполагает решение большого круга вопросов, включая высокий уровень физической подготовленности.

Организация процесса овладения и постоянного совершенствования профессиональных знаний, физических умений и прикладных навыков, необходимых для успешного выполнения задач, возложенных на силовые структуры, рассматривается как важнейший элемент всей системы подготовки и обучения сотрудников специальных подразделений [1].

Важнейшим критерием профессиональной пригодности сотрудников специальных подразделений является высокий уровень их общей и специальной физической подготовленности, во многом определяющий качество выполнения должностных обязанностей.

Физическая подготовка в образовательных организациях системы МВД России организуется с учетом особенностей служебно-профессиональной деятельности и проводится в строгом соответствии с действующим законодательством Российской Федерации, нормативными правовыми актами МВД России и Департамента государственной службы и кадров МВД России [2, с. 67–72].

Мероприятия по направлению «Специальная физическая подготовка», проводимые кафедрой физической подготовки СКИ(ф) Кру МВД России со слушателями по программам профессионального обучения:

1. Приглашение практических работников территориальных подразделений и служб Росгвардии для совместного проведения входного контроля, практических занятий, промежуточной и итоговой аттестации со слушателями профессиональной подготовки.

2. В декабре 2016 года на заседании координационного совета Краснодарского университета МВД России по реализации приоритетных профилей был подготовлен доклад «Особенности организации физической подготовки сотрудников специального назначения территориальных органов МВД России по программам профессиональной подготовки».

3. В январе 2017 года на учебно-методическом сборе в Краснодарском университете МВД России также обсуждался данный вопрос.

На профессиональное обучение по программам профессионального обучения сотрудников специальных подразделений присылают слушателей, состоящих в должности:

- медицинского персонала;
- летного персонала;
- инспекторского состава дежурных частей, входящих в состав штатного расписания спецподразделений [3].

Имеют место случаи отправки на учебу возрастных слушателей (старше 40 лет).

Но при этом следует отметить, что некоторые нормативно-правовые акты не регламентируют уровень физической подготовленности сотрудника специального подразделения с учетом должностной и возрастной категории [4, с. 229–231].

4. Актуальным вопросом является организация промежуточной и итоговой аттестации слушателей профессионального обучения по дисциплине «Специальная физическая подготовка». Критерии требований входного, текущего контроля и итоговой аттестации отдаются на откуп образовательной организации.

5. Совместное проведение практических занятий с приглашением опытных сотрудников специальных подразделений.

6. Участие в организации и проведении учебно-методических сборов в СКИ(ф) КрУ МВД России с привлечением руководителей профильных подразделений.

7. Участие в организации и проведении международной научно-практической конференции в СКИ(ф) КрУ МВД России.

8. Организация и проведение регионального семинара по совершенствованию физической подготовки слушателей, обучающихся по программам профессиональной подготовки, с привлечением инспекторского персонала практических подразделений.

9. Организация и проведение межведомственного круглого стола по вопросам подготовки сотрудников специальных подразделений с привлечением инструкторов специальных подразделений различных ведомств.

10. Работа преподавателей кафедры в качестве кураторов учебных групп сотрудников специальных подразделений.

11. Привлечение слушателей должностной категории сотрудников специальных подразделений к участию в спортивных мероприятиях среди постоянного и переменного составов института.

12. Привлечение слушателей должностной категории сотрудников специальных подразделений к участию в спортивных мероприятиях РО ОГО ВФСО «Динамо» КБР по видам спорта.

Таким образом, на сегодняшний день в образовательных организациях при подготовке сотрудников спецподразделений необходимо применять передовые отечественные и зарубежные методики, технические средства обучения, повышение практической составляющей учебных занятий по специальной физической подготовке, что позволит более разносторонне, а значит, гарантированно подготовить сотрудника к условиям выполнения служебно-боевых задач.

Литература

1. Уколов А. В., Жернаков Д. В., Лагунов А. Н. О развитии физических качеств студентов на занятиях физической подготовки // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2014. № 12-2.

2. Карданов А. К. Организация взаимодействия между региональными органами МВД России и образовательными организациями МВД России по совершенствованию физической подготовки сотрудников, направляемых на профессиональное

обучение// Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

3. Мешев И. Х. Актуальные вопросы формирования научно-методической компетентности преподавателей вузов в процессе повышения квалификации // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 2.

4. Хажироков В. А. Особенности применения на практических занятиях методов круговой тренировки для сотрудников ОВД // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 3 (4).

С. Н. Кашин

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Формирование адекватной проводимым социально-экономическим преобразованиям системы подготовки кадров требует выведения профессиональной подготовки на качественно новый уровень: обучение специалистов, сориентированных не только на овладение определенной совокупностью знаний, но и на развитие личности обучающего и усвоение конкретных сфер профессиональной деятельности.

Во-первых, в современных условиях профессиональная деятельность сотрудника полиции предъявляет повышенные требования к уровню их физической подготовленности для успешного выполнения оперативно-служебных и служебно-боевых задач, умелому и правомерному применению физической силы, в том числе боевых приемов борьбы, а также обеспечению высокой работоспособности в процессе служебной деятельности, основу которой составляет крепкое здоровье и хорошее физическое развитие.

Во-вторых, в образовательных организациях МВД России идет активный поиск условий и средств, способствующих совер-

шенствованию процесса подготовки кадров. В настоящее время не имеют достаточного научного обоснования идеологическая, содержательная и организационная составляющие технологии обучения в рамках профессионально-прикладной физической подготовки. Наблюдается недостаточная оснащенность процесса физической подготовки ведомственными учебниками и учебными пособиями как показатель информационной составляющей технологии. Социальная составляющая технологии физической подготовки сотрудников ОВД нуждается в существенной доработке в плане повышения профессиональной компетенции преподавательского состава, приведения его к современным требованиям педагогической деятельности.

Проблемы профессиональной подготовки, в том числе и физической, пути улучшения ее качества рассматривались в трудах различных исследователей. Однако, несмотря на наличие имеющихся представлений на формирование физической готовности сотрудников полиции, особенности структуры физической подготовленности, взаимосвязи показателей физической и технической подготовки, особенности формирования профессионально-личностной физической подготовки сотрудника органов внутренних дел изучены недостаточно. Имеющиеся научные данные разрознены, а иногда и противоречивы, что затрудняет их теоретическое обобщение и практическую реализацию [3, с. 212; 4, с. 224].

Проблема совершенствования процесса физической подготовки слушателей факультета профессиональной подготовки образовательной организации МВД России весьма многогранна. За последние годы существующая система профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников правоохранительных органов подвергалась серьезным изменениям. Требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности отражены в руководящих документах по физической подготовке. В соответствии с ними сотрудник полиции должен уметь самостоятельно поддерживать должный уровень общей физической подготовленности, необходимый для профессиональной деятельности; применять навыки профессионально-прикладной физической подготовки в профес-

сиональной деятельности; применять правомерные действия по силовому пресечению правонарушений, обезоруживанию, обезвреживанию, задержанию, проведению наружного осмотра, связыванию (сковыванию наручниками) и сопровождению правонарушителей. Сотрудник полиции должен знать основы здорового образа жизни, тактику силового задержания и обезвреживания вооруженного и невооруженного противника, самозащиты без оружия [1, с. 52].

Целевой установкой физической подготовки выступает формирование физической готовности сотрудников к успешному выполнению оперативно-служебных и служебно-боевых задач, умелому применению физической силы, в том числе боевых приемов борьбы, а также обеспечение высокой работоспособности в процессе служебной деятельности. Данная трактовка целиком соответствует общепринятым представлениям о физической подготовке.

Таким образом, физическое воспитание в силовых ведомствах в силу своего прикладного характера рассматривается как один из предметов профессионального обучения и воспитания личного состава в форме целостного процесса профессионально-прикладной физической подготовки. В качестве своеобразной разновидности физического воспитания профессионально-прикладная физическая подготовка представляет собой педагогический учебно-воспитательный процесс, направленный на формирование физической готовности сотрудника, его профессионально-личностной физической подготовленности.

Развитие органов внутренних дел России на современном этапе включает широкое внедрение достижений науки во все области профессиональной деятельности. Реформа профессионального образования потребовала широкого внедрения различных педагогических технологий, позволяющих эффективно реализовать интеллектуальный и физический потенциал обучающихся, осуществить их подготовку в соответствии с современными требованиями [4, с. 224; 5, с. 431].

Для решения поставленной задачи по развитию профессионально важных физических качеств, формированию прикладных двигательных умений и навыков, а также про-

фессионально-личностной физической подготовленности слушателя в Ставропольском филиале Краснодарского университета МВД России разработана и функционирует модель «Построение процесса физической подготовки со слушателями факультета профессиональной подготовки». Модель включает в себя период профессиональной подготовки сотрудника полиции, рассчитанный на 20 недель, и состоит из трех этапов: базовый, специальный и целевой. Каждый из этапов имеет свои компоненты и параметры.

Базовый этап направлен на развитие физических качеств, обучение базовой технике выполнения боевых приемов борьбы. Продолжительность этапа – до 1,5 месяцев. Количество часов – 74 часа всех форм физической подготовки (утренняя физическая зарядка, учебные занятия, спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа, самостоятельная подготовка, индивидуальные занятия под руководством преподавателя (инструктора), попутная физическая тренировка и т. д.). Основным содержанием учебных занятий выступают физические упражнения на развитие профессионально-значимых физических качеств (выносливость, сила, быстрота, ловкость и гибкость). В этот период происходит обучение стойкам и передвижениям, уделяется время акробатическим упражнениям, приемам страховки и само страховки. В плане формирования прикладных двигательных навыков изучается базовая техника основных болевых приемов в стойке (приемов задержания и сопровождения), защитно-ударная техника, а также простейшие броски и сваливания. Максимальная физическая нагрузка достигает 150 ударов в минуту. На данном этапе преобладают методы строго регламентированного выполнения упражнения, то есть в строгой форме и с точной обусловленной нагрузкой. При обучении двигательным действиям используется целостный метод или целостного конструктивного движения, расчленено-конструктивный. В связи с этим моторная плотность учебных занятий составляет около 60 процентов. До 40 процентов времени выделяется на формирование знаний в области профессионально-личностной физической подготовки за счет рассказа, показа, попутных объяснений, исправления ошибок и т. д. На каждом практическом занятии

процесс осуществляется с дидактической позиции, отвечающей на вопросы: что это такое? зачем? с какой целью? что это дает? почему так, а не иначе? на что влияет? для чего нужно? То есть процесс профессионально-личностной физической подготовки представляет собой не закрытую, а открытую, доступную и понятную для слушателей систему. Тем самым реализуется принцип сознательности – один из основных принципов, который стимулирует слушателя к дальнейшему самообразованию и саморазвитию.

Специальный этап направлен на совершенствование профессионально-важных физических качеств. На данном этапе происходит разучивание связок и комбинаций-приемов по схеме: защитно-атакующие действия – задержание, проведение наружного осмотра, сковывания (связывания) – сопровождение. Продолжительность этапа составляет до 1,5 месяцев. Количество часов – до 74 часов всех форм физической подготовки.

Основным содержанием учебных занятий выступают физические упражнения скоростно-силового характера, специальной выносливости (спарринги, поединки по правилам бокса, борьба, преодоление препятствий). Изучается базовая техника обезоруживания, освобождения от захватов, попыток изъять оружие, связывание, сопровождение. Максимальная физическая нагрузка (интенсивность) при выполнении упражнений может достигать до 180 ударов в минуту, что приводит к положительным сдвигам в функциональных системах организма слушателя (дыхательная, сердечно-сосудистая), а также способствует развитию профессионально-значимых психических качеств и свойств личности (воля, смелость, решительность, настойчивость и т. д.). Моторная плотность повышается до 80 процентов за счет высокой организации учебного занятия, использования ранее изученных приемов и действий, сопряженного метода воздействия (совершенствование техники на фоне развития физических качеств).

Целевой (практико-ориентированный) этап направлен на комплексное (целостное) проявление профессионально-важных физических качеств и прикладных двигательных навыков. Принципиальная схема: физическая и психологическая нагруз-

ка – преследование – защитно-атакующие действия – задержание – наружный осмотр – сковывание (связывание) – сопровождение. Продолжительность этапа – до 2 месяцев. Количество часов всех форм физической подготовки составляет 124 часа.

Занятия носят учебно-тренировочную направленность, в содержание которых входят специальные физические упражнения функциональной направленности (полицейский кросс-фит): преследование правонарушителя (бег до 25 минут), преодоление отдельных препятствий, силовое задержание (мешок до 50 кг, гиря, канат). Учебно-тренировочные поединки по заданию преподавателя носят профессионально-прикладной характер, в процессе которых реализуются типовые ситуации правомерного применения физической силы, боевых приемов борьбы, специальных средств и огнестрельного оружия. Основным методом выступает ситуационно-ролевой тренинг, а также креативное психолого-педагогическое мастерство и профессионализм преподавательского состава. Красной нитью через весь период профессиональной подготовки проходит направленность на формирование профессионально-личностной физической подготовленности слушателя образовательной организации, которая в дальнейшем находит свое отражение в физической культуре личности полицейского, в его здоровом образе жизни и креативно-творческом стиле профессиональной деятельности.

Таким образом, внедрение в учебно-воспитательный процесс факультета профессиональной подготовки педагогической модели «Построение процесса профессионально-личностной физической подготовки» позволит существенно и достоверно повысить качество физической подготовленности слушателей, развить необходимые общекультурные и профессиональные компетенции в соответствии с требованиями профессиональной деятельности [2, с. 47–50].

Литература

1. Земляной А. И., Кашин С. Н. Основы методики специальной физической подготовки сотрудников органов внутренних дел: методические рекомендации. Ставрополь, 2013.

2. Кашин С. Н. Совершенствование процесса физической подготовки слушателей факультета профессионального обучения // Совершенствование физической, огневой и тактико-специальной подготовки сотрудников правоохранительных органов. Физическая подготовка и спорт: сборник статей. Орел, 2014.

3. Соловьев Г. М., Кашин С. Н. Физическая культура личности (теория и технология формирования): учебное пособие. М., 2014.

4. Соловьев Г. М., Кашин С. Н. Теория и методика оздоровительной физической культуры в структуре физической самоподготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России: учебное пособие. Ставрополь, 2016.

5. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для вузов МВД России / под ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова. М., 2014.

А. Х. Кодзоков

ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КАК ЦЕЛОСТНОЙ СИСТЕМЫ ОБУЧЕНИЯ

Под физической подготовкой курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России обычно понимают процесс формирования профессионально важных физических качеств и боевых приемов борьбы. Обеспечение такой подготовки, предполагающее управление учебным процессом и морфофункциональным развитием организма занимающихся, относится к наиболее сложным формам педагогической деятельности, в которой интегрируются медико-биологические, психофизиологические и организационно-методические вопросы.

Необходимость учета всех упомянутых вопросов во многом определяет педагогическую сложность построения (структуры) физической подготовки и является исходной предпосылкой системного подхода к планированию и организации процесса профессионального обучения будущих сотрудников органов внутренних дел.

Содержание физической подготовки будущих сотрудников ОВД должно быть ориентировано на ситуации силового пресечения правонарушений и задержания сопротивляющихся правонарушителей [1, с. 280–282].

Физическая подготовка представляет собой планомерный процесс освоения курсантами и слушателями учебного материала под руководством преподавателя. Учитывая, что в ходе физической подготовки необходимо сообщать теоретические сведения, формировать профессионально важные физические качества и обучать двигательным действиям, она может быть подразделена на компоненты, представляющие собой отдельные звенья и этапы обучения.

В самом общем виде процесс обучения по физической подготовке состоит из следующих звеньев:

- восприятие обучающимися учебного материала, подлежащего освоению;
- освоение учебного материала и образование практических умений с опережающим формированием необходимых физических качеств;
- закрепление и совершенствование учебного материала на уровне практических навыков.

Физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел отличается от физической подготовки специалистов других профессий. Это обусловлено спецификой деятельности сотрудников: им приходится обеспечивать безопасность граждан, в том числе в условиях непосредственного силового противостояния. Поэтому физическая подготовка в системе МВД России – это одна из главных составляющих профессиональной подготовки кадров, формирующая их психофизическую готовность к эффективному решению оперативно-служебных задач по силовому пресечению правонарушений и задержанию лиц, их совершивших [2, с. 68].

Рациональное сочетание обучения двигательным действиям и развития физических качеств проявляется на уровне этапов физической подготовки. Этапы представляют собой не столько последовательность освоения содержания учебной дисциплины, сколько развернутую во времени последовательность формирования целостной готовности курсантов и слушателей к будущей

оперативно-служебной деятельности. Данные этапы в большей мере, чем звенья, характеризуют структуру физической подготовки, представленную в действующей программе для образовательных учреждений МВД России.

Физическая подготовка курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России, как современная специализированная система, осуществляет следующие основные функции:

- образовательную;
- воспитательную;
- развивающую.

Образовательная функция предусматривает реализацию содержания учебной программы в части формирования профессионально важных знаний основ теории и методики физической подготовки и здорового образа жизни, правовых основ применения мер принуждения для обеспечения правопорядка и др.

Воспитательная функция предусматривает воздействие на личность курсантов и слушателей. Физическая подготовка является особым видом воспитательного воздействия, так как охватывает все уровни человеческого существа: сознание, психику, организм. Поэтому следует согласиться с рядом авторов в том, что процесс обучения физической подготовке должен регулироваться не только физиологическими закономерностями, но и идейно-социальным контекстом воспитания в целом.

Несмотря на большую социальную значимость физической подготовки, а также физической культуры и спорта в современных условиях, имеется еще достаточное количество людей, которые недооценивают их воспитательное воздействие. Так, изучение общественного мнения показало, что если 60 % опрошенных убеждены, что физкультура и спорт способствуют улучшению здоровья, то лишь 3,2 % считают, что они способствуют всестороннему развитию личности, 1,3 % – развитию творческой активности, и несколько большее количество людей считают, что физическая культура и спорт являются средствами нравственного, идейно-политического воспитания.

Между тем физическая культура и спорт обладают широкими возможностями именно в плане нравственного воспитания человека. Такие качества, как патриотизм, коллективизм,

чувство ответственности за свои действия, умение подчинять личные интересы интересам коллектива, целенаправленно воспитываются в процессе занятий физическими упражнениями, на спортивных тренировках и соревнованиях.

В условиях вуза занятия по физической подготовке, массовые физкультурно-спортивные мероприятия способствуют повышению общественной активности обучающихся, вовлекая их в общеинститутские дела в качестве непосредственных участников или болельщиков. Совместные занятия физическими упражнениями создают дружескую обстановку, помогая быстрее войти в учебный коллектив, освоиться с его традициями и требованиями.

Воспитательный потенциал физической подготовки и спорта дает возможность развивать у курсантов и слушателей не только общественные, но и личностные качества, формировать характер, волю, настойчивость. Занимающихся физической культурой и спортом отличает повышенный интерес к работе, инициативность, меньшая утомляемость. Спорт развивает умение и готовность быть лидером в коллективе. Оптимизм, уверенность в своих силах, хорошее настроение создают вокруг спортсменов притягательную атмосферу.

По результатам исследования Р. Т. Раевского оказалось, что выпускники, активно занимавшиеся в студенческие годы физической культурой и спортом, наиболее полно отвечали требованиям профессии. Это предопределило тот факт, что из 43 главных специалистов различных производств 34 ранее активно занимались спортом, а в иерархии «служебной лестницы» бывшие спортсмены имели существенное преимущество перед теми, кто спортом не увлекался.

Развивающая функция предусматривает формирование профессионально важных физических, а также интеллектуальных и психических качеств (память, внимание, оперативное мышление, эмоциональная устойчивость и др.) [3, с. 103–104].

Положительные результаты по развитию необходимых физических качеств возможны на основе оптимального подбора средств, методов и форм обучения, высокого уровня практической и методической подготовленности преподавателей, ин-

структоров, а также повышения качества и эффективности проведения учебных занятий [4, с. 156].

Необходимо помнить, что образовательная, воспитательная и развивающая функции между собой взаимосвязаны и взаимообусловлены, что должно находить свое отражение в процессе преподавания физической подготовки.

Создание системы физической подготовки помимо учета принципов организации учебного процесса и реализуемых функций предполагает разработку моделей оперативно-служебной деятельности (в виде иерархии оперативно-служебных задач как ориентировочной основы будущей профессиональной деятельности), модели физической подготовленности специалиста (в виде должного уровня обученности и развития профессионально важных знаний, умений, качеств), эффективного дидактического процесса (в виде собственно программы физической подготовки, алгоритмов действий обучающихся и преподавателей), управления процессом физической подготовки по данным педагогического контроля.

Современные достижения теории физической культуры и спорта свидетельствуют о том, что последнее во многом обусловлено подбором наиболее эффективных средств, оптимальным распределением тренировочных нагрузок и рациональным построением учебного процесса, то есть совершенствованием структурных особенностей процесса физической подготовки. Однако в настоящее время соответствующие достижения и рекомендации спортивной науки и практики остаются невостребованными при планировании и организации физической подготовки слушателей образовательных организаций МВД России.

Результаты рассмотрения физической подготовки с точки зрения общих и частных закономерностей процесса целенаправленного педагогического воздействия позволяют в качестве педагогических основ физической подготовки выделить три основных момента: цель обучения (для чего учить), содержание обучения (чему учить), структура обучения (как учить).

Определяя роль и место педагогических основ физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России, следует сказать, что эти основы служат от-

правным моментом в качественном обеспечении одной из важнейших составляющих профессиональной подготовленности будущих сотрудников органов внутренних дел и их необходимо постоянно учитывать не только при организации и планировании учебно-воспитательного процесса, но и в повседневной работе с курсантами и слушателями.

Литература

1. Кодзоков А. Х. Особенности физической подготовки слушателей вузов МВД России // Теория и практика общественного развития. 2014. № 21.

2. Карданов А. К. Организация взаимодействия между региональными органами МВД России и образовательными организациями МВД России по совершенствованию физической подготовки сотрудников, направляемых на профессиональное обучение // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

3. Мешев И. Х. Актуальные вопросы формирования научно-методической компетентности преподавателей вузов в процессе повышения квалификации // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 2.

4. Хажироков В. А. Особенности применения на практических занятиях методов круговой тренировки для сотрудников ОВД // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 3 (4).

О. П. Кубасов

МЕТОДИКА ВЫПОЛНЕНИЯ БОЛЕВОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ ПРИ ОБУЧЕНИИ КУРСАНТОВ БОЛЕВЫМ ПРИЕМАМ БОРЬБЫ

При ограничении свободы передвижения правонарушителя возникает ситуация его контроля в целях личной безопасности сотрудника, граждан и в случае его сопровождения в ОВД. Одним

из способов такого контроля является болевое воздействие на правонарушителя, которое осуществляется за счет выполнения болевых приемов борьбы. Недостаточное болевое воздействие может привести к утрате контроля и активному сопротивлению правонарушителя, а чрезмерное – к нанесению ему травмы.

Возникает вопрос: что такое боль и болевое воздействие?

В проблеме боли очень многие вопросы далеки от разрешения. Это видно из трудностей дефиниции понятия «боль». По мнению многих медиков, биологов и психологов, дать полное, удовлетворяющее всех определение боли едва ли возможно.

П. К. Анохин и И. В. Орлов в 1976 году предложили следующее определение: «Боль – интегративная функция организма, которая мобилизует самые разнообразные функциональные системы для защиты от воздействия вредящего фактора и включает такие компоненты, как сознание, ощущение, память, мотивация, вегетативные, соматические и поведенческие реакции и эмоции». Эта оценка весьма полно отражает физиологические механизмы боли, но недостаточно характеризует ее клиническое содержание [1, с. 336].

Международная ассоциация по изучению боли предлагает следующую формулировку: «Боль – неприятное сенсорное и эмоциональное переживание, связанное с существующими или возможными повреждениями ткани или описываемое в терминах такого повреждения». Боль – сложный защитно-приспособительный рефлекс организма, направленный на его сохранение [2].

Физическая боль нами рассматривается как защитная реакция организма, информирующая о воздействии вредящего фактора, связанного с существующими или возможными повреждениями ткани.

Чувство боли вызывает цепь рефлекторных реакций, направленных на ослабление боли и устранение опасности. В то же время болевая двигательная реакция является цепью рефлексов, способствующих сохранению целостности организма и его вида.

Исходя из специфики применения болевых приемов борьбы, болевое воздействие нами понимается как умышленное при-

чинение физической боли сотрудником ОВД правонарушителю для ограничения его физического противодействия или контроля над ним.

В ходе проведенного нами анализа выполнения курсантами боевых приемов борьбы на занятиях по физической подготовке можно квалифицировать болевое воздействие сильной, средней и слабой степени. Сильная степень болевого воздействия у человека вызывает болевой шок (переломы, разрывы, сильное растяжение мышц, связок), что в основном приводит к потере сознания или летальному исходу. Средняя степень болевого воздействия (растягивание сухожилий и мышц, скручивание в суставах, ущемление и сдавливание мышц) вызывает дискомфортное состояние, принуждая его к действиям избавления от источника возникновения боли. Малая степень болевого воздействия (надавливание и сдавливание) вызывает противодействие и агрессию к субъекту, который причиняет боль.

В результате вышесказанного мы полагаем, что контролировать правонарушителя необходимо, причиняя ему среднюю степень болевого воздействия. Тем самым мы подчиняем и контролируем его действия, не выходя за границы сильной и слабой степени болевого воздействия.

Возникает следующий вопрос: каким образом определить границу боли?

В медицине существует такое понятие, как болевой порог. Это уровень раздражения, причиняемого нервной системе, при котором человек чувствует боль. Болевой порог индивидуален для каждого, один и тот же уровень раздражения может выразиться как в незначительной, так и в сильной боли для разных людей. Если при минимальном воздействии человеку уже больно, то у него низкий болевой порог, если же воздействие, причиняющее боль, достаточно сильное, то болевой порог высокий [3, с. 132–138]. Но стоит учитывать тот фактор, что сильное психическое возбуждение, утомление, большая доза алкоголя или наркотики снижают болевой порог чувствительности.

Из опыта проведения практических занятий с курсантами по разучиванию, отработке, совершенствованию болевых приемов и анализа реакции на болевое воздействие мы предлагаем при определении болевого порога ориентироваться на мышечные и вербальные реакции человека.

Нами было определено, что малая степень болевого воздействия вызывает мышечное сопротивление (отдергивание, вырывание, попытка противодействовать), мимика лица выражает агрессию, речь акцентированная, возмущенно-угрожающая.

Средняя степень болевого воздействия вызывает мышечное напряжение, стремление подчиниться, не противодействовать (принять такое положение, которое бы уменьшило болевое воздействие), мимика лица выражает беспокойство, озабоченность, речь становится умоляюще-просящей (просьба ослабить воздействие). Данное воздействие позволяет контролировать положение правонарушителя и его действия, отдавая ему приказы для исполнения.

