

Министерство внутренних дел Российской Федерации

**Федеральное государственное казённое
образовательное учреждение высшего образования
«Орловский юридический институт
Министерства внутренних дел Российской Федерации
имени В.В. Лукьянова»**

С.Н. Баркалов, С.Ю. Махов, Р.Г. Панфёров

**ПРОФЕССИОГРАММЫ СОТРУДНИКОВ ОВД И ПОРЯДОК
ИХ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ
КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ**

Учебно-методическое пособие

**Орёл
ОрЮИ МВД России имени В.В. Лукьянова
2019**

УДК 796.011.3+378

ББК 75

Б25

Рецензенты:

А.В. Бакин, кандидат педагогических наук, доцент
(Омская академия МВД России);

Б.А. Клименко, кандидат педагогических наук
(Белгородский юридический институт МВД России имени И.Д. Путилина)

Баркалов, С.Н.

Б25 **Профессиограммы сотрудников ОВД и порядок их использования в физической подготовке курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России : учебно-методическое пособие / С.Н. Баркалов, С.Ю. Махов, Р.Г. Панфёров. – Орёл : ОрЮИ МВД России имени В.В. Лукьянова, 2019. – 66, [1] с. – 24 экз. – Текст : непосредственный.**

В учебно-методическом пособии представлены профессиограммы наиболее вероятных первичных должностей выпускников образовательных организаций МВД России, позволяющие выявить значимые особенности характера и условий службы, подверженные оптимизирующему воздействию средствами физической подготовки и требующие учета в проектировании образовательного процесса на основе профессиографического подхода.

Материал предназначен преподавателям, курсантам и слушателям образовательных организаций МВД России для организации занятий физической подготовкой, может использоваться при разработке программ, планов и технологий других образовательных дисциплин, а также в профессиональной служебной и физической подготовке сотрудников территориальных органов МВД России.

Издание представлено в авторской редакции.

УДК 796.011.3+378

ББК 75

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1. ПРОФЕССИОГРАММЫ ОСНОВНЫХ ПЕРВИЧНЫХ ДОЛЖНОСТЕЙ ВЫПУСКНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ	7
1.1. Профессиограмма следователя	10
1.2. Профессиограмма оперуполномоченного уголовного розыска	13
1.3. Профессиограмма инспектора ДПС ГИБДД	17
1.4. Профессиограмма инспектора регистрационно-экзаменационного подразделения ГИБДД	22
1.5. Профессиограмма участкового уполномоченного полиции	25
1.6. Профессиограмма эксперта-криминалиста	29
ГЛАВА 2. ПОРЯДОК ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОФЕССИОГРАФИЧЕСКОЙ ИНФОРМАЦИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ	34
2.1. Физкультурно-прикладные задачи физической подготовки, средства и методы их решения	34
2.2. Формы занятий в реализации физкультурно-прикладных задач физической подготовки	49
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	60
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	62

ВВЕДЕНИЕ

Необходимость системного, детального изучения специфики служебной деятельности сотрудников различных должностных категорий органов внутренних дел Российской Федерации в связи с их профессиональной, в том числе физической, подготовкой обусловлена тем, что знание особенностей характера и условий службы в принципе – есть первая предпосылка рационального построения профессионально-прикладных образовательных технологий [4].

В существующих требованиях законодательных и иных нормативных правовых актах Российской Федерации в области образования неоднократно отмечается, что вся система подготовки кадров к высококвалифицированному труду должна учитывать специфику профессиональной деятельности.

К примеру, такой «прикладно-дифференцированный» подход присутствует в федеральных государственных образовательных стандартах [28; 29; 30] и документах, утверждающих порядок организации и осуществления образовательной деятельности [27]. Он представлен в виде принципа сочетания фундаментализации и специализации в обучении, предусматривающего соответствие системы подготовки тем значительным требованиям (как общесоциального и общекультурного, так и узкопрофессионального характера), которые предъявляются к сотруднику ОВД на современном этапе развития нашего общества.

Сказанное в полной мере касается и системы физической подготовки личного состава органов внутренних дел Российской Федерации. О необходимости учета особенностей служебной деятельности при построении ее методик говорится в нормативных правовых актах МВД России, регламентирующих данный вид подготовки [26], об этом также неоднократно высказывались специалисты [3; 13; 14; 19; 20; 22; 31; 37; 38; 39; 41; 42].

Таким образом, с одной стороны, выдвинутые логикой профессионально ориентированного образовательно-воспитательного процесса и подтвержденные нормативными документами требования, предполагают целенаправленное изучение характера и условий той деятельности, к которой в дальнейшем необходимо организовывать подготовку. С другой стороны, мы не нашли детально разработанных стандартизированных методик изучения служебной деятельности и учета ее особенностей в процессе построения физической подготовки сотрудников ОВД и, в первую очередь, курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России, являющихся основным резервом в ведомственном кадровом обеспечении.

Учитывая сказанное, мы предприняли попытку разработки профессиограмм основных первичных должностей, к которым ведется подготовка в системе высшего образования МВД России. В конечном счете, по нашему мнению, полученные данные позволят использовать в подготовке спе-

специалистов различного профиля весь спектр возможностей физической культуры и спорта, а вместе с этим и подразделений, осуществляющих обучение дисциплинам физической подготовки, как проводников этих возможностей.

В настоящее время служебно-профессиональная деятельность не рассматривается специалистами как совокупность многих составляющих, в результате учет ее особенностей носит фрагментарный характер [4]. К примеру, проблема гибели и ранения значительного количества сотрудников полиции по причине недостаточной подготовленности к силовому единоборству остается весьма актуальной. Об этом свидетельствуют данные многих исследований [11; 14; 21; 24]. Но профессиональная деятельность сотрудников ОВД не всегда определяется только возможностью силового противодействия с нарушителями закона. Решение ряда профессиональных задач предполагает осуществление однообразных (монотонных) действий с активным слезением, мелкими двигательными актами, требующими точной дифференцировки незначительных мышечных усилий, с принятием и переработкой большого массива информации, длительным поддержанием вынужденной, иногда неудобной и напряженной, рабочей позы, выполнением действий в различных, иногда вредных, условиях окружающей среды [3; 8; 32; 39]. Другими словами, правоохранительная деятельность включает широкий диапазон показателей напряженности от монотонного к высоконапряженному – критическому уровню. Такие противоречивые особенности служебной деятельности сотрудников ОВД предъявляют высокие требования к состоянию здоровья, общей физической и специальной физической и психофизической подготовленности, умению использовать различные, в том числе физкультурные, технологии оптимизации функционального состояния, коррекции воздействий профессиональных вредностей и профилактики сопутствующих расстройств и заболеваний [5; 15; 20; 38]. Однако информация о том, сколько сотрудников различных подразделений системы МВД России заканчивают службу или не могут качественно и эффективно выполнять служебные обязанности по причине низкого уровня сформированности ключевых профессионально значимых умений и навыков, физических и психических качеств, дезадаптации, низкой профессиональной работоспособности, наступления профессиональной деформации и профессиональных заболеваний, встречается гораздо реже и на стадии подготовки кадров практически не учитывается.

Между тем, давно получило научное обоснование использования различных прикладных возможностей и эффектов физической культуры для обучения профессионально-прикладным двигательным умениям и навыкам; содействия развитию общей и профессиональной работоспособности, ключевых профессионально значимых физических качеств и психофизиологических функций; регулирования оперативной работоспособности; профилактики и коррекции воздействий на организм профессиональных

вредностей и заболеваний, в том числе диспропорций телосложения; прикладной психической подготовки, воспитания ключевых профессионально значимых психических качеств, деловых и других свойств личности специалиста; физической, психической и социальной адаптации к труду [3; 4; 16; 34].

Как заметили Л.П. Матвеев и А.Д. Новиков, физическому воспитанию «... как специальному фактору рационального регулирования физического развития человека ...» в соответствии с предъявляемыми требованиями профессионального труда и жизнедеятельности в целом принадлежит особая роль. «... Именно от физического воспитания (если есть все другие необходимые условия) непосредственно зависят традиции, сознательно привносимые в физическое развитие, его направленность, степень, а также и то, какие двигательные способности, умения и навыки формируются и совершенствуются у человека в течение жизни...» [40, с. 11].

Таким образом, в целенаправленном воспитании профессионально значимых физических качеств и способностей, в формировании необходимых в труде двигательных умений и навыков проявляется непосредственная взаимосвязь физической культуры и трудовой профессиональной деятельности – ведущей в жизни каждого человека. К тому же, помимо непосредственной взаимосвязи существуют, и это показано во многих исследованиях, другие физкультурные возможности оптимизации трудовой профессиональной деятельности с помощью срочного, следового и кумулятивного эффектов активного отдыха, компенсаторного, профилактического и корректирующего специфических и неспецифических эффектов, а также с помощью тех возможностей, которыми располагает физическая культура в аспекте психического и общепедагогического, общекультурного воздействия [32; 33; 34].