Сильная степень болевого воздействия вызывает болевой шок, спонтанные не контролируемые движения и действия, мимика лица выражает страх, ужас и растерянность, речь переходит в громкий неконтролируемый крик. В основном сильная боль приводит к потере сознания.

В процессе проведения практических занятий по изучению, отработке и совершенствованию боевых приемов борьбы с курсантами нами была выработана методика изучения болевого воздействия при выполнении болевых приемов борьбы.

На первом этапе дается теоретическая информация на основе физиологии и биомеханики человека (в лекционном формате и непосредственно перед отработкой болевых приемов).

На втором этапе объясняются меры по предупреждению травм при выполнении болевых приемов.

На третьем этапе определяется порог болевой чувствительности и степень болевого воздействия. Учебная группа разбивается на подгруппы по три человека и по заданию преподавателя обусловленным способом болевого воздействия выполняются действия (перегибание, скручивание, ущемление, дожим и т. п.).

Один определяет начало болевого воздействия и его степень, другой – свой болевой порог. По ходу выполнения идет обмен информацией обучаемых курсантов. Все действия выполняются спокойно, без резких движений, по команде и под полным контролем преподавателя. Подгруппы формируются из курсантов с разными антропометрическими данными и без полового различия. Данное упражнение необходимо выполнять на суставах, мышцах и сухожилиях рук и ног, так как степень воздействия и восприятия частей тела различна. После отработки данных упражнений проводится массаж той части тела, которая подверглась болевому воздействию.

На четвертом этапе, когда сформирован навык болевого воздействия и определен болевой порог, проводится обсуждение возникших вопросов с переходом к изучению техники выполнения болевых приемов борьбы.

Многолетний опыт применения вышеописанной методики проведения практических занятий позволяет констатировать, что формирование навыков болевого воздействия в полной мере способствует повышению качества изучения и совершенствования болевых приемов борьбы, а также развивает чувство и координацию двигательных действий и минимизирует травматизм на занятиях.

Литература

1. Болевой синдром / под ред. В. А. Михайловича, Ю. Д. Игнатова. Л., 1990.

2. Брокгауз Ф. А., Ефрон И. А. Энциклопедический словарь. СПб., 1890–1907. Т. 4.

3. Тащиян А. А., Белозорова Ю. Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016. Ч. 1.

М. Б. Кузнецов,
Д. В. Осипов

ФИЗИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ СОТРУДНИКОВ ДОРОЖНО-ПАТРУЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ГОСАВТОИНСПЕКЦИИ

Физические упражнения являются одним из главных средств физического воспитания. В зависимости от способа выполнения физических упражнений они могут выполнять обучающую и воспитательную функции.

К двигательным действиям относят:

- 1) передвижение всевозможными способами;
- 2) преодоление естественных и искусственных преград, упражнения на гимнастических снарядах;
- 3) упражнения с разными отягощениями и спортивными снарядами;
- 4) плавание;
- 5) передвижение на лыжах, коньках;
- 6) езда на велосипеде.

В процессе выполнения различных физических упражнений во всевозможных условиях происходит развитие физических способностей: выносливости, силы, быстроты, гибкости, координации. Одновременно аналогичным образом формируются условные рефлекторные связи, обеспечивающие взаимодействие физиологических систем человека:

- сердечно-сосудистая система;
- опорно-двигательный аппарат;
- мышечный аппарат;
- центральная нервная система;
- вегетативная нервная система;
- дыхательная, выделительная системы и др.

Взаимодействие приведенных выше систем гарантирует тонкую и точную дифференцировку мышечных усилий, саморегуляцию работы систем организма, вегетососудистую реакцию,

глазомер, мышечную память и многое другое, от чего зависит эффективная деятельность человека в постоянно изменяющихся условиях окружающей среды и профессиональной деятельности [1, с. 117–119].

Ежедневное выполнение служебных обязанностей инспектором ДПС ГИБДД ставит перед ним острые и неотложные задачи. Возникновение таких проблем, трудностей, неожиданностей означает, что поведение водителей на дорогах зачастую связано с вольностью, скрытностью, безалаберностью. В ходе служебной деятельности сотрудник Госавтоинспекции часто наталкивается на какие-то новые, неизвестные действия водителей и пешеходов. В некоторых случаях между сотрудником, с одной стороны, и нарушителем или преступником – с другой, происходит силовая борьба, а иногда даже с применением оружия. В таких случаях необходима быстрота мышления для выработки тактики поведения с учетом сложившейся ситуации и собственных возможностей.

При выполнении своих должностных обязанностей сотрудники подразделений ГИБДД испытывают всевозможные психические и психофизические нагрузки:

- связанные с интенсивным дорожным движением и необходимостью продолжительное время поддерживать высокую концентрацию внимания;

- частые стрессовые ситуации, возникающие при общении с участниками дорожного движения, угрозы и оскорбления с их стороны и необходимость принятия быстрых и адекватных самостоятельных решений [2, с. 151–155].

Вместе с этим значимым процессом осуществляется воспитание важных психических качеств: настойчивости, решительности, инициативности, дисциплинированности, ответственности, самообладания, коммуникабельности и др.

Теория и практика физической культуры определила, что к методам, направленным на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей, относятся методы стандартного и вариативного упражнения.

Первый вид подразумевает стандартный набор упражнений, которые выполняются непрерывно для развития функци-

ональной выносливости и скоростно-силовой выносливости. Также упражнения могут выполняться и с перерывами для восстановления, а значит, для более качественной работы, что способствует более эффективному развитию определенных функций организма и физических качеств, прорабатываемых определенными видами упражнений. Второй вид подразумевает под собой упражнения, содержащие вариативно-непрерывные и вариативно-прерывные упражнения, выполняемые переменным или интервальным методом.

Изложенное выше указывает на то, что в учебных организациях МВД России необходимо значительно уделять внимание ментальной, физической и психологической подготовленности слушателей при выполнении служебных обязанностей в различных по сложности ситуациях.

Доподлинно известно, что физическая активность и физическая подготовка человека непосредственно влияют на формирование и совершенствование морально-волевых качеств. Для сотрудников ГИБДД это имеет большое значение, так как специфика правоохранительной деятельности заключается в повышенном требовании к морально-волевым качествам кандидата на службу в ГИБДД [3, с. 132–136; 4, с. 126–129].

В процессе физической подготовки перед сотрудниками ГИБДД стоят разнообразные задачи, решение которых в конечном счете обеспечивает высокую работоспособность при выполнении профессиональных действий в различных условиях. Эти задачи решаются путем применения разнообразных средств и методов тренировки. Варьирование нагрузок осуществляется за счет изменения объема и интенсивности, использования работы различной преимущественной направленности, применения различных по направленности и величине нагрузок на отдельных тренировочных занятиях.

Систематическое занятие физической подготовкой и ежедневное выполнение физических упражнений способствует формированию профессионально необходимых психических качеств: целеустремленности, мужественности, стойкости, решительности, уверенности в своих силах и возможностях, находчивости, эмоциональной стабильности, самообладания, внимательности,

оперативной памяти, восприятия пространственных признаков, координации и точности движений, соразмерности усилий и др.

Физическая подготовка способствует формированию, развитию и совершенствованию у сотрудников ГИБДД эмоционально-волевых качеств, что важно в процессе осуществления оперативно-служебной деятельности.

Наиболее важными задачами физической подготовки в данной области являются: максимально мобилизоваться для достижения успеха, управлять своим эмоциональным состоянием, воспитывать у себя такие качества, как целеустремленность, решительность и смелость, настойчивость и упорство, выдержку и самообладание, самостоятельность и инициативность.

Образовательный процесс в учебных организациях МВД России делает упор на формирование необходимой профессиональной готовности выпускников к практической деятельности в подразделениях.

Результаты многочисленных научных исследований неопровержимо свидетельствуют о том, что физическая подготовка оказывает положительное влияние на эффективность профессионального обучения. Всем известно, что средством укрепления здоровья и улучшения физического развития является ежедневное занятие физической подготовкой. Она же является средством повышенной работоспособности и выработки устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов как при учебной, так и при служебной деятельности.

Физическая подготовка является составной частью общей и физической культуры, обеспечивая гармоничное развитие духовных и физических особенностей, формирование таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое совершенство и психофизическое благополучие, но в то же время имеет ряд особенностей. Это сопряжено с тем, что в физической подготовке делается акцент на формирование круга знаний, умений и навыков, необходимых для конкретной профессии, в данном случае сотрудника правоохранительных органов.

Все вышеизложенное дает основание определить, что физическая подготовка в системе МВД России должна носить выраженный профессионально-прикладной характер, так как только

при такой направленности она будет эффективно способствовать воспитанию и совершенствованию у курсантов и слушателей не только физических, но и профессионально важных психических качеств.

Развитие системы физической подготовки выпускников образовательных организаций МВД России в обозначенных направлениях будет способствовать тому, что будущие офицеры станут настоящими профессионалами органов внутренних дел, сильными и честными представителями государства, которые стоят на страже порядка, закона и справедливости, всегда верны присяге и долгу, готовы вести бескомпромиссную борьбу с преступностью, защищать законные права и интересы граждан страны [5].

Резюмируя, можно сказать, что физическая подготовка является одной из сторон служебной подготовки сотрудников ГИБДД. Широкий спектр профессиональных обязанностей требует постоянной готовности к крайним по сложности экстремальным ситуациям, связанным с пресечением преступлений и административных правонарушений, задержанием лиц, не выполняющих законные требования. Перед сотрудниками ГИБДД стоит задача овладения специальными мерами пресечения. Эффективность действий зависит от принятия мгновенных и верных, юридически правильных решений в сочетании с такими личностными качествами, как смелость, решительность, хорошая координация движений, быстрота и сила, необходимая юридическая подготовка по квалификации мер пресечения.

Литература

1. Баркалов С. Н. Особенности проектирования физической подготовки сотрудников органов внутренних дел // Наука и практика. 2015. № 1 (62).

2. Герасимов И. В. Использование ситуативно-ролевых тренингов на занятиях по физической подготовке // Наука и практика. 2014. № 1 (58).

3. Герасимов И. В. Особенности проведения занятий по физической подготовке в рамках начальной профессиональной подготовки // Наука и практика. 2014. № 3 (60).

4. Алдошин А. В. Спорт в профессиональной физической подготовке сотрудников ОВД // Наука и практика. 2014. № 3 (60).

**С. В. Кузнецов,
А. Н. Волков**

ТРЕНАЖИ ПЕРЕД ЗАСТУПЛЕНИЕМ НА СЛУЖБУ НАРЯДОВ ПОЛИЦИИ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ОХРАНЕ ОБЩЕСТВЕННОГО ПОРЯДКА: ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, СОДЕРЖАНИЕ

В период оперативно-служебной деятельности сотрудников, осуществляющих охрану общественного порядка (патрульно-постовая и дорожно-патрульная службы), физическая подготовка организуется в виде практических занятий, основных и дополнительных. Основные занятия проводятся не реже 1 раза в неделю общей продолжительностью не менее 2 часов.

Тренажи с сотрудниками нарядов патрульно-постовой службы и дорожно-патрульной службы – это дополнительная (к основным) форма практических занятий по физической подготовке в органах внутренних дел Российской Федерации. Они проводятся ежедневно общей продолжительностью 5–7 мин перед заступлением на службу.

Как и все давно привычное, тренаж воспринимается как нечто интуитивно простое. Видимо, с этим и связано то обстоятельство, что до настоящего времени тренаж как одна из форм организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации не стал объектом пристального, содержательного и методического анализа ведомственных специалистов, кроме самых общих представлений о нем [1].

Несмотря на то, что тренажи и являются практическими занятиями по физической подготовке, их структура существенно отличается от типичной для практики физической подготовки конструкции основных (прежде всего урочных) форм практических занятий.

В самом общем виде типичная для практики физической подготовки конструкция этих занятий состоит из более или менее выраженных трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Такая структура вызвана, во-первых, тем, что для активизации функции опорно-двигательной, мышечной, дыхательной, сердечно-сосудистой и других систем организма, обеспечивающих двигательную деятельность, требуется некоторое время: от 10 до 25 минут. Во-вторых, для решения задач освоения двигательных умений и навыков, а также развития физических качеств требуется достаточно большое количество повторений подводящих и подготовительных упражнений. Эти задачи могут быть решены только в рамках более или менее продолжительной (40–60 минут) основной части занятия.

Тренаж – это очень непродолжительное практическое занятие. В течение его практически невозможно решить задачи по совершенствованию применения боевых приемов борьбы и развития физических качеств. Поэтому и подготовительная часть утрачивает свое функциональное назначение, а значит, и свое содержание, и место в его структуре.

Однако от основных занятий по физической подготовке сотрудников тренажи отличаются прежде всего своей целью.

На основных занятиях по физической подготовке достигается цель физической подготовки сотрудников, а именно формируется их физическая готовность к успешному выполнению оперативно-служебных задач, умелому применению физической силы, в том числе боевых приемов борьбы, а также обеспечивается высокая работоспособность в процессе служебной деятельности.

Тренаж же – это короткая практическая тренировка сотрудников перед заступлением на службу с целью быстрого повышения их психологической и физической мобилизованности к правомерному и эффективному применению физической силы, боевых приемов борьбы и специальных средств.

Эта цель достигается посредством решения следующих задач: 1) исправление незначительных ошибок в технике боевых приемов борьбы, повышение стабильности, надежности их вы-

полнения; 2) формирование ситуативной предрасположенности к соблюдению правомерного порядка, пропорциональности, разумной достаточности, пределов применения физической силы, в том числе боевых приемов борьбы и специальных средств; 3) выполнение упражнений, имитирующих технико-тактические приемы ограничения свободы передвижения в условиях и обстоятельствах, характерных для практической оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции или конкретной оперативной обстановки; 4) отработка приемов обеспечения личной безопасности, распознавания и нейтрализации типичных угроз физического и вооруженного нападения на сотрудников в различных обстоятельствах [2].

Формирование ситуативной предрасположенности к соблюдению правомерного порядка, пропорциональности, разумной достаточности, пределов применения физической силы, в том числе боевых приемов борьбы и специальных средств, реализуется в тренаже не только путем повторения правовых норм, регулирующих применение сотрудниками полиции физической силы, но и практическим следованием при имитации ограничения свободы передвижения порядку применения физической силы и тактической модели пропорционального применения сотрудниками полиции средств принуждения.

Имитация технико-тактических приемов ограничения свободы передвижения в условиях и обстоятельствах, характерных для практической оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции или конкретной оперативной обстановки, выполняется системой упражнений в соответствии с тактической моделью применения сотрудниками полиции физической силы и моделью ограничения свободы передвижения.

Потенциальное содержание тренажа существенным образом ограничивается рядом прагматических условий.

Тренажи проходят непосредственно перед заступлением сотрудников на службу. Поэтому они проводятся не в спортивной, а форменной одежде и обуви, в местах, не предусматривающих наличие специального покрытия для открытых и закрытых спортивных сооружений. Они настолько коротки,

что исключают тщательную подготовку мест занятий и использование сложного спортивного оборудования, инвентаря и снаряжения (боксерские мешки, шлемы, перчатки, накладки на голень и т. п.), специальной и (или) длительной разминки (например, броски), загрязнение форменной одежды (например, удар подошвенной частью стопы в живот), вынуждение сотрудников встать на колени (сковывание наручниками в положении стоя у стены) или упасть (скручивание руки наружу, личный досмотр угрозой применения огнестрельного оружия в положении лежа). В подавляющем большинстве случаев их проводят руководители, не имеющие специального образования в сфере физического воспитания и спорта [3].

Боевые приемы борьбы включают в себя более сотни технических приемов и действий. Большинство из них совершенствуется (очевидно, что разучиваются боевые приемы борьбы на этапе первоначальной профессиональной подготовки) на основных двухчасовых занятиях по физической подготовке.

На тренажах рекомендуется совершенствовать навык выполнения приемов, имеющих наибольшее практическое значение, а также позволяющих обеспечить соблюдение соответствующих прагматических ограничений, мер безопасности и профилактики травматизма, минимизацию организационных процедур.

Тематика тренажей представляется нам в виде следующей номенклатуры боевых приемов борьбы.

Тема № 1. Удары и защита от ударов: защита от ударов рукой (уклоном назад, в сторону; поворотом, отбивом, подставкой предплечья), ногой, ножом, палкой. Тактические варианты ответных действий после защиты от ударов.

Тема № 2. Болевые приемы: загибы руки за спину рывком, толчком, нырком, замком; скручивание руки внутрь (рычаг руки внутрь), дожим кисти под ручку; комбинации и переходы с приема на прием, приемы обеспечения личной безопасности при применении болевых приемов борьбы.

Тема № 3. Удушающие приемы: удушение плечом и предплечьем со стороны спины стоя.

Тема № 4. Освобождение от хватов и обхватов: горла (одежды на груди), шеи плечом и предплечьем со стороны спины, за ноги.

Тема № 5. Обезоруживание при угрозе огнестрельным оружием в упор: пистолетом, длинноствольным оружием (ружьём, карабином).

Тема № 6. Пресечение действий ассистента при попытке завладеть оружием сотрудника из кобуры при подходе сзади.

Тема № 7. Сковывание специальными средствами ограничения подвижности (наручниками): в положении стоя у стены, вдвоем в положении стоя у стены. Оказание помощи при надевании наручников угрозой применения огнестрельного оружия.

Тема № 8. Наружный досмотр: в положении стоя у стены; под воздействием загиба руки за спину, после сковывания наручниками в положении стоя у стены; угрожая применением огнестрельного оружия (специального средства) в положении стоя у стены; вдвоем под воздействием загиба руки за спину в положении стоя у стены.

Тема № 9. Оказание помощи, взаимодействие при применении боевых приемов борьбы: оказание помощи при невооруженном нападении. Взаимодействие при применении боевых приемов борьбы в составе подразделения (группы).

Тема № 10. Действия с палкой специальной: удары палкой специальной; удушение прямым хватом палки, защитные действия палкой специальной от ударов; освобождение от захвата за палку специальную.

Тема № 11. Действия с автоматом: удары автоматом (стволом, магазином, прикладом); защита от ударов отбивом стволом, подставкой автомата; освобождение от захвата за автомат.

Литература

1. Кузнецов С.В. , Волков А. Н., Воронов А. И. Теоретические и методические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации: учебник / под ред. С. В. Кузнецова. М., 2016.

2. Карданов А. К. Организация взаимодействия между региональными органами МВД России и образовательными ор-

ганизациями МВД России по совершенствованию физической подготовки сотрудников, направляемых на профессиональное обучение // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

3. Мешев И. Х. Актуальные вопросы формирования научно-методической компетентности преподавателей вузов в процессе повышения квалификации // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 2.

М. В. Лазаревич

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КУРСАНТОВ ВУЗОВ МВД РОССИИ

Физическая культура и спорт являются одним из нескольких приоритетных направлений в области профессионального образования курсантов вузов МВД России.

Прежде чем рассмотреть значение физической культуры и спорта в образовательной деятельности курсантов вузов МВД России, обратимся к ключевым понятиям «физическая культура» и «спорт». Итак, А. М. Максименко в своем авторском учебнике «Теория и методика физической культуры» предложил следующие их определения.

Физическая культура – это вид культуры, содержанием которой является оптимальная двигательная деятельность, построенная на основе материальных и духовных ценностей, специально созданных в обществе для физического совершенствования человека. Спорт – это вид соревновательной деятельности, реализуемый на основе специальной подготовки и установленных правил, направленный на максимальное развитие человеческих способностей [1, с. 544].

Рассмотрим значение физической культуры в образовательной деятельности курсантов вузов МВД России. Прежде

всего, исходя из определения, физическую культуру можно разбить на три аспекта: а) деятельный аспект представляет собой оптимальную двигательную деятельность – это способ решения двигательной задачи, то есть курсанты учатся целенаправленно решать двигательную задачу, оптимально быстро и правильно выполняя определенные действия в конкретной ситуации; б) ценностный аспект, в котором представлены такие ценности как: материальные (физкультурно-спортивные сооружения: залы, стадионы, бассейны; специальное оборудование и инвентарь: легкоатлетические и гимнастические снаряды, мячи, лыжи, тренажеры и т. д.); духовные (исторически отобранные и апробированные на практике физические упражнения, накопленные многолетней практикой и наукой специальные физкультурные знания, отраженные в различных методических пособиях, учебниках, справочниках, монографиях, правилах соревнований и т. д.), то есть у курсантов формируется бережное отношение к спортивному инвентарю и оборудованию, а также уважение и интерес к накопленному богатейшему опыту и знаниям в сфере физической культуры; в) результативный аспект включает в себя полученные в процессе физкультурных занятий двигательные умения и навыки, способы быстрого овладения новыми движениями, возросшую физическую работоспособность, физическое совершенство человека, пропорционально развитое телосложение и осанку, физкультурные знания, нравственные и эстетические качества и т. д., то есть у курсантов развиваются двигательные умения и навыки для успешного применения физической силы, а также обеспечения высокой работоспособности в процессе дальнейшей физической подготовки, формируется красивое телосложение и правильная осанка, строевая выправка будущих офицеров МВД России [2, с. 312; 3, с. 132]. Необходимо также отметить, что занятия физической культурой – это прежде всего профилактика различных заболеваний (гипертонии, ишемической болезни сердца, варикоза, астении и т. д.). Для достижения необходимого профилактического эффекта необходимо заниматься физической культурой не менее 3, 5 раз в неделю (ежедневно от 15 до 30 минут), желательно по разработанному

индивидуальному плану с учетом уровня физического развития каждого курсанта в отдельности (по крайней мере, на начальном этапе обучения, 1-й и последующие курсы). К уровню физического развития относят: 1) показатель телосложения – рост, вес, осанка, объемы и формы отдельных частей тела, жиросложение, то есть морфология человека; 2) показатель развития физических качеств – сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость, то есть мышечная система организма; 3) показатель критерия здоровья – комплекс биологических форм и функций организма, работа мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной, центральной нервной систем, органы пищеварения и выделения, терморегуляция и т. д.

Из вышесказанного можно сделать следующие выводы.

Физическая культура в образовательной деятельности курсантов вузов МВД России выполняет ряд важнейших задач: профилактика различных заболеваний среди курсантов; целенаправленное выполнение двигательных действий, что в последствии формирует двигательные умения и навыки, необходимые для дальнейшего физического совершенствования, а также для занятий по физической подготовке в рамках учебной рабочей программы МВД России в целях изучения и владения навыками боевых приемов борьбы для успешного выполнения оперативно-служебных и служебно-боевых задач; обеспечение высокой работоспособности в процессе служебной деятельности; формирование нравственных и эстетических качеств курсантов, физкультурных знаний, строевой выправки и ряда других важнейших физических, профессиональных качеств, необходимых для формирования сотрудника органов внутренних дел Российской Федерации.

Кратко рассмотрим значение спорта в образовательной деятельности курсантов вузов МВД России.

В образовательных организациях МВД России проводят разные виды соревновательной деятельности, а именно: футбол, плавание, дзюдо, самбо, бокс, рукопашный бой, служебный летний и зимний биатлон, лыжные гонки, волейбол, баскетбол, настольный теннис, шахматы и др.

Любой вид спорта требует высокой самоотдачи на соревнованиях и в тренировочном процессе (при подготовке к ним),

у спортсменов на пике находятся физическое, психологическое, эмоциональное состояния. У высококвалифицированных спортсменов на высоком уровне формируются физические качества, умение быстро и правильно оценить действительное событие и принять рациональное, единственно правильное решение в сложной, экстремальной обстановке (у спортсменов смешанных единоборств), умение логически мыслить (шахматы), появляется сила воли, характер, дух соперничества, владение боевыми приемами самбо, формируются нравственные качества (справедливость, защита слабых от противоправных действий со стороны злоумышленников, чувство преданности, верности долгу и Родине, товарищеской дружбы, взаимовыручка (игровые виды спорта), стремление прийти на помощь, честность, порядочность, уважение к себе и товарищу, самоотверженность, смелость, стойкость, умение переносить тяготы и трудности в повседневной жизни, чувство самосохранения, стремление победить, самообладание и т. д.).

Физическая культура и спорт в образовательной деятельности курсантов вузов МВД России играет существенную роль в воспитании, развитии, самосовершенствовании и становлении будущего сотрудника органов внутренних дел Российской Федерации. Для успешного выполнения оперативно-служебной и служебно-боевой задачи необходимо регулярно, систематически, целенаправленно заниматься физической культурой и спортом, так как это даст хорошую физическую форму, отличное настроение, подарит долголетие. Как говорят в народе, «движение – это жизнь».

Литература

1. Максименко А. М. Теория и методика физической культуры. М., 2005.
2. Физическая подготовка: учебник / В. А. Кудин, В. А. Торопов, А. И. Ушенин, М. Л. Куликов. СПб., 2010.
3. Тащиян А. А., Белозорова Ю. Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в

вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

**А. А. Лунин,
А. Н. Новиков**

АДАптированная методика преподавания Боевых приемов борьбы, актуальные вопросы совершенствования учебно-тренировочного процесса

Организация профессиональной, служебной и физической подготовки в органах внутренних дел носит комплексный характер и включает в себя правовую, тактическую, психологическую, огневую и физическую подготовку. Физическая подготовка является составной частью профессиональной подготовки сотрудников, которая формирует физическую и психологическую готовность сотрудников органов внутренних дел для выполнения оперативно-служебных задач, умение применять физическую силу при пресечении противоправных действий, а также обеспечивает высокую работоспособность в процессе служебной деятельности.

В современных условиях при решении оперативно-служебных задач возросла ответственность сотрудников органов внутренних дел за компетентное и эффективное применение физической силы при пресечении противоправных действий правонарушителей. Как следствие, повысилась социальная значимость как правомерных, так и ошибочных действий сотрудника при выполнении служебных обязанностей, установлены принципиально новые требования к личному составу органов внутренних дел, к системе обучения и уровню профессиональной подготовленности.

Практическая деятельность сотрудников органов внутренних дел, в особенности сотрудников оперативных служб, показывает, что главным образом она связана с пресечением право-

нарушений и задержанием лиц их совершивших. Нередко сами правонарушители являются достаточно подготовленными в физическом отношении. Некоторые из них прошли школу подготовки в различных секциях единоборств и достигли неплохих результатов в спортивном отношении. Что касается психологического аспекта, то в самоуверенности и наглости правонарушители могут превосходить некоторых сотрудников, которым порой не хватает уверенности в своих силах, психологической стойкости, сказывается недостаток житейского опыта.

Подобные ситуации противостояния сотрудника и правонарушителя характеризуются дефицитом времени и информации при принятии самостоятельных и ответственных решений сотрудником, неожиданностью и опасностью, а также другими сопутствующими стрессовыми факторами.