Отсутствие учебно-методических материалов конструирующих рекомендации по содержанию и методике физической подготовки сотрудников ОВД, основанных на комплексном использовании указанных и ряда других эффектов физической культуры, определяет объективную потребность в разрешении вопросов, касающихся построения рассматриваемого вида подготовки с учетом широкого спектра особенностей предстоящей службы выпускников образовательных организаций МВД России, реализующих обучение по целому ряду специальностей, специализаций и направлений (профилей, узких специализаций) деятельности.

ГЛАВА 1. ПРОФЕССИОГРАММЫ ОСНОВНЫХ ПЕРВИЧНЫХ ДОЛЖНОСТЕЙ ВЫПУСКНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Проведенный анализ показывает, что в системе физической подготовки авторами практически не применяется системный (комплексный) подход к изучению служебной деятельности сотрудников различных подразделений ОВД. Отсутствует общее представление о том, какие составляющие службы конкретных категорий сотрудников являются наиболее значимыми для построения методик их физической подготовки, из-за чего невостребованными остается значительная часть прикладных эффектов физической культуры. На сегодняшний день правоохранительная деятельность рассматривается, как правило, только с точки зрения действий в ситуациях, когда возникают основания к применению боевых приемов борьбы, специальных и подручных средств, а также огнестрельного оружия. На основании этого строятся программы подготовки, направленные на формирование физических качеств и специальных навыков, значимых в непосредственном единоборстве с правонарушителем. Безусловно, данный аспект является важным (базовым) в подготовке сотрудников ОВД, но не единственным. «Силовая» составляющая правоохранительной деятельности не отражает всего спектра особенностей этой деятельности и происходящих в ней изменений, касающихся психических (ценностных, эмоциональных, когнитивных) и физических (двигательный режим, направленность и характер физической нагрузки) компонентов, организационных и санитарно-гигиенических условий, экологической ситуации и материально-технической базы [3; 7; 10; 39].

Существующие рекомендации по изучению характера и условий труда касаются либо общих информационных вопросов использования для этого модельно-целевого и профессиографического подходов, либо их конкретных частных аспектов, как это делалось ранее в спорте, или при подготовке гражданских специалистов [16]. Модельно-целевой подход в большей степени нашел применение в спорте, где исследуемая деятельность часто строго регламентирована. Для исследования профессиональной деятельности чаще используют метод профессиографирования, в котором предусматривается описание профессии по определенной схеме – параметрам профессиограммы. Причем профессиограмма – это не только схема описания профессиональной деятельности, но и, прежде всего, объединенный результат ранее полученных сведений о ней, выявленных комплексом методов [1; 4]. Однако здесь отсутствовала унифицированная схема, что крайне затрудняло использование профессиограмм в практической работе. И главное, отсутствовал общий подход к разработке методов и содержания обучения на основе профессиографических исследований, что приводило к недостаткам в организации физической подготовки.

За основу нами была взята схема профессиографирования, разработанная для профессионально-прикладных физкультурных целей применительно к гражданским специальностям [32; 33], кроме того учитывался предшествующий опыт подобных разработок в системе физической подготовки сотрудников различных силовых ведомств [13; 17; 19; 23; 25; 35; 37; 41; 42] и результаты собственных исследований [1; 3; 4; 5; 7; 8; 9], которые были нами реализованы в стандартизированную схему профессиографирования (табл. 1).