Эффективные профессиональные действия в таких условиях во многом определяют не только качественное владение арсеналом боевых приемов борьбы, но и зависят от физических, морально-волевых, психологических качеств сотрудника (стрессоустойчивость), а также тактической подготовленности.

Одной из целей физической подготовки сотрудников органов внутренних дел является всестороннее развитие: формирование физической, психологической и тактической готовности к успешному выполнению оперативно-служебных и служебно-боевых задач.

В связи с этим основной задачей на современном этапе является, на наш взгляд, обучение сотрудника действовать в условиях, максимально приближенных к реальным, с учетом постоянно меняющейся оперативно-служебной обстановки. То есть перейти от гипотетической парадигмы обучения к парадигме обучения моделирования действий (адаптация приемов к практической деятельности) [4, с. 132–138].

Обучение и совершенствование техники боевых приемов борьбы должно быть построено на научно-обоснованной методике, а не на основании эмпирического опыта, полученного в результате применения приема в конкретной ситуации и пред-

лагаемого обучаемым к изучению по принципу подражания и копирования.

Ни одна деятельность не может быть успешной, если выполняющий ее не понимает и не знает, что, как и почему надо осуществлять, в какой последовательности, с чего начать и какой результат получить. Даже самая простая работа обязательно требует предварительных знаний и умений [3].

Умение – это способность человека продуктивно, качественно и вовремя выполнять работу (действие) в новых для себя условиях. Любое умение включает в себя представления, понятия, знания, навыки концентрации, распределения и переключения внимания, навыки восприятия, мышления, самоконтроля и регулирования процесса деятельности.

Двигательное умение – одна из начальных степеней владения двигательным действием, которая характеризуется сознательным управляемым движением, но неустойчивостью к действию посредством сбивающих факторов и нестабильностью результатов его выполнения.

Навык как свойство личности – это способность в процессе целенаправленной деятельности выполнять составляющие ее частные действия автоматизировано, без специально направленного на них внимания, но обязательно под контролем сознания [2].

Навыки и умения, сформированные в процессе ознакомительных, подводящих и базовых упражнений, продолжают совершенствоваться в практической служебной деятельности. В учебных организациях при повышении квалификации и в процессе служебной деятельности умения должны становиться профессиональным мастерством.

Мастерство – это высший уровень развития профессиональных умений и конечная цель профессионального обучения. Мастерство достигается практикой и потому обычно формируется уже в процессе служебной деятельности и при повышении квалификации.

Эффективная деятельность сотрудников органов внутренних дел во многом зависит от их профессиональной служебной и физической подготовки, одной из основных задач которой яв-

ляется обучение сотрудников приемам и способам обеспечения профессиональной и личной безопасности в экстремальных условиях служебной деятельности и в чрезвычайных обстоятельствах.

В органах внутренних дел на этапе профессионального обучения предлагается изучать боевые приемы борьбы без сопротивления. То есть отрабатывается базовая техника, закладываются основы техники и последовательность двигательных действий (алгоритм действий) без учета возможной ответной реакции правонарушителя, его физических и антропометрических особенностей.

Далее на этапе профессиональной служебной подготовки и при повышении квалификации боевые приемы борьбы, как правило, все так же отрабатываются на несопротивляющемся партнере. Исключение могут составлять лишь специальные практические занятия, семинары по соответствующей тематике при условии высокого уровня профессиональной подготовки как преподавателя, так и слушателя.

На наш взгляд, при обучении необходимо обращать пристальное внимание на то, что защитно-атакующие действия имеют сложную биомеханическую структуру и характеризуются широким спектром физических параметров. Игнорирование и непонимание этого постулата приводит к появлению ошибок и к нежелательным последствиям при проведении задержания в реальной служебной деятельности.

Как уже отмечалось выше, на этапе ознакомления с базовой техникой боевые приемы борьбы изучаются и отрабатываются без сопротивления со стороны оппонента. Но даже на этом этапе обучения необходимо детально показывать и разъяснять возможные действия правонарушителя, инстинктивные реагирования правонарушителя после нанесения ему расслабляющих ударов, рефлексорные реакции человека во время выполнения толчков, рывков и других физических воздействий. Если этого не делать, то техника задержания будет трудновыполнима и малоэффективна в реальной оперативной обстановке.

Возможно, при отработке способов задержания имеет смысл формировать учебные пары, когда один из партнеров яв-

ляется более подготовленным с точки зрения применения техники. Этот методический прием позволит, на наш взгляд, акцентировать внимание выполняющего сотрудника на совершаемых им ошибках.

Это поможет понять, что технические действия выполняются успешно только тогда, когда в ходе задержания правонарушителя создается ситуация, связанная с благоприятными условиями для проведения того или иного приема, то есть подготовка выполнения приема с тактической точки зрения.

Задержание правонарушителя следует осуществлять внезапно, маскируя свои действия. Начав применять прием, следует до его завершения действовать жестко и решительно, не давая ни одного шанса правонарушителю, не ослаблять и не распускать захват до логического завершения задержания.

На самом деле невозможно предусмотреть все ситуации, складывающиеся в реальной служебной практике, и ответные действия правонарушителя. Вследствие этого в каждом конкретном случае необходимо проявлять находчивость и смекалку, используя знания и умение быстро применять изученные приемы, способность перехода с одного приема на другой, четко контролируя действия, используя принципы болевого воздействия и возможные реакции правонарушителя на физическое воздействие того или иного направления.

Далее следует обратить внимание на тактику задержания, которая имеет индивидуальные особенности, обусловленные ситуацией, в которой оно осуществляется. Анализ практики применения сотрудниками физической силы позволяет выделить ряд общих правил проведения задержания:

- предварительное наблюдение за объектом, подлежащим задержанию;
- правильный выбор места, условий и времени задержания;
- внезапность проведения задержания;
- максимальное обеспечение безопасности участников задержания и граждан, находящихся рядом;
- разумное использование средств принудительного воздействия на правонарушителя [4].

Таким образом, тактическая подготовленность сотрудника играет одну из ключевых ролей. Она представляет собой наиболее целесообразное использование физических, волевых, психических и технических возможностей в конкретно-сложившихся условиях для достижения наилучшего результата при задержании. Ведь от способности сотрудника самостоятельно принимать правильные решения, планировать свои действия сообразно складывающейся ситуации зависит в конечном итоге результат.

Однако чтобы успешно составлять план действий, сотруднику необходимы знания и опыт. Он должен уметь быстро оценивать как свои возможности, так и возможности правонарушителя, иначе не сможет выбрать правильную тактику и реализовать ее. Задача сотрудника состоит в том, чтобы тактическими действиями замаскировать свои намерения, создать благоприятную ситуацию и провести техническое действие неожиданно и с максимальной эффективностью. Вместе с тем тактическая задача состоит не только в подготовке благоприятных условий и положений для проведения задуманных технических действий.

Здесь необходимо отметить, что существуют три основных направления тактических действий сотрудника.

К первому направлению относится тактика использования действий противника при выжидании благоприятной ситуации или действий. Второе направление является противоположным и направлено на разрушение плана действий противника и их подавление. Третье направление связано с обеспечением максимальной эффективности демонстрации своих возможностей и противоположное ему направление – это управление поведением правонарушителя с помощью его обыгрывания в действиях и намерениях, управление его сенсомоторными реакциями.

В этой ситуации важно вовремя и правильно предугадать намерения правонарушителя, направление и характер готовящихся действий и вовремя среагировать на них (предсигналы движения).

Если условно разложить тактику действий на основные компоненты, то ими окажутся защитно-атакующие действия и

различного рода подготовительные действия, которые в основном сводятся к приемам маневрирования.

При рассмотрении общих основ тактики проведения задержания она определяется как умелое использование технических, физических и волевых возможностей с учетом особенностей правонарушителя и конкретной сложившейся ситуации. В учебном процессе это, на наш взгляд, должно достигаться непосредственно отработкой условно-ситуационных заданий.

Руководство МВД России большое внимание уделяет выработке у сотрудников навыков умелого применения приемов задержания. Основной акцент делается на максимальное приближение занятий к реальной практической служебной деятельности.

В нормативном акте МВД России предлагается применять такие методики, которые способны приблизить систему обучения к реалиям служебной деятельности сотрудников органов внутренних дел, а именно с помощью условно-ситуационных заданий [1].

Условно-ситуационные задания включают в себя комплексную отработку действий в различных напряженных и в усложненных ситуациях, моделирующих реальные условия и характер профессиональной деятельности. Решение различных учебных задач в сложных условиях поможет подготовить сотрудника органов внутренних дел к преодолению трудностей, с которыми он столкнется в своей служебной деятельности.

Однако никаких конкретных примеров отработки техники приемов борьбы в усложненных, приближенных к реальной оперативной обстановке обстоятельствах, в материалах не приведено. Это ставит перед преподавателями физической подготовки в образовательных организациях МВД России новаторскую и творческую задачу разрабатывать и моделировать ситуации на основе своего личного опыта, опыта общения с сотрудниками ОВД, анализа практической деятельности сотрудников, изучения отчетов о проведении оперативных мероприятий в территориальных, региональных и специальных подразделениях.

Необходимость разработки и внедрения в учебно-воспитательный процесс по физической подготовке как в образовательных организациях МВД России, так и в практических органах

внутренних дел, технологии, которая предусматривала бы защитно-атакующие и тактические действия сотрудников ОВД в типичных ситуациях, характерных для каждой должностной категории и возникающих в служебной деятельности сотрудников, очевидна. На наш взгляд, это делает крайне важным подготовку учебно-методических материалов условно-ситуационного характера, а также создание учебно-методических видеофильмов с подробными пояснениями, всевозможными способами выполнения боевых приемов борьбы в различных ситуациях.

В настоящее время в образовательных организациях МВД России в процессе обучения боевым приемам борьбы заметна положительная тенденция. Преподаватели используют на занятиях такие методики обучения, которые подготавливают курсантов и слушателей к их непосредственной практической служебной деятельности.

Иначе дело обстоит в практических органах внутренних дел (кроме специальных подразделений), где занятия в системе профессиональной служебной и физической подготовки проводятся не на должном уровне, боевые приемы борьбы отрабатываются только для того, чтобы сдать зачет на контрольном занятии, без должного внимания к тактическим, физиологическим и психологическим аспектам подготовки.

Важно отметить, что на занятиях подразумевается физический контакт обучающихся и в руках преподавателя, инструктора оказывается очень важный инструмент обучения. Так, при отработке приема обезоруживания обучающийся не просто должен выполнить прием, обучиться последовательности (алгоритм действия) его выполнения, он должен понять, прочувствовать, какой эффект оно оказывает на оппонента на различных этапах его выполнения [2].

Подойти к этому можно с двух сторон: теоретической и практической. В рамках теоретического пути нужно ознакомить обучающихся с техникой проведения приема и тем, какое воздействие он оказывает на организм при различных направлениях (вектор) приложения силы.

На базе этого можно осуществить практический подход, например, пара, не знакомая с приемом, получит немного иной

спектр знаний. Атакующий должен понять, каким образом неподготовленный человек будет реагировать на прием (действие) и проводить сопротивление, а оппонент – каким образом прием действует на него самого и как наилучшим образом проводить прием, исходя из личного опыта, рассчитывая в этом случае на знание техники, а не на грубую силу.

Для того чтобы научить сотрудников решать определенные задачи, преподаватель меняет партнеров и дает им разные задания. Для этого он вначале знакомит слушателей с основами тактики проведения приемов с различными типами противников. При такой методике слушатели учатся правильно выбирать и проводить то или иное техническое действие с оппонентами различных антропометрических особенностей (рост, вес и т. п.). Таким образом, преподаватель постепенно приучает сотрудников самостоятельно мыслить и принимать решения.

На следующем этапе обучения необходимо использовать комбинирование базовой техники. Это даст сотруднику возможность выбора того или иного приема в зависимости от ситуации и условий. Творческий подход к решению задачи, самостоятельная импровизация, несомненно, даст ощутимый рост в технической составляющей и мастерстве владения боевыми приемами борьбы.

На занятиях по боевым приемам борьбы сотруднику необходимо тесное взаимодействие с партнером, которое не сводится только к преодолению сопротивления партнера, а обязательно включает в себя активную организацию и осуществление собственных действий с использованием усилий партнера. Полученные знания путем многократного повторения, включая выполнение приема в усложняющихся условиях, даже при небольшом сопротивлении оппонента, дополняются соответствующими умениями, комбинациями (переключениями с одного действия на другое).

Кроме этого, крайне важно, на наш взгляд, отметить, что в любом техническом действии, описанном в нормативном акте МВД России, содержится значительное количество технических нюансов [1]. Их грамотное с технической и тактической точки зрения использование позволит повысить эффективность при-

емов, а знание и умелое применение принципов болевого воздействия поможет сотруднику выполнить задачу, не выходя за рамки правового поля.

Разумеется, все возможные ситуации, которые могут сложиться в практической деятельности сотрудника органов внутренних дел, предусмотреть невозможно. Однако использование в учебном процессе методики, стимулирующей творческий подход курсантов и слушателей к выполнению того или иного технического действия, в зависимости от складывающейся ситуации, расширит арсенал знаний и уровень подготовленности. Методика обучения должна строиться на основе знаний физиологии и анатомии человека, понимания биомеханических процессов, психомоторной и тактической подготовки. На наш взгляд, эти знания способны значительно повысить эффективность действий сотрудника при выполнении оперативно-служебных задач и обеспечить при этом высокий уровень личной профессиональной безопасности [4].

Одним из важнейших аспектов эффективности является также должный уровень психологической подготовки сотрудников.

Психологическая подготовка всегда начинается с работы на сознательном уровне (обыденный режим работы психики). Основная ее задача – «борьба со страхом». Решается она двумя способами: воспитанием и обучением.

Главным инструментом воспитания является окружающая человека среда. Важнейшее условие для развития волевых качеств – преодоление трудностей. Человек боится того, чего не знает, к чему не готов. Поэтому обучение является важным элементом психологической подготовки сотрудника органов внутренних дел.

При нападении на сотрудника, у него может возникнуть состояние аффекта, так как он не готов адекватно действовать в экстремальной ситуации. Следовательно, одной из причин развития состояния аффекта является неподготовленность к действиям в стрессовых ситуациях. Поэтому сотрудника, курсанта необходимо готовить, опираясь на принцип обучения и воспитания в условиях, максимально приближенных к реальным, по-

зволяющих моделировать различные экстремальные ситуации и формировать способность к адекватным действиям.

Решая основную задачу психологической подготовки – преодоление страха, следует учитывать тот факт, что полностью преодолеть это чувство человеку невозможно, какого бы уровня подготовку он не проходил. Ничего не бояться может только человек неадекватный, не осознающий опасность, которой подвергается. Такой сотрудник не сможет в стрессовой ситуации грамотно и объективно оценить все возможные риски, связанные с выполнением оперативно-боевой задачи, защиты жизни и здоровья, безопасности как своей собственной, так и граждан, которые по тем или иным причинам попали в зону проведения операции.

Следовательно, примем за аксиому, что сотрудник испытывает страх и важнейшей задачей, в этом случае, становится подготовка к умению его преодолеть.

Одним из таких способов является выработка привычки действовать нужным образом независимо от того, что творится в душе. Другой известный способ состоит в том, что все внимание сотрудника во время противоборства с правонарушителем сосредотачивается на процессе действия.

Его оценочная функция отключена, автоматически работают только механизмы ориентации в пространстве, восприятия правонарушителя и управления движениями. Правонарушитель для сотрудника, полностью погруженного в действие, не более чем оживший манекен, стимулирующий необходимые двигательные реакции. Поэтому он абсолютно спокоен, раскован, действует решительно и последовательно.

Подобный алгоритм действий становится возможным благодаря самопрограммированию при условии наработки соответствующих стереотипов поведения на многочисленных занятиях и тренировках.

Следовательно, моделирование различных ситуаций во время практических занятий по физической подготовке, по нашему мнению, должно быть плотно увязано с психологическими тренингами в различных экстремальных и усложненных ситуациях. Также нам представляется целесообразным разработку и прове-

дение практических занятий, учений по физической подготовке с использованием элементов психологического воздействия на курсантов и слушателей [3].

Знание базовой техники является основой для совершенствования и профессионального роста сотрудника в аспекте личной безопасности. Базовая техника – это стержень боевых приемов борьбы. Уверенное владение ее основами дает возможность сотруднику органов внутренних дел профессионально действовать в любых, в том числе и нестандартных ситуациях, не выходя при этом за рамки правового поля.

На основе знаний базовой техники при отработке условно-ситуационных заданий накапливается необходимый практический опыт, уверенность в своих действиях в любых условиях и ситуациях.

Подводя итог вышесказанному, можно сделать вывод о том, что повышение уровня обученности сотрудников, а также качества проведения занятий по профессиональной служебной и физической подготовке возможно на основе оптимального подбора средств, методов и форм обучения, высокого уровня практической и методической подготовленности преподавателей и инструкторов, а также наличия хорошей материальной базы.

Выполнение на занятиях различных заданий, моделирующих ситуации и условия, максимально приближенные к служебной деятельности, решение различных вводных по тактике применения боевых приемов борьбы, способствует повышению уровня подготовленности сотрудника органов внутренних дел к выполнению служебных обязанностей.

Совершенствование уровня физической подготовки путем использования во время обучения элементов тактики, психологии и учета опыта применения нюансов техники значительно повышает вероятность эффективно справляться с любой, в том числе и экстремальной ситуацией, позволит сотруднику быстро принимать грамотное решение, контролировать свое психоэмоциональное состояние и уверенно управлять своим телом.

Внедрение в учебный процесс изложенных в данной работе элементов позволит, на наш взгляд, реализовать одну из главных

задач сотрудника органов внутренних дел – эффективное выполнение поставленной задачи и сохранение собственного здоровья и жизни.

Литература

1. Кан Л. В., Лунин А. А. Особенности методики преподавания боевых приемов борьбы сотрудникам МВД России: методические рекомендации. Домодедово, 2014.

2. Новиков А. Н., Лунин А. А. Вопросы совершенствования техники и методики преподавания боевых приемов борьбы: методические рекомендации. Домодедово, 2016.

3. Материалы анализа входного-выходного контроля слушателей ВИПК МВД России, исследование-опрос и тестирование сотрудников ОВД за период с 2014 по 2016 год.

4. Тащиян А. А., Белозорова Ю. Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

А. П. Мартынов

ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ С ПОМОЩЬЮ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Профессиональная подготовка сотрудников ОВД является актуальным предметом обсуждения не только на научно-практических конференциях в образовательных организациях МВД России, но и становится предметом глубокого и детального теоретического и практического осмысления этой проблемы специалистами. Данный факт свидетельствует о том, что в теории и, особенно на практике, возникают некоторые трудности в указанном направлении. Цель исследования заключается в выявле-

нии зависимости и взаимообусловленности физической и психологической подготовки сотрудников ОВД.

Физическая подготовка как неотъемлемый инструмент решения оперативно-служебных задач является важнейшим направлением подготовки сотрудников ОВД. Данная составляющая профессиональной подготовки является обязательным предметом учебных планов подготовки сотрудников. Наряду с основными задачами физической подготовки, а именно с развитием физических способностей и общим оздоровлением организма, большое внимание уделяется освоению боевых приемов борьбы.

В процессе осуществления оперативно-служебной деятельности сотрудникам ОВД приходится сталкиваться с физическим, в том числе с вооруженным, сопротивлением, что вызывает необходимость применения физической силы. Здесь стоит отметить проблему обеспечения прав граждан и законности в деятельности сотрудников ОВД, что связано в первую очередь с тем, что применение физической силы влечет риск нанесения гражданам травм, причинения вреда здоровью.

Кроме того, в настоящее время зачастую складываются ситуации, которые показывают, что физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел уступает уровню физической подготовки правонарушителей [1]. Таким образом, требования к физической подготовке, а также к знанию нормативных правовых актов, связанных с применением физической силы, действующих сотрудников ОВД, а также курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России возрастают.

В различных документах Департамента государственной службы и кадров МВД России особое внимание уделяется вопросам повышения уровня организации психологического обеспечения оперативно-служебной деятельности личного состава ОВД. В них предлагается осуществлять подбор и расстановку сотрудников в подразделениях при выполнении служебных задач с учетом индивидуально-психологических особенностей уровня профессиональной подготовленности и психологической устойчивости [2].

Как уже было отмечено, зачастую профессиональная деятельность сотрудников ОВД связана с применением физи-

ческой силы. Право и порядок применения физической силы регламентированы Федеральным законом от 07.02.2011 № 3-ФЗ «О полиции». На основании статьи 20 сотрудник полиции имеет право применять не только физическую силу, но и конкретные боевые приемы борьбы в случаях, когда несиловые способы не обеспечивают возложенных на полицию обязанностей [3].

Необходимо отметить, что одним из важнейших и определяющих аспектов профессиональной подготовки действующих и будущих сотрудников в процессе занятий по физической подготовке является обучение их в условиях физических и психических нагрузок, максимально приближенных к настоящим, в которых необходимо адекватно оценивать степень общественной опасности обстановки и преступника, действовать в соответствии с законом, соблюдая при этом правила личной безопасности.

Необходимо понимать, что выполнение указанных задач возможно лишь при должном уровне психологической подготовки, устойчивости сотрудника к чрезвычайным ситуациям.

В процессе занятий по физической подготовке, в частности, при изучении боевых приемов борьбы, особое значение приобретает формирование у сотрудников психофизической устойчивости к успешным действиям в различных условиях.

Таким образом, приобретает актуальность и практическую значимость проблема взаимосвязи процесса физической и психологической подготовки в процессе обучения сотрудников ОВД и его значения в обеспечении личной безопасности.

Психологическая подготовка – процесс, ориентированный на создание оптимального психологического состояния сотрудника и направленный на достижение поставленных задач в процессе экстремальной ситуации.

Средствами психологической подготовки сотрудников являются:

- выполнение упражнений по заданию (главная задача – определить правильность выполнения упражнения);
- выполнение упражнения на фоне повышенной физической нагрузки;

– моделирование экстремальных ситуаций, максимально приближенных к реальным;

– положительная мотивация.

Зависимость между техникой выполнения упражнений и психологическим состоянием определяется как уровнем обученности сотрудника, так и индивидуальными особенностями его организма. Опытные сотрудники посредством сочетания физической и психологической подготовки вырабатывают умение управлять своим состоянием и эффективно справляться с поставленными задачами.

Конечно, профессиональная подготовка сотрудника ОВД в условиях оборудованного спортивного зала приведет к формированию и развитию различных качеств и навыков, необходимых в служебной деятельности, но в данной спокойной и благоприятной обстановке сложно говорить об усвоении материала в полной мере. Какова вероятность того, что сотрудник, технично выполнивший боевой прием борьбы в стенах спортивного зала, так же четко и технично сработает в экстремальной ситуации?

Изучая материалы служебных расследований, а также результаты служебных проверок, проводимых с целью принятия мер по профилактике случаев гибели и ранений сотрудников при исполнении служебных обязанностей, можно прийти к выводу, что в ряде случаев многие сотрудники в экстремальных условиях задержания либо самозащиты имеют слабую профессионально-психологическую подготовленность.

Анализируя накопленный практический опыт, специальную методическую литературу, можно сделать вывод, что при обучении боевым приемам борьбы и приемам самозащиты, сотруднику, курсанту или слушателю необходимо смоделировать ситуацию, при которой он должен испытать шоковое состояние, какое испытывает человек при нападении на него [4].

Навыки боевых приемов борьбы и знания нормативно-правовых актов должны закрепиться в подсознании сотрудника. Для этого на занятиях по физической подготовке необходимо моделировать ситуационные задания, которые имеют своей целью быстрое ориентирование сотрудника в сложившейся ситуации, максимальное сокращение времени на принятие решения.

В целях повышения эффективности ситуационных задач целесообразно осуществлять видеозапись занятий для последующего их анализа и разбора сотрудником и преподавателем.

Полезным является изучение опыта зарубежных исследований. В настоящее время Соединенные Штаты Америки и некоторые другие страны уже используют такой вид подготовки сотрудников силовых подразделений, как широкое применение различных обучающих программ, связанных с использованием в ходе тренировок компьютерного оборудования, которое способно создавать для обучаемого условия, максимально приближенные к реальной обстановке.

Подводя итог всему вышесказанному, необходимо отметить, что успешность выполнения оперативно-служебных задач наряду с общей физической подготовкой, техникой боевых приемов борьбы зависит также от психологической подготовки сотрудника.

В процессе профессиональной подготовки так же, как в любом виде педагогической деятельности, преподавателю необходимо учитывать, что каждый человек имеет свои физико-психологические особенности, определяющие его поведение.

Главными качествами, которые необходимо сформировать преподавателю в процессе психологической подготовки сотрудников ОВД, являются:

- самообладание обучающегося;
- концентрирование внимания на главном;
- владение сформировавшимся двигательным навыком;
- устойчивость нервной системы;
- уверенность и решительность.

Если перед лицом опасности сотрудник не научится контролировать свое психологическое состояние, то способность атаковать или защищаться останется теоретической. Психологическая готовность – это первое правило, без которого все физические навыки и умения абсолютно бесполезны.

Литература

1. Михеев П. П. Физическая подготовка сотрудников милиции с применением специальных и подручных средств. Брянск, 1997.

2. О результатах применения боевых приемов борьбы сотрудниками органов внутренних дел в ситуациях силового пресечения различных противоправных действий: аналитический обзор. М., 2005.

3. Федеральный закон от 07.02.2011 № 3-ФЗ «О полиции». URL: <http://consultant.ru>.

4. О' Кифи П. Уличный кикбоксинг. Реальная самозащита. Ростов н/Д, 2000.

5. Славко А. Л., Клименко Б. А., Лопатин И. И. Методико-теоретические основы многоуровневой боксерской подготовки курсантов вузов МВД России // Вестник Белгородского юридического института МВД России. 2014. № 1.

6. Овчинников В. А., Якимович В. С. Профессионально-прикладная физическая подготовка курсантов и слушателей вузов МВД России: альтернативный подход // Вестник Волгоградской академии МВД России. 2013. № 2 (25).

И. Х. Мешев

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ БОЕВЫМ ПРИЕМАМ БОРЬБЫ СОТРУДНИКОВ МВД РОССИИ

Боевые приемы борьбы занимают важное место в профессионально-служебной подготовке личного состава сотрудников органов внутренних дел. Формирование готовности сотрудников полиции к применению мер насильственного воздействия, в частности физической силы, осуществляется главным образом в процессе физической и огневой подготовки. Надежное владение навыками боевых приемов борьбы в сложной критической ситуации позволит сохранить жизнь и здоровье сотруднику. Данное обстоятельство определяет чрезвычайную важность и актуальность обучения боевым приемам борьбы и их совершенствования.

Боевые приемы борьбы и другие виды единоборств занимают важное место в профессионально-служебной подготовке личного состава сотрудников органов внутренних дел.

В статье 18 Федерального закона «О полиции» «Право на применение физической силы, специальных средств и огне-

стрельного оружия» указано, что сотрудники полиции обязаны проходить специальную подготовку, а также периодическую проверку на пригодность к действиям в условиях, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.

Профессиональная подготовка сотрудника ОВД должна включать формирование навыков применения приемов рукопашного боя, специальных и подручных средств и огнестрельного табельного оружия. Физическая подготовка сотрудников ОВД является одной из важнейших составляющих их профессиональной деятельности, характеризующейся большими физическими и психологическими нагрузками. Занятия физической подготовкой и спортом важны для выполнения профессиональных обязанностей, поддержания высокого уровня здоровья, развития двигательных и психологических качеств, профессиональных прикладных умений и навыков.

Ожидание нападения со стороны правонарушителей – неотъемлемая часть профессиональной деятельности сотрудников правоохранительных органов. Осознание существующей угрозы, способность правильной оценки конкретной ситуации и совершение адекватных действий определяются не только накопленным практическим опытом и возможностями нервной системы к преобразованию возникающих в случае опасности импульсов в разумные решения, необходимые для достижения эффективного результата, но и необходимостью сочетать свои действия с требованиями закона [1, с. 939].

Вместе с тем и правовая подготовка к применению физической силы является не менее важным элементом профессионального обучения. Следовательно, сотрудники полиции обязаны проходить правовую подготовку применения физической силы, овладевать приемами рукопашного боя, а также периодически проходить проверку профессиональной пригодности по указанным направлениям.

Правовой компонент подготовки сотрудников полиции к применению боевых приемов борьбы в процессе профессиональной деятельности содержит:

– знания нормативно-правовых основ применения силовой защиты законности и правопорядка, безопасности личности, общества и государства;

– ценностно-мотивационную ориентацию на правовой императив силовой защиты законности и правопорядка, формирование профессионально-значимых качеств (профессионализм, мужество, смелость, инициативность);

– опыт применения правомерных комплексов силовой защиты законности и правопорядка, безопасности личности, общества и государства, а также непосредственного пресечения физического сопротивления правонарушителя и самозащиты без применения оружия; умения корректировать свое поведение, брать ответственность за свои действия.

Анализ статистических показателей, связанных с гибелью и ранениями сотрудников полиции при выполнении служебных обязанностей, свидетельствует о том, что профессиональная подготовка личного состава органов внутренних дел еще далека от требований, предъявляемых современным обществом к сотрудникам как к профессионалам, представителям закона. Многие сотрудники не готовы применять боевые приемы борьбы в экстремальных ситуациях, действовать в соответствии со сложившейся обстановкой, требующей быстрого и правильного решения [2, с. 103–108].

Методы обучения боевым приемам борьбы включают:

– общедидактические методы организации учебно-познавательной деятельности (словесные, наглядные, мультимедийные, практические), стимулирования и мотивации (дискуссии, деловые игры, тренинги, кейс-метод), контроля (тестирование, выполнение на оценку контрольных упражнений), самостоятельной работы (выполнение физических упражнений в режиме дня, тренировочные упражнения и занятия на тренажерах);

– частнодидактические методы организации учебно-познавательной деятельности (тренировки, инструктажи, создание учебно-профессиональных ситуаций), стимулирования и мотивации (соревновательные), контроля (выполнение на оценку боевых приемов борьбы и их комплексов, сдача ведомственных нормативов, контрольные соревнования, самостоятельная работа (инструкторская и судейская практика).

Обучение основам боевых приемов борьбы целесообразно проводить в форме учебных занятий, коллективно, в составе учебной группы.

Обучение и освоение боевых приемов борьбы необходимо начинать с разучивания техники – способа, приема их выполнения. После этого изучаются и совершенствуются (тренируются) способы его применения в условиях и обстоятельствах служебной деятельности сотрудников полиции. Главными факторами этих обстоятельств выступают, во-первых, факторы и условия правомерного применения сотрудниками полиции силы, во-вторых, фактор физического (силового) противодействия со стороны правонарушителей (рис. 1).

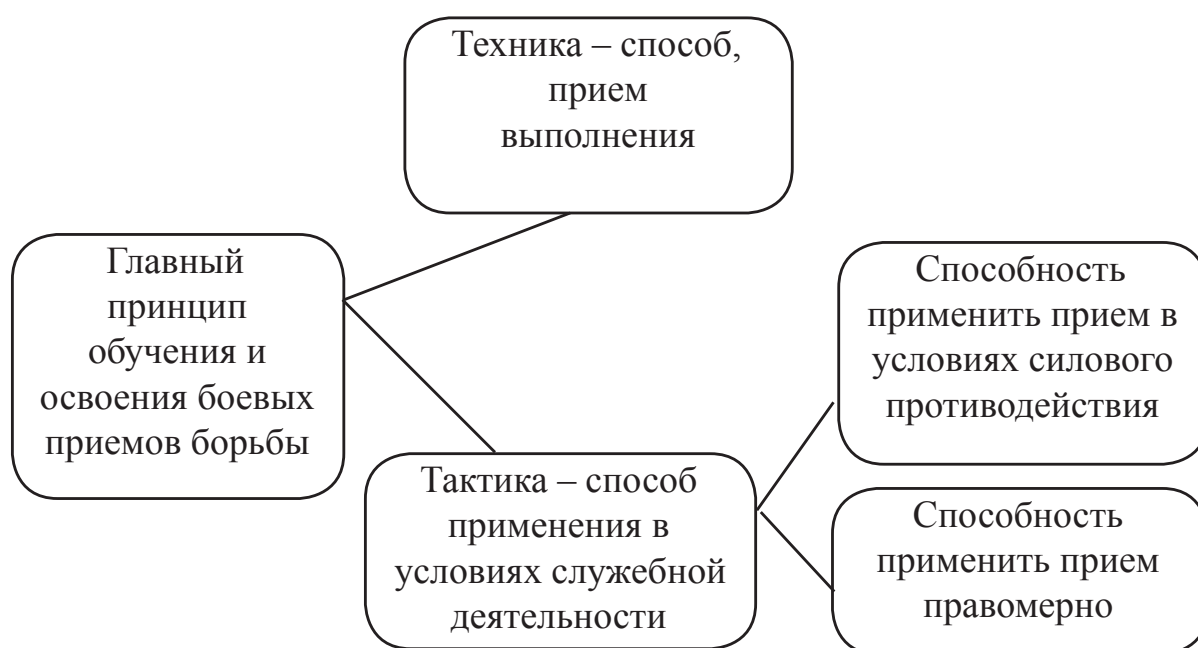


Рис. 1. Принципиальная последовательность освоения боевых приемов борьбы

Чем лучше подготовлен в техническом отношении сотрудник полиции, тем в большей степени он способен решить сложные задачи противоборства с преступником в пресечении его противоправных действий.

В каждом конкретном случае обучение индивидуально. Инструктор должен действовать по обстоятельствам, исходя из места проведения учебного занятия, количества человек и характера демонстрируемых приемов.

Затем необходимо отработка изучаемого приема. Его разучивание формирует у слушателей новые двигательные навыки. Инструктор акцентирует внимание на правильной технике выполнения приема. В зависимости от уровня подготовленности занимающихся, структуры и сложности приема обучения осуществляется методом разучивания.

Главное средство обучения – повторное выполнение приемов, связки приемов, комбинации по задуманному плану. Например, использование одного из разученных вариантов контра-таки в ответ на предусмотренную ситуацию и отработка ее не менее 5–10 тыс. раз для устойчивой «мышечной памяти», позволяющей надежно провести защиту в критический момент.

Для качественного овладения приемом необходимо усложнять обстановку. Это достигается путем:

- изменения начальных и заключительных положений;
- выполнения приема на точность;
- увеличения количества повторений, скорости и дистанции передвижений;
- применения внезапно изменяющихся условий (действий по внезапным сигналам, командам, в зависимости от поведения противника и т. п.);
- выполнения приема в комплексе с ранее изученными приемами на фоне значительной физической и психической нагрузки как на специально подготовленных местах, так и на различной местности;
- выполнения некоторых приемов в условиях ограниченной подвижности (в узких местах и проходах, на уменьшенной площади опоры, на высоте и т. п.), слабой видимости и в средствах индивидуальной защиты;
- включения в тренировку соревновательного метода.

Занятия по обучению боевым приемам борьбы могут проводиться на борцовском ковре (татами), на ровной площадке и в помещении без мебели и других предметов, представляющих

опасность получения травм. Предпочтительнее проводить занятия в залах и на площадках с естественным покрытием – деревянный или бетонный пол, песок, трава и т. д., также часть занятий посвящать действиям в ограниченных, стесненных условиях. В залах со специальным мягким покрытием рекомендуется лишь осваивать основы техники самостраховки [4, с. 104–108].

Сопутствующим элементом обучения служебно-боевым приемам является обучение тактике поведения сотрудника полиции при несении службы. В процессе исследований, проведенных Н. А. Середой, было изучено около 200 ситуаций, в которых сотрудники органов внутренних дел погибали или получали тяжкие телесные повреждения.

Было установлено, что в большинстве ситуаций сотрудники полиции погибали или получали тяжкие телесные повреждения из-за халатности, недооценки сложности ситуации, невыполнения требований устава ППС, в ряде случаев сотрудники сами провоцировали нападение на себя и т. п.

Дополнительными формами занятий, значительно способствующими повышению уровня владения боевыми приемами борьбы, являются: учебно-тренировочные занятия по различным спортивным единоборствам и самостоятельные занятия общей физической подготовкой на базе боевых приемов борьбы (разучивание и обработка ударов на ударных тренажерах, имитация различных приемов и действий и т. д.) [5].

В процессе обучения боевым приемам борьбы могут применяться интегрированные формы обучения, требующие неустановленного норматива времени и свободного выбора места проведения, обеспечивающие системную целостность составляющих профессионально-прикладной подготовки (оперативно-служебной, тактико-специальной, огневой, физической) и одновременное освоение приемов боевой борьбы, и развитие основных физических качеств до уровня нормативных требований.

В зависимости от сложности разрешения конфликтной ситуации переход к применению приемов задержания без комплекса специальной подготовки может представлять для сотрудников полиции большие затруднения и риски получения травм и потери боеспособности [6, с. 229–231].

Примерами интегрированных форм образования могут быть соревнования по служебно-прикладным видам спорта, спортивные и медико-восстановительные мероприятия, учебные сборы, тактические учения.

Соревновательные методы предусматривают совершенствование профессионально важных физических качеств, специальной (силовой, скоростной и координационной) выносливости, повышение уровня владения боевыми приемами борьбы. Качественные особенности этих методов – обучение в условиях соперничества, полной психофизиологической мобилизации соревнующихся. Соревнования могут проводиться в усложненных (кросс на сильно пересеченной местности, проведение комплекса схваток или поединков в рукопашном бою, единоборство с противником другой весовой категории и др.) или облегченных (сокращение дистанции забегов, уменьшение продолжительности боев и схваток в единоборствах и т. п.) условиях.

Нельзя не отметить, что занятия по изучению и совершенствованию техники боевых приемов борьбы иногда проводятся без должного учета требований и специфики ситуаций, возникающих в практической деятельности сотрудников полиции, то есть дается большой объем сложно-координированных технических действий, редко применяемых при задержании правонарушителей.

Инструкторам по физической подготовке необходимо владеть методикой проведения занятий и практическими навыками боевых приемов борьбы.

Основными задачами занятий боевыми приемами борьбы должны быть:

- обучение технике приемов и тактике ведения боевой схватки с противником;
- развитие быстроты в действиях, ловкости и силы, специальной выносливости;
- воспитание смелости и решительности, находчивости, уверенности в собственных силах;
- воспитание способности применять усвоенные навыки и знания при ведении рукопашной схватки в различных условиях.

Отметим, что в процессе обучения боевым приемам борьбы слушатели должны быть ориентированы на полное овладение всем техническим арсеналом боевых приемов борьбы и предостережены от преждевременного и чрезмерного увлечения отдельными его элементами.

На практических занятиях по физической подготовке у курсантов и слушателей формируются практические навыки силового задержания правонарушителя как с применением физической силы, так и с использованием специальных средств.

В современных условиях необходимо развитие профессионального мышления преподавателя, обуславливающего готовность к профессиональной деятельности в условиях инновационной среды [5]. Так как главную роль при проведении практических занятия играет руководитель, то есть инструктор-преподаватель, от его правильного рассказа и показа зависит результат [6, с. 229–231].

Применение физической силы становится все более обычным делом в деятельности сотрудников органов внутренних дел.

Искусственно созданные педагогические условия по формированию вышеуказанных навыков, максимально приближенные к реальным ситуациям, позволяют обеспечить не только личную безопасность, сохранив при этом жизнь и здоровье сотрудника, но и эффективно применить физическую силу и боевые приемы борьбы, минимизировав тем самым причиненный при задержании ущерб здоровью самого правонарушителя.

Литература

1. Валиев А. Н., Ахметов Ш. Р. Формы, методы и средства обучения боевым приемам борьбы в процессе физической подготовки курсантов вузов МВД России // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 1–1.

2. Писарь О. В., Пугачева Н. Б., Ребрик Э. Ю. Формирование личной безопасности студентов технического вуза // Известия Южного федерального университета. Педагогические науки. 2012. № 3.

3. Хажироков В. А., Хуштов А. В. Применение методов круговой тренировки на практических занятиях для сотрудников

ОВД // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

4. Мешев И. Х. Применение методов круговой тренировки на практических занятиях для сотрудников ОВД // Применение технико-тактических действий при обучении боевым приемам борьбы: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

5. Мешев И. Х. Актуальные вопросы формирования научно-методической компетентности преподавателей вузов в процессе повышения квалификации // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 2.

6. Хажироков В. А. Особенности применения на практических занятиях методов круговой тренировки для сотрудников ОВД // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 3 (4).

7. Кодзоков А. Х. Применение физической силы в профессиональной деятельности сотрудников ОВД и ее правовая адаптация // Успехи современной науки и образования. 2016. № 5. Т. 1.

**С. В. Никифоров,
Е. Ю. Черкесов**

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ,
НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ
ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ
В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
МВД РОССИИ**

Огромное количество исследуемых работ посвящено вопросам личностно-профессионального развития курсантов образовательных организаций системы МВД России в современных условиях. Многие ученые, такие как А. Н. Аверин, М. Б. Иванова, В. Н. Казанцев, В. Я. Кикоть, В. Л. Марищук, Н. В. Романенко, А. М. Столяренко, Б. А. Федулов и др., занимались вопросами, в которых внимание уделялось направлениям профессиональной,

нравственной, правовой, морально-волевой подготовки сотрудников ОВД и психолого-педагогическим условиям, направленным на формирование профессиональных качеств курсантов.

Несмотря на множество проводимых исследований, проблема единства обучения и воспитания, решения воспитательных задач в ходе проведения учебных занятий по физической подготовке получила лишь частичное освещение. Существует множество причин, благодаря которым ее научно-педагогическое осмысление в современных условиях приобретает особую актуальность.

Во-первых, преподаватели кафедр физической подготовки стремятся к формированию наиболее полного перечня решений воспитательных задач в процессе обучения.

Во-вторых, в процессе занятий по физической подготовке необходимо не только передавать курсантам профессиональные знания, умения, опыт и навыки, но и стремиться к формированию у обучающихся морально-нравственных норм, таких как воспитанность, вежливость, тактичное поведение с гражданами, способность творчески мыслить и принимать грамотные решения при возникновении конфликтных ситуаций между гражданами, при взаимодействии сотрудников с гражданами.

В-третьих, научная информация и каналы ее получения, используемые в процессе обучения, постоянно увеличиваются и систематически обновляются, их редактирование требует научного обоснования пригодности к использованию для профессионального воспитания будущих офицеров.

В-четвертых, в процессе проведения исследований было выявлено, что развитие научно-педагогической теории рассматриваемой проблемы свидетельствует о неполном раскрытии факторов воспитательного воздействия в профессиональной педагогике системы МВД России, оказывающей важное влияние на физическую подготовку курсантов, а также недостаточно конкретно и полно обоснованы пути и педагогические условия решения данной задачи [1, с. 132].

Влияние на все это оказывает проблема профессиональной подготовки кадров в рамках целостного учебно-воспитательного процесса средствами физической подготовки. Пристальное вни-

вание уделяется исключительно приобретению теоретических знаний, практических умений и навыков. При этом четко разграничиваются учебные и воспитательные функции в деятельности должностных лиц и профессорско-преподавательского состава кафедр физической подготовки. Социальная и профессиональная направленность, теоретическая и практическая значимость изучаемой проблемы, а также ее недостаточная научная разработанность стали основными причинами для выбора данной темы исследования [2, с. 35].

Наряду с особым влиянием, уделяемым процессу физического воспитания курсантов в высших учебных заведениях МВД России, не стоит забывать об их образовательных функциях. Важнейшим средством подготовки квалифицированных сотрудников полиции является развитие интереса к изучаемым дисциплинам, чему способствуют их познания в различных сферах жизни. Все это помогает легко осваивать новые предметы, они придают большое значение обучению, что влечет за собой необходимость постоянного повышения качества учебных занятий. Главная задача процесса образования состоит в глубоком осмыслении связей между учебно-тренировочным процессом и практической деятельностью, умении их правильно совмещать, понимании значения фундаментальных теоретических положений, благодаря чему процесс обучения превращается в один из механизмов формирования взглядов и убеждений, навыков и привычек дисциплинированного поведения курсантов.

На проведение учебно-воспитательного процесса огромное влияние оказывает внеаудиторная воспитательная работа (спортивные секции, консультации, учебно-тренировочные сборы, соревнования), от ее эффективности зависит качество решения воспитательных задач. Но, так или иначе, остается понятным то, что основополагающим фактором, оказывающим влияние на успех профессионального воспитания курсантов в процессе занятий по физической подготовке, является профессионализм и педагогическое мастерство профессорско-преподавательского состава кафедры физической подготовки, а также методы обучения, использование которых эффективно и в полной мере помогает выявить воспитательные возможности обучающегося.

Актуальность выбранной темы исследования обусловлена отсутствием целенаправленного изучения проблемы профессионального воспитания курсантов вузов МВД России на занятиях по физической подготовке. Это вызвано существующим противоречием между потребностью современного общества в выпускнике вуза МВД России, в котором они желают видеть офицера полиции с высокими профессиональными, нравственными, физическими и психофизическими качествами, с одной стороны, и проблемой недостаточной разработанности в теоретическом и практическом плане социально-педагогических условий воспитания и развития этих качеств у курсантов – с другой.

Проблема исследования заключается в необходимости более детального изучения профессионального воспитания курсантов вузов МВД России в процессе физической подготовки, а также улучшения педагогических условий при работе с курсантами.

Под профессиональным воспитанием курсантов в процессе проведения занятий по физической подготовке следует понимать организацию учебно-воспитательного процесса, обеспечивающего формирование у обучаемых нравственных (верность долгу, честность, вежливость, сопереживание), физических (выносливость, сила, быстрота, ловкость) и психофизических (оперативное мышление, смелость, решительность, выдержка и самообладание) качеств [3, с. 183]. Учитывая требования правоохранительной деятельности в современных условиях, существует острая необходимость в подготовке курсантов, имеющих устойчивые взгляды и убеждения, свою жизненную позицию. Немаловажной составляющей является позитивное отношение к профессиональной деятельности, инициативность при решении поставленных задач, стремление к личностному профессиональному самосовершенствованию. Сотрудник полиции постоянно вступает в контакт с различными людьми, при любых взаимодействиях он должен быть учтив, вежлив, тактичен.

В процессе занятий по физической подготовке существует ряд педагогических условий воспитания курсантов:

- организация деятельности обучаемых;
- профессионально-ориентированное педагогическое общение;

– взаимодействие курсантов и преподавательского состава [4, с. 88].

Данные условия обеспечивают усвоение знаний, приобретение специальных умений и навыков, которые способствуют формированию у курсантов профессионально важных качеств, которые в дальнейшем становятся устойчивыми взглядами и убеждениями.

Модель профессионального воспитания курсантов вузов МВД России в процессе физической подготовки заключается в формировании ценностно-смыслового, мотивационно-целевого и деятельностного компонентов в их единстве. Деятельность курсантов на занятиях по физической подготовке направлена на развитие требуемых в будущей оперативно-служебной и служебно-боевой работе нравственных (верность долгу, мужество, честность, вежливость, выдержка, сопереживание), физических (выносливость, сила, быстрота, ловкость) и психофизических (оперативное мышление, смелость, решительность, самообладание, способность принять решение в экстремальной ситуации) качеств.

Профессиональное воспитание курсантов в процессе физической подготовки необходимо рассматривать как комплексно-целевую программу, основанную на разработанной структурной схеме, которая включает: цель, задачи, пути, закономерности, принципы, педагогические условия, методы, критерии, диагностику и результат, а именно воспитание нравственных, физических и психофизических качеств курсантов.

Указанная комплексно-целевая программа предназначена для различных видов занятий (лекции, семинары, практические и самостоятельные) и состоит из пяти последовательных этапов, каждый из которых по времени равен одному учебному семестру.

Первый этап – постепенное освоение курсантами учебно-тренировочного процесса и пробуждение у них благодаря занятиям по физической подготовке нравственных качеств.

Второй этап – целенаправленное восприятие информации и разъяснение значимости ценностей и необходимости нравственной культуры (введение спецкурса), проведение работ, направленных на сплочение коллектива, дальнейшее развитие физических качеств.

Третий этап – проведение анализа, связанного с воздействием учебного коллектива на личность курсанта, выявление изменений в поведении каждого обучающегося, осознание способности (неспособности) к приспособлению в данной сфере, следование нравственным нормам в учебно-тренировочной и служебной деятельности.

Четвертый этап – правовое воспитание, формирование определенных убеждений, принципов, привычек поведения, изучение эмоциональной сферы с дальнейшим воздействием на нее, моральный выбор, касающийся применения физической силы и боевых приемов борьбы.

Пятый этап – воспитание физической культуры личности курсанта, его нравственной, физической и психофизической готовности к оперативно-служебной деятельности, формирование положительной мотивации к самосовершенствованию своей физической организации и нравственных черт личности.

Профессиональное воспитание в процессе физической подготовки имеет своей целью развитие разных сторон личности курсанта (познавательной, мотивационной, деятельностной) и предполагает достижение практического результата, а именно прочного и необратимого формирования у курсантов вуза МВД России профессионально важных качеств сотрудника полиции, которые в дальнейшем обеспечат выполнение ими своего долга: развитие целеустремленности и уверенности в своих действиях, готовности и умения отстаивать свои взгляды и убеждения, точки зрения в разнообразных условиях оперативно-служебной деятельности. Ценностно-смысловой, мотивационно-целевой, деятельностный критерии профессионального воспитания и их показатели помогут объективно оценить их приспособленность, возможность и целесообразность нахождения в данной среде.

Как уже было сказано выше, процесс обучения занимает одно из ведущих мест в процессе профессионального воспитания курсантов. Изучая процесс физической подготовки, он рассматривается как целенаправленное формирование физических и психофизических качеств и нравственных норм, формирующихся с помощью тренировок, учебных занятий, на которых обучающиеся усваивают современные научные и профессио-

нальные знания, которые впоследствии становятся устойчивыми взглядами и убеждениями, имеющими огромное значение в профессиональной деятельности, личностно-профессиональном самосовершенствовании; в действиях, поступках и поведении, отвечающих требованиям правоохранительной практики в современных условиях.

Профессиональное воспитание курсантов МВД России включает в себя ряд социально-психологических аспектов, исследование которых позволяет выделить основные внутренние условия, оказывающие влияние на эффективность этого процесса. К ним относятся:

1) сформированность мотивов, направленности, ценностей, личностная ориентация, понимание и осознание учебно-тренировочной деятельности;

2) наличие соответствующих характеристик, присущих будущему сотруднику (обладание профессионально важными качествами, способностями, теоретическими знаниями, практическими умениями и навыками);

3) принятие и понимание различных сторон учебно-тренировочной деятельности и способность находить общий контакт с людьми.

Таким образом, можно сделать вывод, что неотъемлемой частью повышения профессионального воспитания курсантов является проведение научно обоснованной комплексно-целевой программы, с помощью которой производится целенаправленное объединение и сочетание взаимодействующих внешних и внутренних педагогических условий.

Для более глубокого изучения факторов, оказывающих влияние на формирование личности курсанта, необходимо сосредоточить внимание на улучшении психолого-педагогических механизмов при работе с обучающимися; выявлении и научном обосновании путей повышения мотивированности курсантов в процессе учебно-тренировочной деятельности; разработке психолого-педагогических тренингов с курсантами для оптимизации процесса в их дальнейшей служебной деятельности; изучении каждого компонента профессионального воспитания, на более глубоком изучении международного опыта воспитания в процессе боевой и физической подготовки. Важнейшее значение при фор-

мировании личности курсанта имеет индивидуальный подход, помогающий легко и быстро приспособиться к постоянно меняющимся условиям и преодолеть эмоциональную напряженность.

Литература

1. Тащиян А. А., Белозорова Ю. И. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016. Ч. 1.

2. Вавилкин Д. С., Николаева А. А. Вопросы совершенствования учебно-тренировочного процесса в образовательных организациях системы МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016. Ч. 1.

3. Прокопенко В. В. Индивидуализация физической подготовки курсантов вузов МВД России: дис. ... канд. пед. наук. СПб., 2015.

4. Кучмезов А. Н., Галатова Т. В. Проблемы учебно-тренировочного процесса по физической подготовке в образовательных организациях МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016 года. Ч. 1.

С. И. Петренко

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ У КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

В настоящее время остаются недостаточно разработанными разделы, связанные с педагогическим контролем за уровнем специальной гибкости, определением ее нормативных показате-

телей, не получили надлежащего решения вопросы, связанные с определением рациональных форм и способов построения тренировочных занятий, раскрытием возможностей эффективного использования различных средств и методов тренировки [2, с. 193].

Важное значение для трудоспособности курсантов имеет такое физическое качество, как гибкость, необходимое для изучения и выполнения почти всех приемов рукопашного боя. В отличие от главных двигательных способностей, являющихся непосредственными причинами моторных действий, гибкость представляет собой один из основных посылов перемещений и нужных обоюдных расположений звеньев тела. Недостаточно развитая гибкость затрудняет координацию перемещений, а целостность их становления объясняет широкие способности для становления ловкости.

Внимание к развитию гибкости на занятиях по рукопашной подготовке курсантов вузов МВД России уделяется на протяжении всего курса обучения. Это обусловлено тем, что уровень подвижности в суставах является фундаментом, на котором основывается техническое и тактическое мастерство, то есть одним из факторов, который определяет высокий результат. В спортивной практике работа над совершенствованием гибкости строится преимущественно на основании опыта и интуиции преподавателя, поскольку объективных предпосылок к этому еще очень мало.