Таблица 1

Схема профессиографирования

Разделы профессиограммы	Признаки и факторы служебной деятельности
1. Обозначение специальности	1. Специальность (название и номер по классификатору).
	2. Квалификация (по диплому или удостоверению).
	3. Специализация (по диплому или удостоверению) и профиль (узкая специализация) подготовки (если есть).
	4. Занимаемая (предполагаемая) должность.
2. Сущность и основное содержание служебной деятельности	5. Объект труда (с кем или с чем работает сотрудник).
	6. Предмет труда (стороны, свойства, отношения объекта, с которым работает сотрудник).
	7. Цель и задачи труда.
	8. Функции сотрудника.
	9. Типичные трудовые действия, операции.
	10. Основные рабочие органы, системы организма и группы мышц.
	11. Типичные ошибки, случающиеся в работе.
	12. Оценка эффективности труда.
3. Объективные условия службы, особенности ее регламента и динамики	13. Средства труда (машины, оборудование, инструменты, материалы и их использование).
	14. Субъекты труда (характер и интенсивность общения).
	15. Режим службы (организация, продолжительность, сменность).
	16. Двигательная активность (основные и вспомогательные рабочие движения, физическая нагрузка (тяжесть труда) и ее направленность, рабочая поза).
	17. Характер психической и психофизиологической нагрузки (напряженность труда).
	18. Внешняя среда (климатические, метеорологические, микроклиматические и санитарно-гигиенические условия, экологическая ситуация).
	19. Служебно-профессиональные вредности и заболевания.
4. Субъективные условия службы, требования к профессионалу	20. Служебно-профессиональные знания (в том числе физкультурно-прикладные).
	21. Служебно-профессиональные умения и навыки (в том числе двигательные и физкультурно-прикладные).
	22. Ключевые профессионально значимые физические качества и психофизиологические функции.
	23. Ключевые профессионально значимые психические качества, деловые и другие личностные свойства.

Первый раздел профессиограммы позволяет сориентироваться в многообразии специальностей, специализаций и профилей (узких специализаций) подготовки. Второй раздел – показывает суть и основное содержание процесса служебно-профессиональной деятельности: задачи и функции сотрудника, с кем или с чем он работает, его основные действия и задействованные при этом органы и системы организма, ошибки, часто случающиеся в работе. Признаки служебной деятельности, представленные в разделе, описываются с соответствующих документов (федеральных государственных образовательных стандартов; квалификационных характеристик выпускников образовательных организаций МВД России; квалификационных требований к сотрудникам основных служб органов внутренних дел Российской Федерации; приказов и инструкций, регламентирующих деятельность сотрудников), со слов специалистов и руководителей подразделений, а также по результатам анкетного опроса, педагогических и хронометражных наблюдений. Третий раздел – раскрывает признаки, характеризующие внешние по отношению к субъекту труда условия, такие как средства, субъективное окружение, регламентация и динамика, климатические и санитарно-гигиенические условия, характер физической, психической и психофизиологической нагрузки, профессиональные вредности и заболевания. При описании данных признаков служебной деятельности необходимо по возможности привести их количественные параметры и на этой основе дать им качественную оценку. Для этого проводят анализ нормативных документов, регламентирующих деятельность того или иного сотрудника, изучают справочники по гигиене труда и профессиональным заболеваниям, проводят статистику заболеваемости, экспертный опрос, наблюдения и хронометраж, пульсометрические и шагомертические измерения. Четвертый раздел – представляет знания, умения, навыки и качества, которыми должен обладать специалист. Этот раздел необходим для того, чтобы получить представление о путях оптимизации служебно-профессиональной деятельности не непосредственно, а опосредованно, главным образом, путем воздействия на физическую и психофизиологическую составляющие человека. Описанные до этого признаки служебной деятельности теперь интерпретируются в виде требований к профессионалу.

Таким образом, сбор информации при составлении профессиограммы осуществляется с помощью целого комплекса методов: изучения документов, наблюдения, опроса и анкетирования специалистов, хронометража служебной деятельности, изучения статистики общей и профессиональной заболеваемости, шагометрии и пульсометрии, психолого-педагогического тестирования, оценки физической подготовленности и функционального состояния. На основе такого подхода нами были составлены профессиограммы основных специальностей, специализаций и направлений (профилей, узких специализаций) подготовки, реализуемых вузами МВД России,

в наиболее вероятных первичных должностях выпускников (следователь, оперуполномоченный уголовного розыска, участковый уполномоченный полиции, инспектор дорожно-патрульной службы ГИБДД, инспектор регистрационно-экзаменационного подразделения ГИБДД, эксперт-криминалист), которые позволяют наметить пути эффективной организации образовательного процесса с целенаправленным применением прикладных средств обучения, с последующей адаптацией специалистов к изменяющимся условиям службы. Причем в подавляющем большинстве случаев, чем больше стаж работы сотрудника ОВД, тем выше и уровень его профессионального мастерства. Поэтому проблема сохранения здоровья и творческого долголетия сотрудников, в том числе средствами физической культуры, внедрением здорового образа жизни играют далеко не последнюю роль. В этой связи учет в подготовке специалистов таких составляющих служебной деятельности, как профессионально значимые умения и навыки, физические и психические качества, психофизиологические функции, профессиональные вредности и заболевания, профессиональная работоспособность и адаптация для организации эффективной работы правоохранительной системы имеет ключевое значение.