Основной задачей развития гибкости у курсантов является обеспечение такой степени всесторонней подвижности в суставах, которая позволяла бы успешно овладевать необходимыми и важными для выполнения служебных задач умениями и навыками, а также с высокой результативностью проявлять и остальные двигательные способности.

В теории и методике физической культуры гибкость рассматривается как морфофункциональное свойство опорно-двигательного аппарата, определяющее пределы движений звеньев тела. Согласно В. Н. Платонову, под гибкостью понимаются «морфофункциональные свойства аппарата движения и опоры, которые определяют амплитуду движений спортсмена».

Понятие «гибкость» как физическое качество, которое позволяет выполнять движения с большой амплитудой, является наиболее распространенным в литературе по физическому воспитанию и спорту.

Различают две формы проявления гибкости: активную, описываемую величиной амплитуды перемещений при самостоятельном исполнении упражнений благодаря мышечным усилиям; пассивную, описываемую наибольшей величиной амплитуды перемещений, достигаемой при действии внешних сил (к примеру, с поддержкою напарника, отягощения и т. п.).

Также существует общая и особая гибкость. Общая гибкость – это маневренность во всех суставах, которая позволяет делать различные перемещения с большой амплитудой. Особая гибкость – максимальная маневренность в отдельных суставах, характеризующая эффективность соревновательной либо тренировочной деятельности.

Для курсантов, занимающихся рукопашным боем, особая гибкость связана, прежде всего, с физической активностью в тазобедренных суставах, а также с физической активностью позвоночника, плечевых и голеностопных суставов. При совершенствовании особой гибкости на занятиях по рукопашному бою используют комплексы специально-подготовительных процедур, логически выбранных для целенаправленного действия на суставы, маневренность, в которых в большей мере описывается успешность профессиональной либо спортивной деятельности.

Упражнения, выполняемые с большой и максимальной амплитудой (упражнения на растягивание), являются средствами развития гибкости и подвижности в суставах. В зависимости от формы и способа воздействия на мышечный и суставно-связочный аппарат существуют активные, пассивные и статические упражнения на растягивание. К активным относятся всевозможные махи, вращения конечностями, наклоны и вращения туловищем. Пассивные упражнения включают воздействие партнера, отягощений, специальных приспособлений, а также воздействие веса собственного тела. Упражнения в статике требуют сохранения неподвижного положения с пре-

дельно возможной амплитудой в течение некоторого времени, как правило 6–9 секунд, и после расслабления действие повторяется несколько раз. При выполнении таких упражнений не допускаются болевые ощущения, темп выполнения медленный, амплитуда и степень воздействия внешней силы увеличивается постепенно. Кроме этого, важно выполнять упражнения на растягивания после разминки и хорошего разогрева всего организма, в особенности тех мышц, на которые будет осуществляться воздействие [1, с. 39].

Среди методов развития гибкости основным и наиболее эффективным является повторный метод, где упражнения на растягивание выполняются сериями, как правило, не менее 2–3. В качестве дополнительных используются также игровой и соревновательный методы (в которых необходимо продемонстрировать лучшие показатели гибкости и подвижности в суставах, чем у других занимающихся).

Развитие гибкости осуществляется на различных стадиях занятий по физической подготовке. В подготовительной части их используют в ходе разминки, обычно после динамических процедур, равномерно увеличивая амплитуду перемещений и сложность выполнения. В основной части упражнения выполняются сериями, чередуя с работой основной направленности, либо сразу с исполнением силового комплекса упражнений во второй половине данной части занятия, подчеркнув их самостоятельным блоком нагрузки. В заключительной части процедуры на растягивание смешиваются с процедурами на расслабление и самомассажем. Эффективность упражнений на растягивание зависит от направленности тренировочной работы.

Перед скоростно-силовой работой в разминку целесообразно включать активные динамические комплексы на растягивание, самомассаж и встряхивание работающих звеньев тела, а также 1–2 серии специально-подготовительных процедур на растягивание в процессе исполнения самой работы [3, с. 368; 4, с. 147; 5, с. 132–138].

Особенное внимание к растягиванию мускул и связок нужно уделять при исполнении силовых процедур, беря во внимание вероятный их негативный результат на гибкость.

Вместе с тем замечено, что даже после интенсивной разминки с применением преимущественно динамических упражнений, несмотря на повышение температуры мышц и общее увеличение амплитуды движений, связки не всегда бывают подготовлены к предельной по размаху движений скоростно-силовой работе. Поэтому иногда более высокий эффект достигается при построении разминки на основе статических упражнений на растягивание. Такая разминка рекомендуется при совершенствовании приемов рукопашного боя.

На основе вышесказанного можно сделать вывод, что в ходе инновационных процессов развития профессионального образования в Российской Федерации в последнее время прослеживается характерная тенденция относительно усиления профессионализации и специализации подготовки, утверждения инновационных подходов, предопределяющих необходимость повышения уровня профессиональной компетентности сотрудников правоохранительных органов, способных выполнять свои социальные функции в обществе. Вместе с тем позитивное решение задач, возложенных на органы внутренних дел, возможно только при условии дидактически грамотного формирования специальных навыков и качеств в процессе рукопашной подготовки, которая является важной составляющей профессионального образования специалиста ОВД, со своими специфическими принципами, методами и средствами.

Литература

1. Бокий А. Н. Основы общей физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России. Краснодар, 2015.
2. Дудко А. С. Защита от ударов преступника вооруженного холодным оружием. Краснодар, 2006.
3. Захаров Е. Н., Карасев А. В., Сафонов А. А. Энциклопедия физической подготовки (методические основы развития физических качеств) / под общей ред. А. В. Карасева. М., 1994.
4. Кабанченко С. Н. Освобождение от захватов и обхватов. Краснодар, 2007.

5. Тащиян А. А., Белозорова Ю. Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016. Ч. 1.

**А. А. Пойдунов,
Е. А. Беляева**

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ОСОБЕННОСТЕЙ НЕСЕНИЯ СЛУЖБЫ И ОСНОВНЫХ ТРЕБОВАНИЙ К ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СОТРУДНИКОВ ЛИНЕЙНЫХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ ПОЛИЦИИ

Стремительно развивающийся процесс глобализации всех сфер и отраслей жизнедеятельности неизменно оказывает влияние на расширение транспортной инфраструктуры, в связи с чем появляется и необходимость в обеспечении безопасного функционирования объектов транспорта.

Это обусловлено тем, что с развитием транспортных сетей и увеличением общего пассажиропотока возрастает и психофизическая нагрузка на сотрудников линейных подразделений полиции в системе МВД России, которые в пределах своей задач обеспечивают стабильность правопорядка и общественной безопасности и, что самое важное, пресекают так называемую мигрирующую преступность [1, с. 98–102].

Линейным подразделениям полиции отводится специфическая и важная функция по обеспечению безопасности на объектах транспорта в общей системе МВД России, которая обусловлена непосредственной связью со стратегическим значением всей транспортной системы Российской Федерации, к которой относится обслуживание транспортных узлов, железнодорожных станций, аэропортов, морских и речных портов и т. п.

Таким образом, к основополагающим задачам обеспечения безопасности транспортной инфраструктуры относятся:

1. Личная безопасность пассажиров.
2. Мероприятия, связанные с профилактикой и предотвращением деяний, предусмотренных административным и уголовным законодательством.
3. Обеспечение правопорядка.
4. Процессуальная деятельность (дознание, предварительное следствие, административное производство).
5. Оперативно-разыскная деятельность.
6. Подконтрольность обеспечения оборота оружия.
7. Производство экспертной и криминалистической деятельности.

Таким образом, целый комплекс возлагаемых задач на сотрудников полиции не может не отразиться и на особой подготовке сотрудников ОВД данной категории [2, с. 185–188].

Несмотря на то, что градация подразделений в зависимости от специфики объекта транспорта четко не предусмотрена, все же некоторые особенности, связанные с обеспечением правопорядка, находят свое отражение, что, несомненно, должно учитываться в ходе нормотворческой, управленческой и организационно-методической работе и в большей степени обращено внимание на профессиональную служебную и физическую подготовку [3, с. 226–230].

Выполнение задач по обеспечению оперативно-служебной деятельности зависит от специфики объектов транспорта, к наиболее важным из которых относятся:

- значительная протяженность участков обслуживаемых объектов;
- постоянность работы объектов транспорта независимо от времени суток;
- пассажиропоток в условиях постоянно меняющейся обстановки;
- различия в объемах перевозок пассажиров в зависимости от сезона;
- использование преступниками объектов транспорта в достижении корыстных целей;

– относительная доступность к грузам и объектам транспорта, а также иные факторы.

Специфичность оперативно-служебной деятельности ОВД транспортных объектов не может не отразиться и на специализированных требованиях к определенным тактическим способам обеспечения охраны правопорядка.

Так, посты принято размещать в конкретном, наиболее удобном для наблюдения месте в целях обеспечения незамедлительного реагирования на возможное возникновение различных внештатных ситуаций, в том числе и для обеспечения контроля за посадкой и высадкой пассажиров [4].

В оперативно-служебной деятельности на полицейского линейного подразделения МВД России, в отличие от сотрудника полиции иных подразделений, возложен ряд специфических функций, которые определяют необходимый уровень физической подготовленности [3]. Качественная составляющая с точки зрения не только физической физподготовки, но и тактики действий, призвана обоснованно грамотно применять физическую силу, в том числе приемы рукопашного боя и боевых приемов борьбы.

Специфичность условий организационной работы объектов транспортной инфраструктуры позволяет предполагать, что в профессионально-служебной деятельности сотрудника полиции на объектах транспорта, кроме значимости специальной физической подготовки, все же первостепенное значение отводится морально-психологической составляющей, призванной правильно оценивать складывающуюся обстановку.

Даже если учитывать только общую специфику работы объектов транспорта, то физическая подготовка сотрудника линейного подразделения полиции в некоторой степени должна отличаться от общепринятых норм подготовки, как по способу, так и по характеру.

С учетом этого целесообразнее всего уделять внимание комплексным защитным и ударным техникам руками и ногами, координационным упражнениям на сохранение равновесия, ловкость, тактическим действиям в условиях ограниченного

пространства, а также различным способам преодоления искусственных препятствий. В связи с этим необходимо обладать значительным уровнем силовых и скоростно-силовых качеств, стойким навыком надежного и эффективного применения приемов рукопашного боя и боевых приемов борьбы, при этом приучиться к сохранению уверенности в себе и внутренней готовности к решительным и четким действиям в складывающейся ситуации.

Литература

1. Александров А. Н., Столбина Л. В., Морозов С. Н. Способы и причины противодействия раскрытию и расследования преступлений, осуществляемого потерпевшим (свидетелем) // Успехи современной науки. 2016. Т. 3. № 6.

2. Горелов С. А., Лютин Р. М., Симоненко А. В. Комплексная профессионально-прикладная подготовка сотрудников специальных подразделений органов внутренних дел к действиям по предупреждению терроризма в современных условиях // Проблемы развития современной науки: сборник материалов I Международной научно-практической конференции. Екатеринбург, 2016.

3. Горелов С. А., Федосеев Г. А. Государственная политика предупреждения и раскрытия преступлений в республике Крым // Развитие государственности и права в Республике Крым: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Краснодар, 2016.

4. Боримский А. И., Горелов С. А. Инновационные подходы в обучении сотрудников силовых ведомств, направленные на эффективное решение оперативно-служебных и служебно-боевых задач путем использования средств мультимедиа // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: сборник материалов XVIII Международной научно-практической конференции. Краснодар, 2016.

ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ СОТРУДНИКА ПРИ НАПАДЕНИИ НА НЕГО ВООРУЖЕННОГО ПРАВОНАРУШИТЕЛЯ

Правонарушителями при рукопашной схватке на практике часто стали использоваться различные виды холодного и огнестрельное оружия, а также другие предметы.

Оружие, применяемое при нападении, различается своими характеристиками: сила удара, поражающий фактор, способ применения. Поэтому против вооруженного нападающего следует использовать различные технико-тактические действия в зависимости от типа оружия.

В ситуациях, когда правонарушитель угрожает оружием, в качестве маневра, отвлекающего внимание, можно использовать мимику лица, выражение глаз, голос, в зависимости от сложившейся обстановки, придав ему различные интонации (оклик несуществующего за спиной нападающего товарища, радостный открытый взгляд со вздохом облегчения, плаксивость).

И убедившись, что ситуация позволяет провести задуманные действия по обезоруживанию и задержанию, выполнить их [3, с. 54].

При нападении правонарушителя, вооруженного палкой, следует увернуться от нападения, разорвав или сократив дистанцию. Особенность нападения с применением палки состоит в том, что правонарушитель чаще всего наносит удары широкими и рубящими махами при хвате за середину палки двумя руками, обеими концами палки – в основном преобладают удары в горизонтальной плоскости, сверху вниз, снизу вверх и тычком.

Наибольшую опасность палка представляет на дальней дистанции, ведь самая сильная зона поражения – ее конец. Поскольку амплитуда движения при ударах палкой сравнительно широка, то существует определенная возможность упреждать их, успевая уклоняться и проводить контратакующие приемы [3, с. 52].

Нож является одним из наиболее опасных и часто применяемых орудий нападения. При атаке на ближней и средней дистанциях нож обладает большой поражающей способностью, позволяет наносить колющие и режущие удары в любом направлении, а также обушком в зависимости от конструкции ножа.

При защите от нападающего с ножом в руке следует проявлять осторожность, поддерживать дистанцию, следить за направлением и глубиной колющих выпадов, не допускать контакта с режущей поверхностью клинка, воспользоваться благоприятными моментами, когда противник не готов к противодействию, по возможности использовать подручные средства.

Приемы борьбы с противником, вооруженным ножом, включают в себя: упреждающие, опережающие действия противника; атакующе инициативные, наступательные действия, используемые в поединке; защитные действия.

Упреждающие действия могут быть в виде ударов в уязвимые места и болевых приемов. Атакующие действия осуществляются практически теми же ударами, что и упреждающие, а при особо благоприятных условиях и болевыми приемами.

Защитные действия от ударов ножом могут быть пассивными, после которых не выполняются ответные действия, и активными, после которых используются в качестве ответных действий удары и боевые приемы. При этом необходимо учитывать, что блоки и подставки незащищенной рукой в сторону клинка могут привести к серьезным порезам, поэтому защиту безопасней проводить с помощью уходов, отскоков и отбивов вооруженной руки.

Средством для создания удобного момента для нападения на вооруженного является бросок в лицо песком, сумкой, одеждой или любым другим предметом, заставляющим нападающего на время потерять ориентацию. После этого необходимо мгновенно нанести удар ногой в одно из уязвимых мест и, быстро захватив вооруженную руку, перейти на болевой прием, комбинируя его с броском и ударами [1; 2, с. 153].

Условия, позволяющие ориентироваться для выбора защитных действий от нападения правонарушителя, вооруженного ножом:

1. При защите от ударов ножом следует обратить внимание на следующие моменты: правонарушитель держит в руках нож лезвием со стороны большого пальца, который находится над указательным. В этом случае вероятность удара ножом может быть снизу или сбоку.

2. Если нападающий держит нож лезвием со стороны мизинца, то вероятность удара может быть сверху или наотмашь.

3. Если правонарушитель держит нож лезвием со стороны большого пальца, и он расположен на рукоятке ножа, то могут быть нанесены колющие удары прямо (тычком), сбоку или режущие сбоку и наотмашь.

Правонарушитель, вооруженный огнестрельным оружием, имеет большое преимущество перед безоружным. Он уверен в своем полном превосходстве. Однако именно в этой уверенности заключается его уязвимость, так как она снижает бдительность. Если правонарушитель не выстрелил сразу, значит, он намерен что-то от вас потребовать. Оружие он применит только тогда, когда почувствует явную угрозу своей безопасности. Следовательно, необходимо всячески стараться отвлечь его внимание, обмануть, перехитрить и сблизиться на дистанцию, позволяющую провести прием.

Любой прием против вооруженного огнестрельным оружием начинается с ухода кратчайшим путем с линии огня, а когда вы оказались вне зоны поражения, следует быстро и решительно атаковать, захватив вооруженную руку с пистолетом или ствол автомата (ружья), либо провести выбивание или вырывание оружия. Во время выполнения захвата вооруженной руки или хвата за оружие, следует учитывать конструктивно технические способности устройства данного оружия, его подвижных деталей и механизмов, в противном случае можно нанести травму своим рукам. Так, во время захвата вооруженной руки с пистолетом, работающему по принципу автоматической перезарядки, не допускать нахождения вашей руки на линии движения затвора, который после выстрела оружия отходит в крайнее заднее положение. Если брать во внимание правонарушителя, вооруженного автоматом, самозарядной винтовкой, пистолетом-пулеметом, то травму может нанести рукоятка затворной рамы оружия.

Проводя оборонительные действия против вооруженного огнестрельным оружием противника, ни в коем случае нельзя проносить ствол мимо себя, необходимо обезопаситься от внезапного выстрела, поднимая его вверх, опуская вниз или направив в безопасную сторону так, чтобы не пострадали третьи лица. При выполнении приема требуется действовать решительно, жестко и быстро. Второй попытки схватить вооруженную руку противника не будет, а также не удастся остановиться на середине пути или изменить первоначальный замысел – слишком велик риск.

При угрозе огнестрельным оружием необходимо придерживаться определенных правил:

1. Оценить обстановку, при этом главным образом определить расстояние до правонарушителя (оружие приставлено в упор; расстояние от 1-го до 2-х метров и более 2-х метров).

2. Усыпить бдительность и попытаться приблизиться на расстояние вытянутой руки к противнику (если дистанция больше 1-го метра до вооруженной руки противника, очень сложно на практике успешно применить какой-либо прием).

3. Уйти кратчайшим путем с линии огня (в сторону – шагом, прыжком; вниз – приседанием, падением, кувырком вперед, назад), отбить оружие с последующим захватом или выбить его ударом руки, ноги на ближней дистанции, выполнить прием, обезвреживающий противника, изъять оружие.

4. На дальней дистанции (более 15 метров) начать перемещение зигзагом, выполнять «маятниковые движения», при этом, извлекая свое оружие и уходя с линии огня кувырком, прыжками (вправо, влево, вперед, назад).

5. В крайнем случае, если сблизиться с правонарушителем не представляется возможным или не имеется при себе оружия, можно попытаться скрыться за деревьями, преградами. Бежать следует зигзагами, резко меняя направление движения, справа налево, присесть, встать.

Помимо работы над совершенствованием необходимых деталей технико-тактической подготовки, важно настроить сотрудника на творческое ведение поединка, во что бы то ни стало выполнить поставленную задачу, для выполнения которой придется проявить волю к победе, настойчивость, дисциплину.

Литература

1. Федеральный закон от 07.02.2011 № 3-ФЗ «О полиции». URL: <http://consultant.ru>.
2. Тарас А. М. Боевая машина: руководство по самозащите. Минск, 1997.
3. Земляной А. С., Кашин С. Н. Основы методики специальной физической подготовки сотрудников органов внутренних дел (на примере боевых приемов борьбы): методические рекомендации. Ставрополь, 2013.

Д. А. Рыбалкин

СТРУКТУРА И ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО БОЕВЫМ ПРИЕМАМ БОРЬБЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ

Одним из эффективных способов изучения курсантами вузов МВД России боевых приемов борьбы могут явиться соревнования, активно проводимые по различным служебно-прикладным видам спорта.

Соревнования – это органическая часть процесса тренировки, призванная приучать к состязательности в спорте, контролировать ход и оценивать результативность тренировочного процесса, а также решать иные организационно-педагогические задачи. При этом участие в соревнованиях любой направленности оказывает многостороннее воздействие на физические и психические качества спортсмена, дает новые знания и опыт [1, с. 153–157].

Несмотря на мощное стимулирующее влияние, в рамках изучения курсантами вузов МВД России боевых приемов борьбы, соревнования не проводятся по причине слабой разработанности структуры и основных этапов соревновательного процесса.

В связи с этим на кафедре физической подготовки Казанского юридического института МВД России ведется научная

работа над созданием правил проведения соревнований по боевым приемам борьбы среди курсантов вузов МВД России. Целью проведения их является определение уровня технической подготовленности и мастерства сотрудников полиции в выполнении боевых приемов борьбы.

Соревнования по боевым приемам борьбы проходят в пяти связанных между собой турах. Каждый тур направлен на демонстрацию бойцом владения определенными видами боевых приемов борьбы. Особенностью соревнований по боевым приемам борьбы является то, что ассистента нужно обязательно задержать (сковать), то есть произвести ограничение свободы передвижения. В связи с этим туры соревнований носят прикладной характер [2, с. 98–102; 3, с. 185–188].

Последовательность туров соревнований по боевым приемам борьбы:

- первый тур «Способы ограничения свободы передвижения ассистента и броски»;
- второй тур «Освобождение от захватов и обхватов»;
- третий тур «Действия в ответ на атаку ударами»;
- четвертый тур «Обезоруживание ассистента от атаки ножом или палкой»;
- пятый тур «Смешанный».

В первом туре соревнований от бойца требуется продемонстрировать весь комплекс способов ограничения свободы передвижения ассистента, а также выполнение бросков с последующим переводом ассистента на загиб руки за спину или произвести болевой контроль. В первом туре боец первым начинает атаковать ассистента, который находится в пассивной стойке (не оказывает сопротивления).

После подачи сигнала арбитром боец начинает демонстрировать владение способами ограничения свободы передвижения и бросков. Вместе с тем все приемы бойца обязательно должны завершаться загибом руки ассистента за спину или произведением болевого контроля. При этом ассистент после завершения приема должен твердо и уверенно принимать исходное положение, а после падения (проведенного броска) – сразу встать и быстро двигаться в сторону бойца.

Кроме того, участник может в движении (влево, вправо, назад, вперед) продемонстрировать технику выполнения бросков с последующим переводом ассистента на загиб руки за спину из положения лежа или сделать болевой контроль (болевое воздействие) на руку или ногу [4, с. 226–230].

Во втором туре соревнований от бойца требуется продемонстрировать способы защиты освобождения от захватов и обхватов с последующим переходом на способы ограничения свободы передвижения или бросков.

Освобождение от захватов и обхватов выполняется по схеме: нанесение расслабляющего удара – освобождение от захвата или обхвата – переход на способы ограничения свободы передвижения и сопровождения. При этом боец может использовать бросок с последующим переводом ассистента на загиб руки за спину из положения лежа или сделать болевой контроль (болевое воздействие) на руку или ногу.

Для начала демонстрации боец во втором туре занимает пассивную стойку. Ассистент занимает боевую стойку и по команде арбитра первым начинает атаковать, для чего в течение 2-х минут без перерывов и пауз быстро и реалистично производит захват или обхват бойца. При этом боец должен продемонстрировать технику освобождения от захватов и обхватов с последующим переходом на способы ограничения свободы передвижения ассистента или бросков. Если боец выполнит бросок, то ассистент должен сразу встать и снова атаковать. При этом арбитр дает четким, громким голосом команды ассистенту о разновидности атак.

При попытке ассистента достать оружие из кобуры (спереди, сзади, из нагрудного кармана) бойцу необходимо пресечь эти действия. Пресечение действий ассистента при попытке обезоружить (изъять оружие из кобуры) выполняется по схеме: фиксация (захват) атакующей руки (рук) ассистента – нанесение расслабляющего удара – переход на прием задержания и сопровождение.

В третьем туре соревнований от бойца требуется продемонстрировать способы защиты и контратаки от ударов ассистента руками и ногами.

Для начала демонстрации боец и ассистент принимают боевые стойки.

По команде арбитра ассистент первым начинает атаковать, а боец должен без перерывов и пауз продемонстрировать технику защиты от ударов с последующими переходами на способы ограничения свободы передвижения или бросков. При этом ассистент должен быстро и реалистично стараться наносить удары. Если боец выполнит бросок, то ассистент должен сразу встать и снова атаковать. После удара рука или нога ассистента должна возвращаться в исходную позицию (боевую стойку) и атаковать снова. Вместе с тем арбитр дает четким, громким голосом команды ассистенту о разновидности атаки.

Защитные действия выполняются от ударов рукой, ногой, с помощью перемещений, уклонов, нырков подставок, отбивов и др. При проведении защитных действий бойцу необходимо сохранять устойчивое и удобное для нанесения ответного удара положение. Защита перемещением необходима для своевременного ухода бойца с линии атаки за счет увеличения (сокращения) дистанции.

В четвертом туре соревнований от бойца требуется продемонстрировать способы защиты и контратаки от ударов ассистента ножом или палкой.

По команде арбитра ассистент должен быстро и реалистично стараться наносить удары как правой, так и левой рукой, а бойцу необходимо без перерывов и пауз продемонстрировать технику защиты от ударов ассистента ножом или палкой с последующими переходами на способы ограничения свободы передвижения или бросков. После удара рука ассистента должна возвращаться в исходную позицию (боевую стойку) и атаковать снова. Если боец выполнит бросок, то ассистент должен сразу встать и снова атаковать. Вместе с тем арбитр дает четким, громким голосом команды ассистенту о разновидности атаки (по команде арбитра «нож», «палка», «пистолет» ассистент должен сразу взять муляж оружия и атаковать). Муляж оружия располагается на ковре возле стола руководителя.

В качестве защитных действий от ударов ножом со средней и дальней дистанции бойцу целесообразно использовать укло-

ны, повороты и перемещения в сочетании с отбивами с последующим захватом вооруженной руки, а на близкой дистанции – подставки и отбивы с последующим захватом вооруженной руки. При выборе защитных действий бойцу необходимо учитывать конфигурацию и размеры оружия с целью обеспечения личной безопасности при проведении обезоруживания.

В качестве защитных действий от ударов предметом со средней и дальней дистанции бойцу целесообразно использовать уклоны, повороты и перемещения в сочетании с отбивами с последующим сокращением дистанции и захватом вооруженной руки, с близкой дистанции – подставки и отбивы с последующим захватом вооруженной руки. При выборе защитных действий бойцу необходимо учитывать размеры, вес и конфигурацию оружия с целью обеспечения личной безопасности при проведении обезоруживания.

Защита от угрозы пистолетом выполняется по схеме: уход из зоны поражения с одновременным отведением вооруженной руки в сторону – выбивание пистолета – нанесение расслабляющего удара – проведение приема задержания – подбор оружия и сопровождение.

В пятом туре боец должен продемонстрировать владение всем комплексом применяемых боевых приемов борьбы, предусмотренным для изучения сотрудниками полиции.

Для начала демонстрации по команде арбитра ассистент должен быстро и реалистично без перерывов и пауз атаковать как правой, так и левой рукой. При этом арбитр дает четким, громким голосом команды ассистенту о разновидности атаки: захваты, обхваты, удары руками, ногами, «нож», «палка», «пистолет». Боец должен продемонстрировать технику защиты от захватов и обхватов, ударов ассистента, в том числе ножом, палкой, а также угроз огнестрельным оружием с последующим переходом на способы ограничения свободы передвижения или бросков.

Если боец выполнит бросок, то ассистент должен сразу встать и снова атаковать. После удара рука ассистента должна возвращаться в исходную позицию (боевую стойку) и атаковать

снова. Муляж оружия располагается на ковре возле стола руководителя ковра.

Оценка демонстрации боевых приемов борьбы выставляется по следующим показателям: техника выполнения приема, разнообразность комбинаций приемов, разнообразность применения боевых приемов борьбы, действия ассистента. Каждый из этих показателей оценивается по шкале от 1 до 5 баллов.

Надеемся, что вышеописанные этапы послужат основой для проведения соревновательного процесса по боевым приемам борьбы среди курсантов образовательных организаций системы МВД России.

Литература

1. Вержбицкий И. В. Моделирование соревновательной деятельности как компонента учебно-тренировочного процесса дзюдоистов на начальном этапе подготовки // Вестник Адыгейского государственного университета. Педагогика и психология. 2010. № 2.

2. Александров А. Н., Столбина Л. В., Морозов С. Н. Способы и причины противодействия раскрытию и расследования преступлений, осуществляемого потерпевшим (свидетелем) // Успехи современной науки. 2016. Т. 3. № 6.

3. Горелов С. А., Лютин Р. М., Симоненко А. В. Комплексная профессионально-прикладная подготовка сотрудников специальных подразделений органов внутренних дел к действиям по предупреждению терроризма в современных условиях // Проблемы развития современной науки: сборник научных статей по материалам I Международной научно-практической конференции. М., 2016.

4. Горелов С. А., Федосеев Г. А. Государственная политика предупреждения и раскрытия преступлений в Республике Крым // Развитие государственности и права в Республике Крым: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Севастополь, 2016.

РОЛЬ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ВУЗОВ МВД РОССИИ

В настоящее время самостоятельные занятия физической культурой и спортом наряду с учебными занятиями приобретают важную роль в процессе физического воспитания курсантов вузов МВД России. В рамках самостоятельных занятий курсанты образовательных организаций системы МВД России лучше усваивают учебный материал, и это также увеличивает суммарное время занятий физическими упражнениями, уменьшает временной интервал процесса физического совершенствования. Это один из путей апробирования физической культуры и спорта в повседневный быт курсанта.

Наряду с плановыми учебными занятиями правильно организованные занятия самостоятельной подготовкой обеспечивают непрерывность и эффективность физического воспитания и самосовершенствования. Занятия спортом в рамках самостоятельной работы безусловно также имеют и воспитательный уклон. Они порождают заинтересованность в спортивной деятельности, воспитывают самообладание, инициативу, силу воли, критическое отношение к самому себе. В этом процессе повышается активность и дисциплинированность занимающихся курсантов.

В 2016 году в Ставропольском филиале Краснодарского университета МВД России было проведено анкетирование «О роли и значении самостоятельной подготовки к занятиям физической культурой и спортом среди курсантов вузов МВД России». Отношение к заданному вопросу, касающемуся физической культуры и спорта, курсанты показали следующим образом: 87,9 % опрошенных 2 курса ответили, что относятся положительно, 9,6 % – отрицательно и 2,5 % – безразлично. В 2015 году [1, с. 52] эти показатели

были иные: 82,3 % респондентов ответили положительно, 14,5 % – отрицательно и 3,2 % – безразлично. Если мы сопоставим эти данные, то они не слишком отличаются, и можно констатировать, что отношение курсантов вузов МВД России к физической культуре и спорту остается на том же уровне. Полученные результаты (87,9 %) свидетельствуют о том, что у большего числа курсантов выработано позитивное предписание относительно занятий по физической культуре и спорту. Однако 9,6 % относятся отрицательно и 2,5 % безразличны к этой сфере деятельности, что вызывает озабоченность и тревогу. И тем более, что процент таких курсантов возрастает от первого курса ко второму – 9,6 и 14,5 %.

При выявлении причин негативного отношения к занятиям физическими упражнениями и отсутствия желания заниматься ими выяснилось следующее [2, с. 47–50]. Первый довод, который приводят респонденты, – это отсутствие свободного времени. Причем дефицит времени возрастает от младших курсов к старшим (1 курс – 20,7 %, 2 – 33,3 %). Возможно, что у курсантов второго курса появляются более привлекательные увлечения и занятия, которым отдается предпочтение в свободное время, а не физической культуре и спорту.

Для того чтобы изменить ситуацию в другую сторону, необходимо выяснить интересы и увлечения курсантов и предложить более современные формы и методы организации занятий физическими упражнениями, которые бы их заинтересовали. 14,1 % участников опроса не испытывают потребности в занятиях физической культурой. Такое же количество курсантов (14,2 %) раньше не занимались физическими упражнениями и боятся начинать. Между этими двумя ответами существует взаимосвязь, так как обучающиеся, не испытывающие потребности в физических упражнениях, как правило, в школьные годы не занимались ими. Следовательно, что для этой группы курсантов безразличны уровень собственной физической подготовки и развития. Родители дома и учителя в школе не привили им интереса к физическим упражнениям, играм и «мышечной радости», которую дают эти занятия. Неожиданными выглядят ответы 37,3 % курсанток на этот вопрос, которые не

испытывают потребности в занятиях физической культурой. Хотя девушкам свойственно заботиться о своем внешнем виде и фигуре, которую можно совершенствовать регулярными занятиями физическими упражнениями и спортом. Однако этого не происходит, и снова приходится трактовать, что у них не сформирована потребность в занятиях физическими упражнениями [3, с. 212].

Определенный интерес представляют ответы на вопросы курсантов в зависимости от анализа их места проживания до переезда в Ставрополь на учебу. Число курсантов, не испытывающих потребности в занятиях физической культурой и спортом из сельской местности, равно 15,4 %, районных городов – 23,7 % и г. Ставрополя – 24,8 %. Исходя из этих данных, наиболее подготовленный контингент – это студенты из деревень и поселков, которые приучены к физическому труду и им доставляет радость занятия физической культурой и спортом. Наиболее проблемными являются районные центры и г. Ставрополь.

В следующем блоке вопросов была поставлена задача выявить виды спорта или упражнения, которые студенты наиболее охотно включают в самостоятельную тренировку. Оказалось, что наибольшей популярностью среди них пользуется легкая атлетика. Она была на первом месте и в опросе 2015 года. Далее идут футбол, баскетбол и спортивная борьба. На последующих местах расположились бодибилдинг, бокс, катание на коньках. Приблизительно одинаковое число курсантов самостоятельно занимаются гандболом и волейболом, значительно меньше – настольным теннисом и плаванием. Значение, придаваемое курсантами легкой атлетике, спортивным играм и единоборствам, очевидно, следует считать результатом популяризации этих средств физической культуры, проводимой в филиале университета.

На вопрос о цели самостоятельных занятий физическими упражнениями респонденты ответили следующим образом: 85 % курсантов занимаются для укрепления здоровья и 15 % для повышения спортивного результата. Полученные данные конкретизируют ценность ориентации курсантов по отношению

к физической культуре и спорту. В ходе анкетирования были получены положительные ответы об улучшении умственной работоспособности после физических упражнений, 63,2 % курсантов дали утвердительные ответы. Это говорит о педагогической концепции согласованности интеллектуальной и двигательной деятельности. Видна работа средств массовой информации и преподавателей, в этом направлении работает весь педагогический коллектив кафедры физической подготовки и спорта.

Ответ на вопрос анкеты: «Хотели бы Вы самостоятельно заниматься физической культурой и спортом?» – позволяет судить о положительном потенциале и возможностях курсантов (89,3 %). В результате анкетирования выявлено, что самыми приемлемыми для курсантов являются 2–3 разовые занятия физической культурой – 76 % ответов.

Ученые уже давно доказали, что тренировочный эффект проявляется после трехразовых занятий, так как при этом начинают улучшаться показатели физического развития и подготовленности. Эти данные еще раз подтверждают, что физическое воспитание и спорт как предмет и самостоятельные занятия следует рассматривать как единый тренировочный процесс.

Полученные результаты исследования позволяют сделать вывод о том, что подавляющее большинство занимающихся положительно относятся к занятиям физической культурой и понимают ее значимость. Однако занятия физическими упражнениями, к сожалению, еще не стали неотъемлемой частью образа жизни курсантов [4, с. 224]. Одной из причин сложившейся ситуации является недостаточная образованность в сфере физической культуры, которая существенно влияет на формирование потребности в самостоятельных тренировках и для этого необходимо проводить и теоретические занятия в рамках дисциплины. В Ставропольском филиале Краснодарского университета МВД России имеются все необходимые условия для привлечения курсантов к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом.

Литература

1. Земляной А. И., Кашин С. Н. Основы методики специальной физической подготовки сотрудников органов внутренних дел: методические рекомендации. Ставрополь, 2013.

2. Кашин С. Н. Совершенствование процесса физической подготовки слушателей факультета профессионального обучения // Совершенствование физической, огневой и тактико-специальной подготовки сотрудников правоохранительных органов. Физическая подготовка и спорт: сборник статей. Орел, 2014.

3. Соловьев Г. М., Кашин С. Н. Физическая культура личности (теория и технология формирования): учебное пособие. М., 2014.

4. Соловьев Г. М., Кашин С. Н. Теория и методика оздоровительной физической культуры в структуре физической самоподготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России: учебное пособие. Ставрополь, 2016.

**М. А. Старков,
М. Н. Соловьева**

ОСОБЕННОСТИ ТАКТИКИ ЗАДЕРЖАНИЯ ПРАВОНАРУШИТЕЛЕЙ СОТРУДНИКАМИ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Деятельность сотрудников органов внутренних дел никогда не была безопасной и легкой. Ежегодно от рук преступника страдают и гибнут тысячи людей. Необученный сотрудник в противостоянии с правонарушителем не только не выполнит свой служебный долг, но и может подвергнуть опасности свою личную безопасность. Боевые приемы борьбы являются составной частью физической подготовки сотрудников ОВД и предназначены для эффективного обезвреживания преступника и отражения нападения.

Задержание – это комплекс мероприятий, проводимых сотрудниками правоохранительных органов, направленный на пресечение совершаемых правонарушений или избежание совершения новых противоправных деяний.

Для соблюдения правомерности задержания и обеспечения общественной и личной безопасности при задержании законодателем предоставлены полномочия сотрудникам полиции на применение физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия в тех случаях, когда «несиловые» способы не обеспечивают выполнение сотрудниками полиции своих обязанностей.

Статистика получения ранений и гибели сотрудников полиции говорит о том, что нередко они уступают правонарушителям в единоборствах, однако все сотрудники полиции должны обладать навыками владения боевыми приемами борьбы и соответствовать физической подготовленности, предъявляемой к ним. Но зачастую уровень физической подготовленности не дает результатов из-за отсутствия тактического подхода.

«Тактика» с древнегреческого языка переводится как «умение располагать силами». В любой обстановке при задержании преступника: высокого или невысокого, худощавого или полного – можно осуществить задержание грамотно и эффективно, зная тактические подходы. Для эффективного осуществления своих полномочий сотруднику необходимо представить тактический алгоритм действий в ситуации, связанной с применением приемов борьбы при задержании правонарушителя [1, с. 376].

Задержание с применением приемов борьбы также называют «силовое задержание». Обычно оно является ответным действием на нападение на сотрудника полиции или граждан, неподчинение законным требованиям представителя власти или сопротивление правонарушителя.

При задержании лица следует учитывать такой тактический подход, как внезапность, неожиданность. Загиб руки за спину толчком, дожим кисти («под ручку») создают внезапный эффект за счет выполнения приема сзади правонарушителя, когда в его поле зрения не попадает задерживающее лицо [2, с. 217]. Рычаг

руки через предплечье также поможет создать эффект внезапности, так как его можно выполнить, подойдя к правонарушителю сбоку. Внезапность может проявляться и в случаях, когда правонарушитель не подозревает о намерении сотрудника полиции задержать первого. Например, прежде чем выполнять такие боевые приемы, как загиб руки за спину рывком, нырком, рычаг руки внутрь и наружу, необходимо действовать неожиданно для правонарушителя (отвести взгляд от преступника, сделать вид, что вы его не замечаете).

Следующий тактический подход – выведение противника из равновесия, сохраняя собственное, снижение уровня сопротивления правонарушителя за счет расслабляющего удара. Выведение из равновесия производится применением бросков через бедро, через спину или применением задней подножки и т. д. Главное при этом направить равновесие противника в противоположную сторону от его силы. Например, правонарушитель сопротивляется при задержании и толкает вас вперед, соответственно, вся его сила направлена вперед, а вывести его из равновесия можно, если на миг поддаться его сопротивлению и потянуть за собой противника, а потом резко начинать движение в сторону последнего. Изменение направления движения на небольшой промежуток времени устранил равновесие противника. Расслабляющие удары стопой в ногу, удар в голень (также выводит из равновесия правонарушителя), удар в печень, область почек, лопаток, в затылок, удар ребром ладони в пах, ладонями по ушам и другие. Эти приемы эффективны в случае даже разных физических способностей как задерживаемого, так и задерживающего [3, с. 112].

Слаженное взаимодействие с напарником – тактический подход, позволяющий не только эффективно выполнить все действия при задержании лица, но и увеличивающий уровень личной безопасности каждого из сотрудников ОВД. Тактика задержания в случае присутствия сотрудника-напарника включает в себя следующие моменты: 1. Заранее необходимо договориться о роли каждого из сотрудников (кто осуществляет непосредственное задержание, а кто создает благоприятные условия для

обеспечения задержания). Это необходимо, чтобы одновременно не начинать выполнять боевые приемы, которые могут создать помехи каждому из сотрудников при выполнении задержания. Например, одновременное выполнение рычага руки наружу не приведет ни к какому успешному результату из-за того, что сотрудники выполнением данного приема будут мешать друг другу. 2. Обговорить действия в случае непредвиденных ситуаций (один из сотрудников получил травму, правонарушитель оказывает сильное сопротивление и вырывается, правонарушитель начал угрожать огнестрельным оружием и т. д.).

В заключение можно сделать вывод о том, что задержание – это неотложное комплексное действие, направленное на кратковременное ограничение свободы лица, подозреваемого в совершении преступления, пресечение его сопротивления и доставление в орган внутренних дел. Внезапность и неожиданность, выведение противника из равновесия и снижение уровня сопротивления правонарушителя, слаженное взаимодействие с напарником – одни из нескольких тактических подходов, позволяющих оперативно действовать при задержании правонарушителя. Важным при задержании является соблюдение мер безопасности.

Литература

1. Шилакин Б. В., Горин К. Ю. Социологический анализ использования сотрудниками органов внутренних дел боевых приемов борьбы в служебной деятельности: сборник материалов III Международной научно-практической конференции. Хабаровск, 2015.

2. Старков М. А., Задорин С. В. О проблеме повышения эффективности выполнения боевых приемов борьбы на занятиях по физической подготовке в вузах МВД России: сборник материалов IX Международной научно-практической конференции. Новосибирск, 2013.

3. Макаров В. М., Журавлев А. А. Самозащита и боевые приемы в деятельности сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации // Полицейская и следственная деятельность. 2015. № 3.

**ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА
ОБУЧЕНИЯ КУРСАНТОВ (СЛУШАТЕЛЕЙ)
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
СИСТЕМЫ МВД РОССИИ**

Сложность и ответственность задач, которые решают сотрудники правоохранительных органов в современных условиях при пресечении различных противоправных действий, определяют принципиально новые требования к личному составу, к системе обучения и профессиональной подготовке [2, с. 282–290]. Практическая деятельность сотрудников ОВД свидетельствует о том, что физическая подготовка является составной частью профессиональной подготовки. В то же время в практической работе в силу ряда объективных и субъективных причин фактически невозможно приобрести устойчивые специальные двигательные навыки и на должном уровне развивать физические качества, если они не были ранее заложены на этапе начального или профессионального обучения в системе образовательных организаций МВД России [4, с. 31–36].

В целях изучения и обобщения опыта педагогической практики было проведено анкетирование среди специалистов по физической подготовке в образовательных организациях МВД России. В процессе анкетирования преследовалась цель выяснить позицию профессорско-преподавательского состава о действующей учебной программе по физической подготовке курсантов (слушателей), ее содержании, соотношении средств общефизической и специальной подготовки, а также методах, обуславливающих создание устойчивого навыка выполнения боевых приемов борьбы [1, с. 63–71; 4, с. 31–36].

В анкетировании приняли участие 43 респондента, имеющих различный стаж педагогической работы в системе образовательных организаций МВД России: 15 % – до пяти лет работы, 37 % – от пяти до десяти лет, 48 % – более десяти лет.

При этом 43 % опрошенных имели спортивное звание мастера спорта и мастера спорта международного класса по одному из видов спортивных единоборств: самбо, дзюдо, вольная борьба, классическая борьба и бокс.

Анализ результатов анкетного опроса позволил констатировать, что лишь 24 % специалистов согласны с требованиями существующей традиционной учебной программы по физической подготовке, а 76 % не удовлетворены ее содержанием и направленностью, считая необходимым ее дальнейшее совершенствование на научной основе. При анализе ответов специалистов по вопросам создания у курсантов (слушателей) устойчивого навыка выполнения боевых приемов борьбы выяснилась следующая проблемная ситуация: практически все респонденты отметили, что в существующих условиях обучения владение боевыми приемами борьбы можно освоить только на уровне умения. При этом 31 % респондентов отмечают недостаточный объем часов, выделяемый на физическую подготовку; 49 % респондентов считают, что в рамках существующей учебной программы уделяется недостаточно времени на изучение и совершенствование боевых приемов борьбы; 20 % специалистов утверждают, что для создания у курсантов устойчивых навыков выполнения боевых приемов борьбы необходима разработка научно обоснованных новых подходов в решении данной проблемы.

На вопрос: «Какой раздел программы по физической подготовке наиболее полно отвечает требованиям развития у курсантов профессионально важных умений и навыков?» – практически все специалисты ответили: «Боевые приемы борьбы». Но при этом 21 % респондентов отметили только приемы самозащиты, 24 % считают, что параллельно с изучением боевых приемов борьбы физические качества должны развиваться и совершенствоваться за счет использования других разделов программы, 55 % – приемы самозащиты в комплексе с развитием физических качеств в рамках учебных занятий по изучению и совершенствованию боевых приемов борьбы.

Мнения специалистов разделились и при определении соотношения средств общефизической подготовки (ОФП), специальной физической подготовки (СФП) и боевых приемов борьбы (БПБ) на учебных занятиях. Все ответы мы разбили на три груп-

пы. Специалисты самой многочисленной группы (57 %) считают, что это соотношение должно быть 25, 15 и 60 % соответственно. Вторая группа (23 %) предлагает увеличить объем средств ОФП и СФП, соответственно, до 30 и 20 %, так как достаточно высокий уровень развития физических качеств может компенсировать недостаток технико-тактической готовности, который в данном случае составляет 50 %. Третья группа респондентов (20 %) считает, что данное соотношение должно быть 10, 15 и 75 %, обосновывая это тем, что при дефиците времени, отводимого на освоение раздела «Боевые приемы борьбы», основной объем ОФП должен быть вынесен на самостоятельную подготовку.

Ранжируя физические качества по значимости и распределению объема времени, отведенного на их совершенствование, респонденты на первое место поставили силовые способности – 31 %, выносливость – 24 %, координационные способности – 20 %, быстрота – 18 % и гибкость – 7 %.

Практически все респонденты отметили необходимость включения в учебную программу по физической подготовке разделов, направленных на обучение курсантов приемам владения специальными и подручными средствами, приемам защиты от их применения, а также тактике действий в различных ситуациях, требующих физического противодействия. В то же время высказывались сомнения, как впишутся данные разделы во временные рамки существующей программы. Некоторые специалисты отметили значительный недостаток научно-методической литературы по данным разделам подготовки.

Мнения респондентов разделились при ответе на вопрос о том, какие броски целесообразно включать в программу обучения курсантов. В общей сложности было названо 17 бросков. 72 % ответивших предлагают при обучении приемам выполнять их в разных направлениях, то есть вперед, назад и в стороны. Отвечая на вопрос: Как необходимо осваивать технику проведения приемов – в одну или в обе стороны? – большинство (74 %) специалистов считают, что в одну, наиболее удобную для обучаемого сторону, а 26 % утверждают, что лучше реализовывать в обе стороны.

Что касается изучения курсантами приемов задержания (болевые приемы в стойке), то 63 % респондентов предлагают изучать все приемы задержания, а 21 % – два-четыре приема, наиболее рациональные и эффективные для применения в боевой обстановке, 16 % – только один прием, но применительно ко всем возможным ситуациям, в которые может попасть сотрудник. Большинство опрошенных (89 %) уверены, что приемы задержания необходимо изучать в обе стороны, так как угроза может возникнуть с различных сторон.

В ходе исследования выявлено, что традиционные средства и методы физической подготовки, предусмотренные действующей учебной программой, не способствует повышению уровня физической подготовленностью курсантов и не обеспечивают в должной мере формирования у них устойчивого навыка применения боевых приемов борьбы. Применяемые в процессе учебной программы физические нагрузки являются недостаточно высокими, а нормативные требования по своей направленности не отражают в полной мере прогрессирующего характера. При исследовании эффективности практики применения боевых приемов борьбы было выявлено, что болевые приемы в стойке целесообразно изучать и совершенствовать в правую и левую сторону, а броски – в одну сторону в соответствии с основным захватом.

Подводя итог нашему исследованию, следует отметить единое мнение всех респондентов, которые согласны с тем, что учебная программа по дисциплине «Физическая подготовка» нуждается в коренном реформировании с учетом современного роста преступности и анализа выполнения оперативно-служебных и служебно-боевых задач профессиональной деятельности сотрудников правоохранительных органов.

Литература

1. Андреев А. А., Росадюк В. С., Струганов С. М. Инновационные взгляды на повышение профессионально-прикладных качеств курсантов и слушателей образовательных

организаций и сотрудников силовых ведомств // Вестник Восточно-Сибирского института МВД России. 2016. № 3 (78).

2. Ахматгатин А. А. Теоретические аспекты профессионально-прикладной физической культуры курсанта образовательного учреждения МВД России // Труды Нижегородского государственного технического университета им. Р. Е. Алексеева. 2010. № 1 (80).

3. Струганов С. М., Стародубцев В. В., Бакин А. В. Актуальные проблемы дисциплины «Физическая подготовка» в образовательных организациях силовых ведомств // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: материалы XVII Международной научно-практической конференции, посвященной 70-летию Победы в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг. и празднованию 20-летия образования кафедры физической подготовки. Иркутск, 2015.

4. Струганов С. М. Внедрение инновационных технологий в учебный процесс высших образовательных заведений МВД России для подготовки высококвалифицированных специалистов // Вестник Восточно-Сибирского института МВД России. 2012. № 1 (60).

**С. В. Усков,
Ю. А. Коваленко**

ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЙ РАЦИОНАЛИЗМ – ОБЪЕКТИВНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ РУКОПАШНОЙ ПОДГОТОВКИ СОВРЕМЕННОЙ СИСТЕМЫ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ ПОЛИЦИИ РОССИИ

В исследовании проведен анализ биомеханики и психофизиологии, а также специфики способов формирования технико-тактических навыков традиционного каратэ-до в проекции использования данных методологий при работе с курсантами вузов МВД России.

Посредством изучения учебно-воспитательного процесса и обобщения опыта развития и совершенствования каратэ-до как

педагогической системы можно утверждать, что педагогика этого направления единоборств накопила огромный и самодостаточный дидактический потенциал, эмпирически апробированный в течение своего развития, использование которого может позволить выработать абсолютно новую теорию и методологию отечественного профессионально-спортивного образования МВД.

Это в свою очередь вызвано тем, что современные требования к рукопашной подготовке курсантов вузов МВД России доказывают острую необходимость инновационного развития и совершенствования педагогической системы данного, достаточно специфического и сложного составляющего аспекта всего учебно-воспитательного процесса высшей школы полиции России.

В последнее время уже практически не возникает дискуссий по поводу того, что мы живем в быстро меняющемся мире. Но есть социально-философские аспекты, предопределяющие не только особенно быстрые изменения во всех сферах жизнедеятельности человечества, но и глобальные переориентации целеполагания развития мировой политической системы. На рубеже первого десятилетия XXI века к власти в нашем государстве пришли патриотически ориентированные лидеры – Владимир Владимирович Путин, Дмитрий Анатольевич Медведев и др. Российская Федерация как государство взяло курс на восстановление биполярного мирового сообщества (утраченного после политического уничтожения в 1991 году Советского Союза).

Помимо военно-политической поддержки стран – потенциальных союзников России (Таджикистан, Сирия и пр.), началась «реконкиста» (возвращение временно отошедших территорий). Боевые операции в Чечне и Южной Осетии, присоединение Крыма, миротворческий контингент в Приднестровье, экономическая и политическая помощь Донбассу наглядно доказывают, что Россия встала на путь выполнения своей исторической миссии не просто всерьез и надолго, а навсегда.

Учитывая вышесказанное и то, что в российских «ограниченных военных контингентах по принуждению к миру» участвуют и подразделения полиции оперативного назначения, необходим инновационный пересмотр как методологии, так и всей

целеустановки профессионального образования системы высшей школы полиции России. В нашем случае это касается одного из профилирующих учебных предметов вузов МВД – «Физическая подготовка». Ведь одно дело проводить силовое задержание хулигана, и совсем иное – физически «успокаивать» «карателей» или террористов.

В данном исследовании мы предлагаем рассмотреть и показать перспективность формирования технико-тактических навыков рукопашной подготовки у будущих офицеров полиции на основе «крайне жесткой, и вместе с тем до максимума упрощенной системы. Характерными особенностями окинава-тэ (каратэ-до) являются простота и надежность, предельный рационализм в действиях, ударно-силовой характер техники и атакующе-опережающая («кинжальная») тактика. Тактически бой строится на упреждающем, максимально коротком по временным показателям двигательном действии (так называемые психофизиологические принципы акции-реакции и реакции опоры), а также на чудовищной силе удара, которая совершенствуется благодаря уникальным, присущим исключительно окинава-тэ биомеханическим принципам работы скелетно-мышечной системы организма («пульсация», «вибрация» и пр.)».

Целью исследования является то, что нам в силу личного научно-педагогического [1, с. 98–101; 2, с. 49–50; 4, с. 14–18] и спортивного опыта представляется возможным предложить пути формирования инновационной педагогической технологии рукопашной подготовки курсантов вузов МВД, основанной на одной из наиболее простых и рациональных в технико-тактическом аспекте, учебно-воспитательной системе. Речь идет о каратэ-до староокинавского (традиционного) направления.