1.1. Профессиограмма следователя

Признаки и факторы профессиональной деятельности	
Перечень	Описание
1	2
Специальность	40.05.01 Правовое обеспечение национальной безопасности
Квалификация	Юрист
Специализация	Уголовно-правовая
Узкая специализация	Предварительное следствие в ОВД
Должность	Следователь
Объект труда	Человек, документы (протоколы следственных действий, заключения криминалистических экспертиз, постановления, запросы, представления, поручения, ходатайства и др.), вещественные доказательства.
Предмет труда	Непосредственное содержание процессуальных документов, бесед с гражданами, следственных действий, материалов предварительных проверок.
Цель и задачи труда	Цель – выявление, пресечение, раскрытие и расследование преступлений. Задачи: организация и осуществление неотложных, первоначальных следственных действий на месте происшествия; выявление признаков преступления или неправомερных действий; применение норм уголовного и уголовно-процессуального законодательства к конкретному случаю, выявление объективной истины по уголовному делу, обеспечение процессуальных прав участников уголовного процесса.

Продолжение профессиограммы следователя

1	2
Функции сотрудника	Исполнительская, аналитическая, организационно-управленческая.
Типичные трудовые действия, операции	Аналитические операции по разработке и проверке следственных версий; ходьба, реже бег; работа на компьютере или печатном устройстве и заполнение документов вручную; просмотр и анализ оперативных сводок; проведение и процессуальное оформление следственных действий (обыска, выемки, освидетельствования, задержания, опознания и допроса подозреваемых, потерпевших, свидетелей и т.д.).
Основные рабочие органы, системы организма и группы мышц	Центральная нервная система (ЦНС), органы речи, позные мышцы (спина, шея и плечевой пояс), мышцы рук (кисти, предплечья); зрительный, слуховой и двигательный (мелкие движения руками) анализаторы.
Типичные ошибки в работе	Ошибки в построении следственных версий, в квалификации преступлений и правонарушений, в планировании предварительного следствия и процессуальном оформлении следственных действий.
Оценка эффективности труда	Сроки раскрытия преступлений и правонарушений. Количество уголовных дел, направленных в суд. Количество приостановленных и прекращенных дел, дел возвращенных на доследование.
Средства труда	Авторучка, компьютер, средства аудио- и видеозаписи (диктофон, видеокамера), криминалистическая техника; реже огнестрельное оружие, спецсредства и средства связи.
Субъекты труда	Руководство, подчиненные, подозреваемые, обвиняемые, потерпевшие, свидетели, эксперты, защитники (адвокаты), оперативные сотрудники и другие коллеги по работе. Частота общения высокая, нередко сопровождается сильным психоэмоциональным напряжением.
Режим службы	Организация службы «ограниченно нормированная»: средняя продолжительность рабочего дня 9 ч. 49 мин, максимальная – 13 ч. 57 мин. Обеденный перерыв – 31 мин, а у некоторых всего 10 мин. Следственная деятельность может протекать в дневное, ночное время и выходные дни. На следователя, как правило, приходится в среднем проведение 5 допросов в течение дня (бывает 12), в производстве у него до 30 фигурантных или до 56 безфигурантных уголовных дел, от 3 до 5 суточных дежурств в месяц, 5-7 выездов на место происшествия в течение дежурства. Количество выходных дней в месяц 4-5. Режим труда чаще свободный (по плану и в зависимости от обстоятельств).
Характер психической и психофизиологической нагрузки	Высокая психическая и психофизиологическая нагрузка, связанная с малоподвижностью труда, в большом объеме имеющего умственную направленность. Как правило, общение с подозреваемыми и потерпевшими сопровождается сильным психоэмоциональным напряжением. Большое количество дел, находящихся в производстве, ограниченное время на их расследование, высокая ответственность за результаты труда. Необходимость быстрого и адекватного принятия самостоятельных решений.