Результаты исследования показали, что в спортивной педагогике под понятием рационального технико-тактического двигательного действия подразумевается простота и надежность техники и тактики его применения. Вместе с тем специфические условия формирования каратэ-до как боевой системы изначально определили набор технико-тактических действий, позволяющих за максимально короткий промежуток времени исключить физическую активность любого противника. Эти

двигательные действия представляют собой некий технический и тактический фундамент, благодаря которому каратэ-до является исключительно приспособленным видом единоборств для ведения боестолкновения в экстремальных обстоятельствах «уличного» поединка.

Общеизвестно, что скорость и сила – это два взаимосостовляющих, а при грамотном педагогическом подходе и взаимодополняющих физических качества. Вместе с тем вне зависимости от психофизиологических свойств (соотношения мышечных волокон, скоростных качеств ЦНС и пр.) быстрота достижения цели удара или захвата зависит от траектории движения. Естественно, что прямолинейный вектор приложения силы будет всегда иметь преимущество по временным показателям. То есть прямой удар всегда на микросекунды быстрее удара сбоку, снизу, наотмашь и пр. То же самое относится и к тактическому использованию двигательного действия. Атакующие «кинжальные» или «вразрез» тактики – максимально скоростные.

Доктор И. Йорга [3, с. 54] в своих исследованиях функциональных аспектов учебно-воспитательного процесса старокинавского каратэ-до сравнивает двигательное действие мастера каратэ-до с искрой, высеченной от удара двух камней.

Оперируя исследованиями [1, с. 98–101], можно определить основные психофизиологические аспекты каратэ-до, позволяющие говорить о наиболее рациональном и реалистичном предопределении технико-тактических двигательных действий данного вида единоборств:

1. Неустойчивые боевые позиции приводят к слабой и нерациональной технике ударов и защит, что в свою очередь ослабляет физиологическую мощностъ двигательного действия и его временные показатели в поединке.

Помимо внешней технической стороны, боевые позиции каратэ-до определяются сформированностью достаточно специфических психофизиологических («энергетических») качеств. Данные качества позволяют использовать позиции в максимально возможном, по показателям физиологической мощности, режиме работы скелетно-мышечной системы организма.

2. Передвижения в каратэ-до обуславливаются в первую

очередь «срывом» дистанции или уходом в сторону – вперед с одновременной атакой. В боестолкновении это определяется оперативным выходом на тактически необходимую дистанцию. То есть здесь идет речь о непосредственном рационализме и реалистичности техники и тактики поединка. Данное техническое двигательное действие невозможно выполнить «мгновенно» без биомеханических принципов каратэ-до староокинавских направлений: «реакции опоры, маятника и цилиндра».

Итак, передняя нога производит короткое (не более четверти стопы), но максимальное по временным показателям двигательное действие к себе («подтяжка»). Практически одновременно происходит двигательное действие вперед, через навал на переднюю ногу, задней ноги. Передняя нога через толчок как бы вырывает заднюю ногу вперед. По аналогии двигательные действия происходят при перемещении назад либо в сторону.

3. Ударное двигательное действие рукой по прямой траектории производится в центральную ось симметрии тела на основе биомеханических принципов староокинавского каратэ-до: «ротации, контрротации, вибрации, пульсации и реакции опоры». Локти и предплечья проходят в притирку с боковой поверхностью корпуса. Происходит вращательное движение кулаков, так называемый эффект ввинчивания: ударный кулак в тело противника, реверсивный кулак на пояс. Локоть ударной руки при этом не вращается, он постоянно направлен вниз, корпус по возможности ровный, плечи (если не ближняя дистанция) опущены.

4. В первой фазе двигательного защитного действия, а также ударов рукой изнутри наружу и снаружи внутрь, скелетно-мышечная система «сжимается» (если траектория изнутри – наружу), или разжимается (если снаружи – внутрь) – принцип пульсации. Во второй фазе все происходит с точностью наоборот, и тело переходит в «верхний ноль». В заключительной фазе опять все меняется местами, и тело в момент контакта с противником уходит в «нижний ноль». Локти обеих рук постоянно находятся рядом с телом, не теряя с ним психофизиологической («биоэнергетической») связи. Локоть ударной (блокирующей) руки в окончательной фазе всегда в одной плоскости с бедрами. Кулаки обеих рук вращаются синхронно по принципу «ввинчивания».

5. Основой максимально рациональной и реальной ударной техники нижних конечностей в каратэ-до является предельно возможная надежная устойчивость и сбалансированность опорной ноги. Она должна быть хорошо «загружена», то есть достаточно согнута в голеностопном и коленном суставах.

Не менее важна и траектория возврата ноги после удара. За счет того, что нога с максимально возможной скоростью после ударного действия сокращается в коленном и тазобедренном суставах, происходит «принцип хлыста», то есть в организме противника совершается своеобразный взрыв. Летальный исход в данном случае неизбежен. Вообще критерием удара в каратэ-до является падение противника на мастера, а не от него.

6. Броски, подножки, подсечки, болевые, удушающие и иные технические действия, используемые в дзю-до, айки-до, самбо и других видах борьбы применяются и в каратэ-до. Существует даже отдельный методический раздел («наге-ваза»), в котором изучаются и совершенствуются данные технические двигательные действия. Надо отметить, что и в прикладных направлениях спортивной борьбы используется ударная техника. Но если в традиционном дзю-до или боевом самбо удары носят скорее вспомогательную тактическую цель – срыв дистанции и подготовка к выходу на захват, то в окинава-тэ броски и подсечки гармонически вплетаются в боевые связки и несут тактическую нагрузку в виде финта либо как предзавершающее техническое действие окончательного удара («тодомэ-ваза»).

Далее мы предлагаем несколько основных принципов использования технико-тактических навыков каратэ-до непосредственно в поединке. Данные принципы основываются на современных исследованиях спортивной физиологии, биомеханики и спортивной психологии [3, с. 54; 5, с. 132–138].

1. Ответно-опережающий импульс. Когда шинам каратэ-до выполняет двигательное действие в реальном поединке на поражение, то его очень сложно визуально зафиксировать.

Скоростные показатели технико-тактических действий в каратэ-до определяются использованием опоры и пульсацией. Каратист всегда применяет психофизиологическую взаимосвязь своего общего центра тяжести с полом (опорой). Без физическо-

го и психологического (уровень подсознания) толчка от опоры невозможно максимальное по временным показателям атакующее или контратакующее двигательное действие.

Мгновенно, в рамках долей секунды, сжатие – расжатие скелетно-мышечной системы в вертикальных и горизонтальных плоскостях приводит к мощному толчку от опоры, что дает возможность каратисту адекватно, на уровне антиципации и с опережением, реагировать на движения противника. Подобная «работа» была единственно возможной у самураев средневековья, когда один удар меча решал вопрос жизни и смерти.

2. Максимально (по временным и силовым показателям) возможный эффект объединенного психофизиологического воздействия является основной целью интегральной, то есть психологической и технико-тактической подготовки в каратэ-до.

Нишияма отмечает, что «любое движение тела зависит от характера и степени расслабления и сокращения мышц. Существует много факторов, определяющих силу мышц. Основные из них: сила удара прямо пропорциональна степени мышечного расслабления и сокращения (принцип пружины – чем больше сжата пружина, тем с большим усилием она распрямится; и сила удара обратно пропорциональна времени его выполнения, она определяется скоростью сокращения и расслабления мышц (говоря языком физики, мощность удара равна произведению массы и квадрата скорости тела, выполняющего этот удар)».

Другими словами, для того чтобы удар производил эффект «проникновения» в тело противника, необходимо, чтобы масса всего тела атакующего и его энергия были сконцентрированы на ударной точке конечности.

3. Тайминг (от англ. timing) – это психофизиологические принципы тактической подготовки каратэ-до. Они предполагают своевременность выполнения техники двигательного действия и проявляются, по мнению И. Йорга, в двух видах: «Выполнение атаки в момент, когда замечена психологическая неуверенность противника. Как только вы достигли нужной дистанции, необходимо атаковать, а не убегать назад. Если вы промедлите, то удар нанесет ваш противник. Выполнение контратаки, когда во время нападения противника у него наступит психологическая

неуверенность. Проявляется в нескольких разновидностях: тактика работы на опережение, выполнение атаки в момент, когда мы чувствуем у противника его психологическую неуверенность или «психологическую сдачу», как ее называл Хидетака Нишияма. Это значит, что мы почувствовали, что противник, готовясь к нападению, не уверен в его положительном, победном завершении, поэтому такая неуверенность перед самым физическим действием дает возможность для нашей реакции; принцип работы на опережение, но реакция в момент начала нападения противника, когда замечена его неуверенность; контратака в конце нападения противника, между двумя нападениями или блокированием первого, прежде чем начнется следующее нападение».

4. Маай (яп. «дистанция»). Этим определением очерчивается рабочая дистанция или оперативное тактическое пространство.

Как считают исследователи профессиональной подготовки и мастера единоборств [2, с. 49–50; 5, с. 132–138], один из основных тактических аспектов в поединке – это своевременный выбор оперативного расстояния. В случае психологической нерешительности, как правило, происходит несвоевременный и неправильный выход в оперативную зону поражения. А это в свою очередь приводит к тому, что даже самый максимальный по временным показателям удар или захват не будет способствовать положительному результату.

Осуществляемое двигательное действие принесет положительный результат в случае его выполнения на наиболее тактически грамотной дистанции. Она может быть: наличествующей дистанцией; индивидуальным наиболее рациональным расстоянием, дающим возможность производить максимально рациональные технико-тактические действия; наиболее целесообразной дистанцией, позволяющей эффективно проверять возможности ЦНС противника (его навыки задействования ответно-опережающего импульса).

В поединке крайне важно также учитывать и личностный, наиболее рациональный объем реакции, и зону двигательной операции. Дистанцию нужно выбирать так, чтобы наиболее рационально можно было произвести удар либо захват, а также своевременно уйти из оперативной зоны поражения противника.

В заключение хотелось бы отметить, что данное исследование не претендует на безоговорочное следование предложенной теории формирования технико-тактических навыков рукопашной подготовки у курсантов вузов МВД России. Авторы с уважением относятся к иным, в том числе ныне существующим педагогическим системам развития данных, очень специфических навыков. Эта работа является частью научного поиска по совершенствованию рукопашной подготовки молодых людей, чья будущая профессиональная деятельность вызывает уважение и стремление по мере сил способствовать уменьшению потерь среди личного состава.

Литература

1. Баранов М. В. Характеристика эффективности индивидуализированной технико-тактической подготовки спортсменов каратэ-до с учетом стилей ведения поединков / М. В. Баранов // Слобожанський науково-спортивний вісник: збірник наукових праць. 2012. № 2.

2. Буткевич С. А. Актуальные вопросы подготовки сотрудников специальных подразделений ОВД к действиям в чрезвычайных ситуациях // Становление личности профессионала: перспективы и развитие: материалы III Всеукраинской научно-практической конференции. Одесса, 2010.

3. Йорга И. Традиционное Фудокан каратэ – мой путь. Севастополь, 2002. Ч. 2.

4. Коваленко Ю. А., Усков С. В. Теория интегральной тренировки как квинтэссенция спортивной дидактики // Физическая культура, спорт – теория и практика. 2016. № 1.

5. Тациян А. А., Белозорова Ю. Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

**ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ
И ПУТИ ЕЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ**

При выполнении задач по охране общественного порядка и борьбы с преступностью полиции несвойственно ведение боевых действий. Задача полиции – осуществлять задержание правонарушителей, правомерно применяя приемы силового воздействия. Полиция в России – система государственных органов исполнительной власти, призванная защищать жизнь, здоровье, права и свободу граждан, собственность, интересы общества и государства от преступных и иных противоправных посягательств и обладающая определенными правами применения мер принуждения.

В процессе решения задач по охране общественного порядка и борьбы с преступностью сотрудникам полиции чаще всего приходится действовать в ситуациях, в которых правонарушители оказывают неповиновение законным распоряжениям и требованиям. В подобных конфликтных ситуациях в деятельности полиции преимущество отдается несильным способам воздействия на правонарушителей путем ведения переговоров и, как крайняя мера, применяются приемы рукопашного боя, специальные средства и огнестрельное оружие, то есть меры силового воздействия.

К другой группе типовых ситуаций относятся ситуации, в которых сотрудникам приходится осуществлять непосредственно силовое воздействие. Необходимость подобных действий возникает, когда при задержании правонарушители могут оказать сопротивление или скрыться. Для проведения подобного задержания осуществляется планирование операции по задержанию, основной задачей которой является упредить сопротивление и возможность скрыться, а основными элементами планирования является определение сил, их взаимодействие и внезапность действий.

Нестабильность выполнения приемов задержания сотруд-

никами полиции при задержании правонарушителей вызывает поиск новых подходов к усовершенствованию системы подготовки. При выполнении сотрудниками полиции задержания правонарушителей эффективность их действий напрямую зависит, в том числе и от физической подготовленности, которая позволяет полицейским избегать опасных положений, нейтрализовать возможное преимущество нарушителя (рост, вес и т. п.), значительно снизить травматизм. В зависимости от сложности разрешения конфликтной ситуации переход к применению приемов задержания без комплекса специальной подготовки может представлять для сотрудников полиции большие затруднения и риски получения травм и потери боеспособности [1, с. 154].

Разнообразные конфликтные ситуации в оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции, ситуации, в которых возникают основания применения силовых приемов, специальных средств и огнестрельного оружия, следует относить к экстремальным ситуациям. Экстремальные ситуации являются разновидностью чрезвычайных ситуаций, то есть превосходящих обычные, в которых действия по пресечению правонарушений связаны с опасностью.

Оперативно-служебную деятельность сотрудников полиции, связанную с действиями в экстремальных ситуациях, предлагается именовать служебно-боевой деятельностью, а подготовку к этой деятельности – профессионально-прикладной подготовкой.

Понятие «боевой» означает «относящийся к ведению боя». При ведении боя уничтожается живая сила и техника противника. В вооруженных силах боевая подготовка – это система мероприятий по обучению и воинскому воспитанию личного состава, слаживание подразделений, частей, соединений и вооруженных сил для ведения боевых действий.

При выполнении задач по охране общественного порядка и борьбе с преступностью полиции несвойственно ведение боевых действий. Задача полиции – осуществлять задержание правонарушителей, правомерно применяя приемы силового воздействия.

Таким образом, понятием «служебно-боевая деятельность» подчеркивается специфика деятельности полиции и отличие ее от боевой деятельности военнослужащих.

Закон Российской Федерации «О полиции» предусматривает понятие «боевые приемы борьбы», посредством которых пресекаются преступления и административные правонарушения, задерживаются лица их совершившие с применением и использованием силовых приемов, специальных, подручных средств и огнестрельного оружия.

Как нам представляется, понятие «боевые приемы борьбы» не в полной мере отражает сущность действий сотрудников полиции по пресечению правонарушений и задержания лиц их совершивших с применением насильственных действий. Как отмечалось, понятие «боевая» относится к деятельности вооруженных сил. Полиции же свойственна служебно-боевая деятельность. Ведение борьбы как длительной по времени схватки также не свойственно сотрудникам полиции. При планировании силового задержания правонарушителей должны рассчитываться силы и средства так, чтобы задержание проходило без борьбы, с минимальной затратой времени и с нанесением минимального вреда здоровью задерживаемому, с соблюдением мер личной безопасности сотрудников полиции.

Учитывая сказанное, предлагается именовать приемы, посредством которых пресекаются правонарушения и задерживаются лица их совершившие с применением мер силового воздействия, «служебно-боевыми приемами». Введение этого понятия устанавливает его преемственность с понятиями «служебно-боевая деятельность» и «профессионально-прикладная подготовка».

К наиболее значительным экстремальным ситуациям, действия в которых требуют привлечения значительных сил и средств полиции, а иногда и других силовых структур, относятся операции по пресечению массовых беспорядков, задержания вооруженных и иных особо опасных преступников в различных условиях, освобождения заложников и ряд других. Подобные операции принято называть специальными. Одним из ведущих условий готовности органа внутренних дел к проведению специальных операций является наличие оперативных планов на виды экстремальности, свойственные для данного региона, и высококвалифицированное управление силами и средствами при введении в действие того или иного плана. Однако результативность действий при проведении специальных операций зависит

не только от высоко квалифицированного управления силами и средствами, но и от готовности каждого сотрудника к реализации оперативных планов и решений вышестоящих начальников.

Следует отметить, что поддержание высокого уровня готовности ОВД к проведению специальных операций является важной задачей. Однако потребность в проведении специальных операций возникает относительно редко. Вместе с тем повседневная деятельность различных служебных нарядов, оперативных служб полиции зачастую связана с деятельностью в экстремальных ситуациях, эффективность действий в которых зависит от принятия оптимальных тактических решений и готовности к их реализации.

От готовности к действиям в экстремальных ситуациях зависит не только эффективность действий по пресечению правонарушений и задержанию лиц их совершивших, но и личная безопасность сотрудников полиции. Учитывая это, профессионально-прикладная подготовка является одним из важных разделов профессиональной подготовки сотрудников полиции, как в образовательных учреждениях МВД Российской Федерации, так и непрерывно в процессе профессионально-прикладной подготовки в органах внутренних дел.

Профессионально-прикладная подготовка включает в себя тактическую, профессионально-психологическую, правовую подготовку к применению мер силового воздействия, физическую и огневую подготовку, подготовку к применению специальных средств, средств связи, автомобильную и другие виды подготовки, которые определяются спецификой деятельности отраслевых служб, их подразделений и специальностью отдельного сотрудника.

Сотрудники полиции той или иной отраслевой службы, наряду с комплексом знаний, умений и навыков, позволяющих выполнять свои функциональные обязанности, должны:

- уметь в экстремальных ситуациях оперативно-служебной деятельности принимать оптимальные решения;
- иметь навыки профессионального общения с различными категориями граждан;
- уметь пресекать противоправные действия, в том числе с применением силовых приемов, специальных средств, с применением и использованием огнестрельного оружия.

Эти стороны подготовленности формируются в первую очередь в процессе профессионально-прикладной подготовки.

Как нам представляется, ведущей стороной профессионально-прикладной подготовки является тактическая подготовка сотрудников полиции к действиям в экстремальных ситуациях, которая базируется на правовой, профессионально-психологической, физической, огневой и других сторонах подготовки, обеспечивающих результативность действий в экстремальных ситуациях.

Имеется значительное количество примеров, когда сотрудники полиции из-за отсутствия полноценной тактической подготовки неэффективно действуют в составе служебных нарядов и групп оперативного построения при проведении специальных операций, а нередко и гибнут или получают тяжкие телесные повреждения.

По нашему мнению, одним из главных источников совершенствования тактической подготовки к действиям в экстремальных ситуациях должны стать исследования действий сотрудников полиции в подобных ситуациях, проводимые на современном организационно-методическом уровне. Аналитические обзоры этой работы должны систематически публиковаться и использоваться в учебном процессе в образовательных организациях МВД России, а также изучаться на занятиях по служебной подготовке в ОВД.

Большое значение в профессионально-прикладной подготовке сотрудников полиции имеет практическая правовая подготовка к действиям в экстремальных ситуациях. Правовая подготовка должна совершенствоваться на занятиях по тактике действий сотрудников полиции в экстремальных ситуациях, по физической и огневой подготовке.

В соответствии с Федеральным законом от 07.03.2011 № 3-ФЗ «О полиции» применение силовых приемов, специальных средств и огнестрельного оружия является крайней мерой, когда несиловые способы не обеспечивают выполнение возложенных на полицию обязанностей. Учитывая это, важнейшим элементом профессиональной подготовки является формирование навыков профессионального общения с различными категориями граждан, в частности, навыков пресечения право-

нарушений и задержания лиц их совершивших, не прибегая к применению приемов силового воздействия. Формирование подобных навыков должно осуществляться в процессе профессионально-психологической подготовки.

Имеется немало примеров, когда из-за отсутствия навыков профессионального общения с различными категориями граждан сотрудники полиции сами провоцировали на себя нападение.

Важным разделом профессионально-психологической подготовки является волевая подготовка к действиям в экстремальных ситуациях, которая может осуществляться в процессе физической и огневой подготовки, овладение приемами аутогенной тренировки и другими профессионально важными навыками и качествами.

Последние годы в структуре ОВД существуют психологические службы и психологические лаборатории. Как нам представляется, одной из основных задач этих подразделений, а также кафедр юридической психологии образовательных учреждений МВД России должно стать совершенствование системы профессионально-психологической подготовки сотрудников полиции.

Физическая и огневая подготовка сотрудников полиции является одной из главных сторон профессионально-прикладной подготовки, так как в крайних по сложности ситуациях служебно-боевой деятельности, связанных с отражением нападений и задержанием правонарушителей, оказывающих активное сопротивление, в том числе и вооруженное, перед сотрудниками стоит задача задержать их, эффективно применяя силовые приемы, специальные средства и огнестрельное оружие, не превышая пределов необходимой обороны и мер для задержания лиц, совершивших преступление. Высокий уровень физической и огневой подготовленности сотрудников полиции является важнейшим условием успешного решения служебно-боевых задач и их личной безопасности.

Физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел отличается от физической подготовки специалистов других профессий. Это обусловлено спецификой деятельности сотрудников – им приходится обеспечивать безопасность граждан,

в том числе в условиях непосредственного силового противостояния. Поэтому физическая подготовка в системе МВД России – это одна из главных составляющих профессиональной подготовки кадров, формирующая их психофизическую готовность к эффективному решению оперативно-служебных задач по силовому пресечению правонарушений и задержанию лиц их совершивших [2, с. 68]. Применение физической силы становится все более обычным делом в деятельности сотрудников органов внутренних дел [3, с. 60].

В современных условиях необходимо развитие профессионального мышления преподавателя, обуславливающего готовность к профессиональной деятельности в условиях инновационной среды [4, с. 103–104]. Так как главную роль при проведении практических занятия играет руководитель, то есть инструктор-преподаватель, от его правильного рассказа и показа зависит результат [5, с. 229–231].

В целях определения путей совершенствования программного и методического обеспечения физической подготовки сотрудников полиции необходимо проанализировать официальные программные и методические документы и выработать концепцию физической и огневой подготовки.

Положительные результаты по развитию необходимых физических качеств возможны на основе оптимального подбора средств, методов и форм обучения, высокого уровня практической и методической подготовленности преподавателей, инструкторов, а также повышения качества и эффективности проведения учебных занятий [1, с. 156].

Литература

1. Хуштов А. В., Хажироков В. А. Применение методов круговой тренировки на практических занятиях для сотрудников ОВД // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

2. Карданов А. К. Организация взаимодействия между региональными органами МВД России и образовательными ор-

ганизациями МВД России по совершенствованию физической подготовки сотрудников, направляемых на профессиональное обучение // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

3. Кодзоков А. Х. Применение физической силы в профессиональной деятельности сотрудников ОВД и ее правовая адаптация // Успехи современной науки и образования. 2016. № 5. Т. 1.

4. Мешев И. Х. Актуальные вопросы формирования научно-методической компетентности преподавателей вузов в процессе повышения квалификации // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 2.

5. Хажировов В. А. Особенности применения на практических занятиях методов круговой тренировки для сотрудников ОВД // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2015. № 3 (4).

К. Ю. Хаченкова

ПОВЫШЕНИЕ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ ЖЕНСКОГО ПОЛА ДОПОЛНИТЕЛЬНЫМИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Одной из целей физической подготовки является обеспечение высокой работоспособности. Задачи физической подготовки сотрудников органов внутренних дел решаются на занятиях по профессиональной служебной подготовке. Согласно Наставлению по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации практические занятия по физической подготовке с сотрудниками органов внутренних дел должны проводиться не реже одного раза в неделю и продолжительностью не менее двух часов [1, с. 382; 2]. Однако, как правило, занятия проходят не более одного раза в неделю и на них в рамках профессиональной служебной физи-

ческой подготовки отрабатываются в основном боевые приемы борьбы и упражнения, необходимые для выполнения контрольных упражнений общей физической подготовки. Необходимо учитывать, что нагрузка один раз в неделю несет поддерживающий характер. В то же время Всемирная ассоциация здравоохранения рекомендует взрослым людям (от 18 лет до 65 лет) не менее 150 минут физической активности умеренной и высокой интенсивности в неделю, которая направлена на улучшение или поддержание одного или нескольких компонентов физического состояния [3, с. 272; 4, с. 132–138].

Сотрудникам полиции необходимо обладать необходимым уровнем физической подготовленности, определенным Наставлением по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации. На данный момент среди сотрудников полиции много женщин. Следует учитывать, что женщины более, чем мужчины, подвержены набору лишнего веса, в частности, после родов, гормональных сбоев, в том числе с наступлением менопаузы. При этом они, как сотрудники полиции, обязаны выполнять контрольные упражнения, соответствующие уровню Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации.

Чтобы не только поддержать уровень двигательной активности и сохранить оптимальный уровень работоспособности, улучшить свой уровень физической подготовленности, компенсировать отсутствие двигательной активности самостоятельными занятиями.

Тогда встает вопрос: где же и как заниматься? Сейчас достаточно широко развита сеть фитнес-клубов. Поэтому одним из средств дополнительных занятий физическими упражнениями является посещение фитнес-клуба. Почему именно фитнес-клуба?

Занятия в спортивной секции предполагают выполнение определенных требований для конкретного вида спорта, а также высоких достижений, и занимаются в них спортсмены. Занятия в домашних условиях не всегда удобны, в частности, из-за расслабляющей атмосферы.

В то же время посещение фитнес-клуба – довольно популярный в последнее время вид времяпровождения, досуг. Если углубиться в теорию того, что такое фитнес, то окажется, что это целая наука, исследующая механизмы двигательной активности человека и ее влияние на организм. Целью занятий фитнесом является улучшение показателей силы, гибкости и выносливости за счет накопления пластических и энергетических веществ. При этом человеческий организм функционирует, обеспечивая полноценный физический и психологический комфорт.

В современных фитнес-клубах есть не только тренажерный зал, но и так называемая кардио-зона, которая включает в себя беговые дорожки, велотренажер и др., а в некоторых фитнес-клубах есть еще и бассейн. Таким образом, у человека есть выбор: заниматься силовой подготовкой и повышать какие-либо показатели или просто улучшать свое здоровье.

Регулярные занятия физической деятельностью помогают:

1) сохранить и улучшить функциональное состояние здоровья;

2) укрепить общий иммунитет – фитнес ускоряет обмен веществ и улучшает иммунитет, помогая организму бороться с гриппом и простудой;

3) предотвратить риск возникновения возрастной дистрофии сетчатки, что очень актуально для тех сотрудников, которые много времени проводят, работая с документами;

4) улучшить сон;

5) устранить боли в спине, пояснице, шее, коленях; при правильной тренировке укрепляются мышцы и связки, что делает их более устойчивыми к микротравмам;

6) избавиться от лишнего веса, что особенно актуально сотрудникам полиции, так как сдавать нормативы обязательно для всех.