Продолжение профессиограммы следователя

1	2
Двигательная активность	Двигательная активность низкая (расстояние, пройденное в течение рабочего дня, в большинстве случаев не превышает 3 км). Рабочая поза чаще всего сидя (до 73,5 % всего рабочего времени). Физическая нагрузка выпадает на мышцы, обеспечивающие рабочую позу сидя (спина, шея, плечевой пояс), а также на мышцы рук (кисти, предплечья), т.к. приходится много писать и работать на компьютере (52,3 %). Иногда при выезде на место происшествия в составе оперативно-следственной группы может возникнуть необходимость участвовать в задержании подозреваемого, его преследовании, применении физической силы и огнестрельного оружия.
Внешняя среда	Как правило, работа в помещениях (82,8 % рабочего времени). Иногда душно, сквозняки, недостаточное освещение, излучение от компьютерной техники. Следователю также приходится выполнять следственные действия в дискомфортных условиях на открытом воздухе: в дождь, при сильном охлаждении, жаре, ветре и т.п.
Служебно-профессиональные вредности и болезни	Малоподвижность, вынужденная рабочая поза сидя (застой крови в малом тазу и нижних конечностях), напряжение зрительного анализатора, частая подверженность стрессам и длительному утомлению, иногда неорганизованный режим питания. Возможность возникновения заболеваний опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, остеохондроз), зрительного анализатора (рабочая миопия), органов малого таза и дыхательной системы, системы кровообращения (гипертония, стенокардия, инфаркт миокарда).
Служебно-профессиональные знания	<p><u>Должен знать:</u></p> <p>Законы Российской Федерации и нормативные акты, регламентирующие процессуальную и организационную деятельность следственных аппаратов.</p> <p>Правила проведения, тактические приемы и требования к документированию следственных действий.</p> <p>Основы оперативно-розыскной деятельности, компьютерной техники, психологии, педагогики и профессиональной этики.</p> <p>Характер и условия службы следователя, возможности физической культуры в оптимизации различных ее аспектов.</p> <p>Основы методики совершенствования прикладных качеств и навыков, способы самоконтроля за состоянием здоровья, средства и методы физкультурной оптимизации функционального состояния в рамках служебной и повседневной деятельности.</p> <p>Технику и тактику задержания и обезвреживания правонарушителя с использованием боевых приемов борьбы, специальных средств, огнестрельного оружия, основания и порядок их применения.</p> <p>Действия по обеспечению личной безопасности в различных ситуациях.</p>

1	2
Служебно-профессиональные умения и навыки	<p><u>Должен уметь:</u> Правильно и точно квалифицировать действия лиц, привлекаемых к уголовной ответственности, устанавливать с ними психологический контакт. Разрабатывать следственные версии и организовывать планомерную работу по раскрытию и расследованию преступлений по уголовному делу, группе дел. Самостоятельно поддерживать общую и специальную физическую и психофизическую подготовленность. Организовывать служебную деятельность и режим жизнедеятельности в целом, используя физические упражнения и другие средства, с целью сохранения профессионального здоровья и работоспособности, профилактики и коррекции воздействий на организм профессиональных вредностей и заболеваний. Применять боевые приемы борьбы, специальные средства и огнестрельное оружие (пистолет Макарова – ПМ) в различных ситуациях. Обеспечивать личную безопасность при проведении следственных мероприятий.</p>
Ключевые профессионально значимые физические качества и психофизиологические функции	Общая выносливость и статическая выносливость мышц, участвующих в удержании позы сидя (спины, шеи и плечевого пояса), координация движений кистей и пальцев рук (ручная ловкость), скоростно-силовые способности, выносливость зрительного анализатора, устойчивость к гиподинамии.
Ключевые профессионально значимые психические качества, деловые и другие личностные свойства	Психоэмоциональная устойчивость, оперативное мышление и память, устойчивость к проявлению внимания, переключение внимания, аналитические, организаторские и коммуникативные способности, терпение и выдержка, инициативность и обоснованная требовательность к себе и другим, настойчивость и принципиальность, корректность, дисциплинированность, аккуратность.

1.2. Профессиограмма оперуполномоченного уголовного розыска

Признаки и факторы профессиональной деятельности	
Перечень	Описание
1	2
Специальность	40.05.02 Правоохранительная деятельность
Квалификация	Юрист
Специализация	Оперативно-розыскная деятельность ОВД
Узкая специализация	Деятельность оперуполномоченного уголовного розыска
Должность	Оперуполномоченный уголовного розыска
Объект труда	Человек, документы, оперативная информация и вещественные доказательства.
Предмет труда	Непосредственное содержание бесед с гражданами, допросов и агентурных сообщений.