Сотрудников полиции условно можно разделить на несколько категорий. Первая – это аппаратные сотрудники, для которых характерен умственный труд. Основной фактор риска для них типичен как для всех работников умственного труда – малоподвижный образ жизни. Он неблагоприятно влияет на сердечно-сосудистую систему и обмен веществ, способствует возникновению

таких недугов, как вегетососудистая дистония, излишний вес, вплоть до ожирения, также присущи заболевания венозной сети: страдают ноги, случается геморрой. Часто возникает нарушение микроциркуляции, ведущее к дестабилизации мозгового кровообращения и ишемической болезни сердца.

Вторую группу условно назовем работники «среднего звена» – следственный аппарат, дознаватели, младшие и старшие офицеры. У них зачастую ненормированный рабочий день, что не дает полностью отдохнуть, восстановиться. Им хорошо известно, что такое хронический стресс. У этой категории повышается вероятность неврологических и психосоматических заболеваний. Нередко бывают головные боли, колебания артериального давления, уже упомянутая вегетососудистая дистония, периферические болевые синдромы, остеохондроз, невралгия, радикулиты.

Третья группа – самая большая. Это постовые, участковые, оперативные работники, сотрудники охранных ведомств. У этой группы постоянное психологическое и физиологическое напряжение, и перенапряжение естественным и закономерным образом приводит к невротизации. У них может наблюдаться синдром хронической усталости, выгорание эмоций.

Сотрудникам этой группы в силу того, что их деятельность связана с применением физической силы, особенно актуально поддерживать себя в хорошей физической форме. Конечно, в таких подразделениях большая часть сотрудников – мужчины, но есть и сотрудники женского пола.

Таким образом, мы видим, что любой из этих групп пойдет на пользу посещение фитнес-клуба, и не только для поддержания себя в хорошей физической форме для решения служебно-боевых задач, но и для предотвращения некоторых профессиональных заболеваний.

Литература

1. Кузнецов С. В., Волков А. Н., Воронов А. И. Теоретические и методические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации: учебник / под ред. С. В. Кузнецова. М., 2016.

2. Всемирная ассоциация здравоохранения, центр СМИ, физическая активность / Информационный бюллетень № 384. 2016. URL: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/ru/>.

3. Железняк Ю. Д., Петров П. К. Основы научно-методической деятельности по физической деятельности в физической культуре и спорте. М., 2008.

4. Тациян А. А., Белозорова Ю. Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

М. А. Ярославский

МЕТОДОЛОГИЯ И ИНТЕНСИВНОСТЬ НАГРУЗКИ ПРИ ТРЕНИРОВКЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ

Эффективность выявления действенных способов для улучшения функционального состояния организма конкретного человека малой либо значительной группы атлетов благодаря влиянию опосредованных нагрузок напрямую зависит и видоизменяется под воздействием множества обстоятельств. Важное место в числе подобных причин, которым следует уделять внимание тренерам и специалистам в данной области, занимает уровень общей начальной подготовки и конечные либо промежуточные цели развития параметров организма. Учитывать следует также вид спорта, являющийся профильным в конкретном случае, специфику предполагаемой спортивной деятельности, особенности строения опорно-двигательного аппарата и состояния внутренних органов индивида, перенесенные ранее заболевания и полученные травмы и т. д. Во многом результативность всего тренировочного процесса станет показателем верного либо неверного планирования, подбора средств и приемов спортивного совершенствования. Достижение приемлемого уровня теоретической информированности и практического навыка у тренеров

и преподавателей не представляется возможным без знания базовых методов формирования и воспитания основных физических качеств – скорости и силы спортсмена. Всякое техническое совершенство должно подкрепляться тактическим обучением [1].

Скоростно-силовая тренировка – это специализированный педагогический процесс физического совершенствования, целью которого является гармоничное развитие основных мышечных групп, формирование атлетического телосложения и рост силовых показателей, поддержание высокой работоспособности организма, преодоление пикового сопротивления в кратковременные периоды, улучшение двигательного-координационных навыков и способности к мгновенному ускорению передвижения, умение производить мышечные сокращения высокой мощности. Из определения ясно, что приоритет в рассматриваемом виде тренировки отдается наработке навыков применения так называемой быстрой силы. То есть движения спортсмена либо ориентированы на быстроту перемещения в условиях преодоления относительно небольшого сопротивления, либо на ситуации, когда рабочий эффект связан со скоростью проведения двигательного усилия и преодолением значительного сопротивления. Формирование различных видов выносливости, функциональная и техническая подготовка спортсмена также не исключаются во время скоростно-силовой тренировки, но носят скорее побочный, косвенный характер.

Необходимость действий в условиях сопротивления для развития силовых и скоростных качеств обуславливает следующую классификацию тренировок описываемой направленности. 1. Упражнения с преодолением веса собственного тела – «гладкий» бег, тренировка на гимнастических снарядах, акробатические упражнения, общеукрепляющие элементы (кувырки, отжимания от пола и т. п.). 2. Упражнения, связанные с поднятием тяжестей: гирь, гантелей, штанги, различных предметов, используемых в качестве отягощений – мешков с песком, камней, набивных мячей. 3. Упражнения, выполняемые в непо-

средственном контакте с партнером, который в данном случае обеспечивает сопротивление: борьба, подвижные игры, различные перетягивания и отталкивания. 4. Упражнения, связанные с сопротивлением окружающей среды: плавание и иные тренировочные воздействия в воде, бег в гору. 5. Упражнения, заключающиеся в преодолении сопротивления упругих предметов: жгутов, эспандеров, блочных устройств.

Напряжения мышечной ткани организма при использовании таких форматов получения нагрузки могут быть идентичными, схожими или незначительно превосходящими те, которые предполагаются для спортсмена в соревновательных условиях либо при измерении возможностей и выявлении произошедших за определенный период изменений. С позиций теории и методики построения тренировочного процесса, упражнения, указанные в данных комплексах, являются средствами тренировки скоростных и силовых возможностей. В свою очередь определенное сочетание таких средств, выверенная, подстроенная под решение соревновательной задачи интенсивность отдельного занятия или цикла тренировок, периодичность и продолжительность интервалов отдыха и восстановительных пауз формируют методологию скоростно-силовой подготовки, а равно служат критерием для обособления конкретного метода от остальных. Стоит отметить, что используемый метод формирует концепцию предполагаемого прогресса, задает основной вектор благотворных изменений, позволяет концентрироваться на определенной тренировочной задаче. Методы развития скоростно-силовых качеств соотносятся, но не являются в обязательном порядке присущими конкретному виду спорта или специализации занимающегося; квалификация, индивидуальные особенности и текущее состояние спортсмена, безусловно, служат основанием для варьирования методическими приемами, но также не являются однозначным поводом для окончательного отказа от отдельной совокупности средств в программе подготовки. Основная функция тренера как раз и заключается в том, чтобы в момент необходимости уяснить, какой метод воздействия на подопечных будет наиболее результативен и когда следует внести изме-

нения, увеличить либо уменьшить нагрузку, сделать паузу либо перейти к занятиям в усиленном режиме.

Методология и адаптационные приемы скоростно-силовой подготовки достаточно разнообразны. Однако описанная специфика подобной тренировки позволяет говорить о том, что базисным в контексте повествования является так называемый повторный метод. Суть его в силовой тренировке сводится к многократному подниманию отягощения в сериях (подходах), когда количество повторений и вес используемого предмета подобраны в соответствии с тренировочной задачей, специализацией и уровнем подготовки спортсмена. Развитие скоростных качеств благодаря повторному методу также возможно посредством использования отягощений, но и упражнения с собственным весом вполне могут стать базисом данного способа (выполнение серий прыжков, определенного количества беговых ускорений за временной промежуток и т. д.). Частным приемом повторного метода может служить тренировка с прогрессивно возрастающим сопротивлением. Например, сначала определяют вес, который можно поднять 10 раз подряд (он обозначается как 10 ПМ, т. е. повторный максимум). Тренировочный сеанс состоит из трех подходов с 10 медленными повторениями в каждом. В первом подходе берется вес, равный половине веса 10 ПМ, во втором – $3/4$ от 10 ПМ и в третьем – 10 ПМ [2].

Прогрессивное увеличение сопротивления имеет приоритетную практическую ценность в силовых показателях и выносливости, развитие скорости в данном случае носит побочный характер. Важность повторного метода для тренера и преподавателя представляется в увеличении у целевой тренировочной аудитории способности к проявлению взрывных усилий, укреплению опорно-двигательного аппарата, совершенствовании нервно-мышечной координации. Частое и повсеместное применение повторного метода обусловлено его очевидными преимуществами, в числе которых также и активизация обмена веществ, что приводит к гипертрофии мышц и сказывается на росте скоростной силы.

Непременным условием использования повторного метода является учет так называемого принципа постепенности – это означает, например, что начальная нагрузка не должна быть менее 30–40 % от максимальных возможностей конкретного спортсмена и расти в дальнейшем сообразно времени и степени совершенствования тренировочных качеств. Тренировочная задача в формате повторного метода может выглядеть следующим образом: приседания со штангой на плечах весом 60 кг в ходе четырех серий по 8 раз в каждой; бег с ускорением на 60 м по сигналу тренера 4 раза за 5 минут и т. д.

Если соревновательная либо практическая задача состоит в проявлении абсолютной силы, то на тренировках следует уделить внимание методу кратковременных максимальных напряжений (методу максимальных усилий). Важной особенностью тренировки в подобном режиме является задействование значительных, а часто близких к предельным и предельных отягощений. Одновременно происходит сокращение повторений в тренировочном подходе, элементов в комплексе движений. К примеру, спортсмен, способный 1 раз выполнить упражнение «рывок штанги» весом 100 кг, используя в занятии метод максимальных напряжений, должен произвести данное упражнение в ходе трех подходов по три повторения в каждом штангой весом 90 кг.

Результатом подобного процесса является наработка навыков кратковременных концентрированных проявлений, усилий значительной мощности. Такой прием полезен тогда, когда метод повторных усилий уже не дает эффекта в развитии силы и где требуется быстрое повышение уровня силы в относительно короткое время. Повышение тренирующего эффекта достигается путем опосредованного увеличения максимального веса отягощения, а также средней величины веса, поднятого в тренировочном сеансе при постепенном сокращении числа подходов и повторений. Эффект для развития стартовой скорости и ускоряющей силы у атлетов заключается в данном случае в использовании силовых упражнений для ног – со штангой и на тренажерах, с учетом характерных особенностей описываемого метода. Мак-

симильные усилия эффективно воздействует и на центральную нервную систему: постепенно возрастает мощность нервных импульсов из центра на периферию и оптимизируется величина выброса адреналина.

Интерес представляет так называемый метод вариативного воздействия, сочетающий в себе тренировки в облегченных и утяжеленных условиях: бег с горы или в гору, скоростные, короткие заплывы по течению и против течения и т. д. Содержание его состоит в оптимальном количественном чередовании облегченных, стандартных соревновательных или утяжеленных сопротивлений. Исследования показали, что иначе называемый способ альтернативного сопротивления значительно развивает силовой и скоростной потенциал тренирующегося. Возрастающие в ходе длительного тренировочного процесса нагрузки способны провоцировать разрушительные процессы в организме (изнашивание суставов и связок, сердечные аритмии и т. д.) Метод вариативного развития является хорошим подспорьем для профилактики и минимизации влияния таких явлений. Спортивная практика свидетельствует о том, что наиболее эффективными величинами сопротивления для повышения скоростно-силового потенциала являются те, которые спортсмен может преодолеть в одном подходе один-три раза, то есть 1–3 ПМ. Было установлено, что в процессе совершенствования скоростно-силовых качеств с помощью метода вариативного воздействия необходимо часто изменять величину облегченного и утяжеленного противодействия, чтобы не допускать образования стойкого стереотипа и привыкания на каждое сопротивление в отдельности. Многие преподаватели по физической подготовке в своей работе находят и подтверждают факт высокой эффективности применения данного метода [3].

Метод динамических усилий также предусматривает выполнение упражнений с отягощением, но составляющим лишь 20–30 % от максимума. Приоритетом же является наибольшая скорость проведения тренировочного элемента. Подобная тренировка развивает динамическую силу – умение осуществлять

физическое воздействие с максимальной скоростью. Вариантом подобного метода, к примеру, будет являться выполнение жима штанги лежа путем резкого подъема (в спортивной терминологии – «выброса») штанги вверх от груди и непродолжительной фиксацией ее на прямых руках; для улучшения результата в легкоатлетических метаниях преподаватель может применить в тренировке броски камней, включить в программу резкие маховые движения, сходные по структуре с метаниями. Количество повторений упражнения в одном подходе составляет обычно 15–25 раз с полной амплитудой движения. Упражнения выполняются в несколько серий с отдыхом между ними по 5–6 минут.

Стартовая скорость, а вместе с ней и реакция спортсмена на различные внешние раздражители, подлежит совершенствованию благодаря интервальному методу тренировки. В приведенном примере речь идет о беговых упражнениях: по сигналу тренера спортсмен стартует и пробегает 10 метров с максимальной скоростью; после этого происходит пауза около 60 секунд, однако четкая продолжительность паузы выполняющему упражнение не известна, чтобы он, восстанавливая силы, был готов совершить очередное ускорение. По мере увеличения профессионального опыта и скоростных возможностей спортсмена пауза отдыха между упражнениями сокращается до 50, 40, и, наконец, 30 секунд; рекомендуется также изменять направление бега. Одно тренировочное занятие может содержать 3–4 серии таких упражнений. Подобный формат возможен для применения также в борьбе, где оба соперника начинают и прекращают схватку по сигналу тренера, имея при этом установленное время на отдых.

Для определения и планирования нагрузки в зависимости от ее вида используются различные показатели: время выполнения упражнения, количество повторений движения в подходе и общее число подходов, скорость и амплитуда движения, вес применяемых отягощений. Также к показателям нагрузки, характеризующим состояние тренирующегося, относятся увеличение темпа сердечных сокращений, изменение ритма и

минутного объема дыхания. Комплекс указанных параметров составляет понятие интенсивности тренировочного процесса, то есть силу воздействия физической работы на организм человека в данный момент, ее напряженность и степень концентрации объема нагрузки во времени.

Специфика различных видов спорта и концепция конкретной задачи является основанием для выявления необходимой атлету интенсивности тренировочного воздействия [4]. Нам представляется, что в данном случае особенно необходим индивидуальный подход к каждому занимающемуся и максимальный учет малейших, незначительных с позиции обывателя, нюансов. Использование представленной методологии и умение тренера подбирать, чередовать и изменять величину нагрузки и интенсивность тренировки позволят разнообразить скоростно-силовую подготовку спортсменов, увеличить ее эффективность, избежать застоев и отсутствия прогресса, предупредить и не допустить травмы.

Литература

1. Карданов А. К. Некоторые вопросы методики обучения боевым приемам борьбы: учебное пособие. Нальчик, 2013.

2. Кодзоков А. Х. Особенности физической подготовки слушателей вузов МВД России // Теория и практика общественного развития. 2014. № 21.

3. Мешев И. Х. Применение технико-тактических действий при обучении боевым приемам борьбы // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

4. Хажироков В. А. Применение метода круговой тренировки на практических занятиях для сотрудников ОВД // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Ростов н/Д, 2016.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Алдошин А. В. – доцент кафедры физической подготовки и спорта Орловского юридического института МВД России имени В. В. Лукьянова кандидат педагогических наук.

Аносян М. Х. – руководитель Следственного отдела по Ленинскому району г. Ростова-на-Дону Следственного комитета Российской Федерации по Ростовской области.

Архипов Д. В. – преподаватель кафедры физической подготовки Нижегородской академии МВД России.

Афов А. Х. – преподаватель кафедры физической подготовки Северо-Кавказского института повышения квалификации (филиала) Краснодарского университета МВД России.

Баркалов С. Н. – начальник кафедры физической подготовки и спорта Орловского юридического института МВД России имени В. В. Лукьянова кандидат педагогических наук, доцент.

Беляева Е. А. – курсант 3 курса факультета обеспечения безопасности на транспорте Белгородского юридического института МВД России им. И. Д. Путилина.

Бенин А. А. – начальник кафедры физической подготовки Нижегородской академии МВД России.

Биналиев А. Т. – старший преподаватель кафедры физической подготовки Ростовского юридического института МВД России.

Бокий А. Н. – начальник кафедры физической подготовки и спорта Крымского филиала Краснодарского университета МВД России кандидат юридических наук, доцент.

Броев А. Х. – преподаватель кафедры физической подготовки Северо-Кавказского института повышения квалификации (филиала) Краснодарского университета МВД России.

Волков А. Н. – заместитель начальника кафедры физической подготовки Нижегородской академии МВД России кандидат педагогических наук.

Ворожейкин А. В. – старший преподаватель кафедры физической подготовки Калининградского пограничного института ФСБ России.

Еремин Р. В. – преподаватель кафедры физической подготовки и спорта Орловского юридического института МВД России имени В. В. Лукьянова.

Земляной А. И. – заместитель начальника кафедры физической подготовки Ставропольского филиала Краснодарского университета МВД России кандидат педагогических наук, доцент.

Кан Л. В. – старший советник Президента Кабардино-Балкарской Республики кандидат педагогических наук.

Карданов А. К. – начальник кафедры физической подготовки Северо-Кавказского института повышения квалификации (филиала) Краснодарского университета МВД России кандидат педагогических наук, доцент.

Кашин С. Н. – начальник кафедры физической подготовки и спорта Ставропольского филиала Краснодарского университета МВД России кандидат педагогических наук, доцент.

Ким В. О. – старший преподаватель кафедры физической подготовки Ростовского юридического института МВД России.

Коваленко Ю. А. – преподаватель кафедры теории и методики физической культуры факультета физической культуры и спорта Крымского федерального университета им. В. И. Вернадского, заслуженный тренер России по каратэ.

Кодзоков А. Х. – преподаватель кафедры физической подготовки Северо-Кавказского института повышения квалификации (филиала) Краснодарского университета МВД России.

Кубасов О. П. – начальник кафедры физической подготовки Казанского юридического института МВД России кандидат педагогических наук.

Кузнецов М. Б. – преподаватель кафедры физической подготовки и спорта Орловского юридического института МВД России имени В. В. Лукьянова.

Кузнецов С. В. – заместитель начальника кафедры физической подготовки Нижегородской академии МВД России кандидат психологических наук, доцент.

Лазаревич М. В. – преподаватель кафедры физической подготовки Омской академии МВД России кандидат педагогических наук, доцент.

Литасов П. П. – доцент кафедры тактико-специальной, огневой и физической подготовки Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России кандидат педагогических наук.

Лунин А. А. – преподаватель кафедры огневой и физической подготовки Международного межведомственного центра подготовки и переподготовки специалистов по борьбе с терроризмом и экстремизмом ВИПК МВД России.

Мартынов А. П. – старший преподаватель кафедры физической подготовки Нижегородской академии МВД России.

Мешев И. Х. – преподаватель кафедры физической подготовки Северо-Кавказского института повышения квалификации (филиала) Краснодарского университета МВД России.

Никифоров С. В. – преподаватель кафедры физической подготовки Ростовского юридического института МВД России.

Новиков А. Н. – преподаватель кафедры огневой и физической подготовки Международного межведомственного центра подготовки и переподготовки специалистов по борьбе с терроризмом и экстремизмом ВИПК МВД России.

Осипов Д. В. – преподаватель кафедры физической подготовки и спорта Орловского юридического института МВД России имени В. В. Лукьянова.

Петренко С. И. – старший преподаватель кафедры физической подготовки и спорта Крымского филиала Краснодарского университета МВД России кандидат педагогических наук, доцент.

Пойдунов А. А. – преподаватель кафедры физической подготовки Белгородского юридического института МВД России имени И. Д. Путилина.

Проскурин С. М. – старший преподаватель кафедры физической подготовки и спорта Ставропольского филиала Краснодарского университета МВД России кандидат педагогических наук, доцент.

Рыбалкин Д. А. – заместитель начальника кафедры физической подготовки Казанского юридического института МВД России кандидат педагогических наук.

Смоляков Е. В. – доцент кафедры физической подготовки и спорта Ставропольского филиала Краснодарского университета МВД России кандидат юридических наук.

Соловьева М. Н. – курсант 3 курса Уральского юридического института МВД России.

Старков М. А. – старший преподаватель кафедры физической подготовки Уральского юридического института МВД России.

Струганов С. М. – доцент кафедры физической подготовки Восточно-Сибирского института МВД России кандидат педагогических наук, доцент.

Усков С. В. – доцент кафедры физической подготовки и спорта Крымского филиала Краснодарского университета МВД России кандидат педагогических наук.

Хажироков В. А. – преподаватель кафедры физической подготовки Северо-Кавказского института повышения квалификации (филиала) Краснодарского университета МВД России.

Хаченкова К. Ю. – преподаватель кафедры физической подготовки Нижегородской академии МВД России.

Черкесов Е. Ю. – преподаватель кафедры физической подготовки Ростовского юридического института МВД России.

Ярославский М. А. – преподаватель кафедры физической подготовки Северо-Кавказского института повышения квалификации (филиала) Краснодарского университета МВД России.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Актуальные проблемы физической подготовки и учебно-тренировочного процесса в образовательных организациях системы МВД России

Алдошин А. В., Еремин Р. В. Роль психологической подготовки курсантов образовательных организаций системы МВД России в ходе проведения занятий по физической подготовке	3
Аносян М. Х. Вопросы применения физической силы сотрудниками органов внутренних дел	7
Архипов Д. В. Всероссийское физкультурно-спортивное общество «Динамо» в физической и психологической подготовке сотрудников подразделений по борьбе с терроризмом	15
Афов А. Х. Значимость физической подготовки в профессиональной деятельности работников органов внутренних дел и правовые принципы использования физической силы	19
Баркалов С. Н. Особенности системы спортивной подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации.....	24
Бенин А. А., Кузнецов С. В. Понятие контроля: сущность, задачи, виды, его место в организации физической подготовки курсантов (слушателей) организаций, осуществляющих образовательную деятельность и находящихся в ведении МВД России	31
Биналиев А. Т., Ким В. О. Проблема применения отдельных видов приемов задержания в экстренных ситуациях.....	36
Бокий А. Н. Анализ выполнения задач, связанных с ограничением подвижности ассистента, при проверке специальной физической подготовки сотрудников органов внутренних дел	40
Броев А. Х. Тактико-технические действия полицейского при групповом нападении	44
Ворожейкин А. В., Литасов П. П. Технология проведения учебной деловой игры в процессе обучения инструкторов по рукопашному бою силовых структур	51
Земляной А. И. Условия обеспечения эффективности массового спорта в образовательных организациях системы МВД России	55

Кан Л. В. О применении инновационных методов обучения при проведении занятий по боевым приемам борьбы с сотрудниками полиции	62
Карданов А. К. Вопросы организации физической подготовки с сотрудниками специальных подразделений, обучающихся по программам профессиональной подготовки (на примере деятельности кафедры физической подготовки СКИ(ф) КрУ МВД России)	69
Кашин С. Н. Профессионально-личностная физическая подготовка слушателей образовательных организаций МВД России	72
Кодзоков А. Х. Характеристика физической подготовки как целостной системы обучения	78
Кубасов О. П. Методика выполнения болевого воздействия при обучении курсантов боевым приемам борьбы	83
Кузнецов М. Б., Осипов Д. В. Физические особенности профессиональной компетентности сотрудников дорожно-патрульной службы Госавтоинспекции.....	88
Кузнецов С. В., Волков А. Н. Тренажи перед заступлением на службу нарядов полиции, осуществляющих деятельность по охране общественного порядка: цель, задачи, содержание	93
Лазаревич М. В. Физическая культура и спорт в образовательной деятельности курсантов вузов МВД России	98
Лунин А. А., Новиков А. Н. Адаптированная методика преподавания боевых приемов борьбы, актуальные вопросы совершенствования учебно-тренировочного процесса	102
Мартынов А. П. Формирование физической и психологической подготовки сотрудников органов внутренних дел с помощью физической культуры и спорта.....	114
Мешев И. Х. Теоретические основы обучения боевым приемам борьбы сотрудников МВД России.....	119
Никифоров С. В., Черкесов Е. Ю. Психолого-педагогические условия, необходимые для повышения эффективности процесса физической подготовки курсантов, обучающихся в системе образовательных организаций МВД России	127

Петренко С. И. Актуальные проблемы развития гибкости на занятиях по физической подготовке у курсантов образовательных организаций МВД России	134
Пойдунов А. А., Беляева Е. А. Некоторые аспекты особенностей несения службы и основных требований к физической подготовке сотрудников линейных подразделений полиции	139
Проскурин С. М. Техничко-тактические действия сотрудника при нападении на него вооруженного правонарушителя	143
Рыбалкин Д. А. Структура и основные этапы соревновательного процесса по боевым приемам борьбы в образовательных организациях системы МВД России	147
Смоляков Е. В. Роль самостоятельных занятий физической культурой и спортом в образовательном процессе вузов МВД России	153
Старков М. А., Соловьева М. Н. Особенности тактики задержания правонарушителей сотрудниками органов внутренних дел	157
Струганов С. М. Пути повышения эффективности процесса обучения курсантов (слушателей) по физической подготовке в образовательных организациях системы МВД России	161
Усков С. В., Коваленко Ю. А. Техничко-тактический рационализм – объективная реальность рукопашной подготовки современной системы высшей школы полиции России	165
Хажироков В. А. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников полиции и пути ее совершенствования	174
Хаченкова К. Ю. Повышение работоспособности сотрудников полиции женского пола дополнительными средствами физической подготовки	182
Ярославский М. А. Методология и интенсивность нагрузки при тренировке скоростно-силовых качеств	186

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ: АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ

Сборник научных трудов участников
Всероссийской научно-практической конференции

10 февраля 2017 года

Часть 1

Редактор *Е. В. Васильцова*
Корректор *Е. В. Васильцова*
Технический редактор *Е. Е. Пелехатая*
Компьютерная верстка – *Е. Е. Пелехатая*

Сдано в набор 07.06.2017. Подписано в печать 27.06.2017.
Формат 60x84/16. Объем 12,5 п.л. Набор компьютерный.

Гарнитура Minion Pro. Печать ризография.

Бумага офсетная.

Тираж 80 экз. Заказ № .

Редакционно-издательское отделение НИиРИО

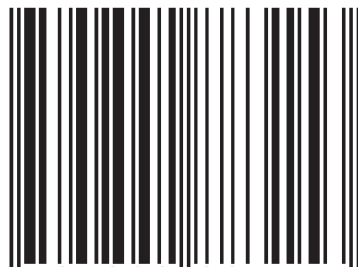
ФГКОУ ВО РЮИ МВД России.

Отпечатано в ГПиОП НИиРИО

ФГКОУ ВО РЮИ МВД России.

344015, г. Ростов-на-Дону, ул. Еременко, 83.

ISBN 978-5-89288-315-3



9 785892 883153