Продолжение профессиограммы оперуполномоченного уголовного розыска

1	2
Цель и задачи труда	Цель – выявление, предупреждение, пресечение и раскрытие преступлений, розыск пропавших или скрывающихся лиц. Задачи: организация и осуществление неотложных действий на месте преступления или происшествия; поиск, получение и анализ оперативной информации; выявление и задержание лиц, подготавливающих, совершающих или совершивших преступление (правонарушение); профилактика преступлений и правонарушений; осуществление розыска и задержания лиц, скрывающихся от органов дознания, следствия и суда, уклоняющихся от уголовного наказания, а также розыск лиц, пропавших без вести, и поиск угнанного автотранспорта.
Функции сотрудника	Исполнительская, поисковая, аналитическая, профилактическая.
Типичные трудовые действия, операции	Локомоторные двигательные действия: ходьба, бег с преодолением естественных и искусственных препятствий. Аналитические операции по разработке и проверке оперативно-розыскных версий. Опрос потерпевших, свидетелей, допрос подозреваемых в совершении противоправных действий. Просмотр и анализ оперативных сводок, общение с агентурой и гражданами, располагающими сведениями о преступной деятельности (общая и частная превенция). Участие в оперативных разработках и операциях: наружное наблюдение, прослушивание разговоров, засада; вхождение в контакт с лицами, занимающихся противоправной деятельностью, в качестве подставного лица; задержание лиц, подготавливающих, совершающих или совершивших преступление.
Основные рабочие органы, системы организма и группы мышц	ЦНС, органы речи, мышечный аппарат – мышцы ног (приходится много ходить для сбора и реализации оперативной информации, а также преследовать подозреваемого), мышцы рук и плечевого пояса (при выполнении действий, направленных на силовое задержание правонарушителя), мышцы, участвующие в удержании позы сидя и стоя; зрительный, слуховой и двигательный анализаторы.
Типичные ошибки в работе	Ошибки в анализе и оценки оперативной обстановки, в построении версий, в классификации действий лиц, совершивших противоправные действия, в процессуальном оформлении оперативно-розыскных действий, в обеспечении личной безопасности при проведении оперативно-розыскных мероприятий.
Оценка эффективности труда	Сроки, объем и ценность собранной и реализованной оперативной информации, агентурных сообщений по делу, группе дел. Сроки и количество найденных лиц, находящихся в розыске. Количество задержанных лиц, совершивших или подозреваемых в совершении противоправных действий. Количество предотвращенных и раскрытых преступлений. Количество привлеченных агентов.
Средства труда	Авторучка, компьютер, спецтехника (средства видеонаблюдения, прослушивания, связи и др.), автотранспорт, огнестрельное оружие (ПМ), спецсредства (наручники, бронежилет).

Продолжение профессиограммы оперуполномоченного уголовного розыска

1	2
Субъекты труда	Руководство, задержанные, потерпевшие, свидетели, очевидцы, следователи, коллеги по работе, агенты, граждане. Частота общения высокая, часто общение сопровождается сильным психоэмоциональным напряжением.
Режим службы	Режим труда неорганизован (по плану и в зависимости от обстоятельств). Труд, как правило (в 70 % случаев), имеет ненормированный характер. Рабочий день в среднем составляет 9 ч., максимально – более 11 ч., перерыв в среднем – 23 мин (не имеет строгой регламентации), количество выходных дней в месяц – 3-4. В течение месяца на одного оперуполномоченного приходится в среднем 5-6 суточных дежурств. Нередки (примерно 3-5 раз в месяц) непредвиденные вызовы на службу в связи с задействованием в спецоперациях (засады, наружное наблюдение, задержания и др.), которые часто проходят в ночное время и выходные дни. Количество дел в месяц – более 25.
Двигательная активность	Двигательная активность средняя, иногда высокая. Рабочие позы, чаще сидя и стоя: сидя – 35 % всего рабочего времени; стоя – 24,7 %; ходьба, бег – 40,3 %. Физическая нагрузка выпадает на все основные группы мышц. Приходится много ходить, собирая и проверяя оперативную информацию (иногда до 10-12 км за рабочий день), а также писать или работать на компьютере, документируя оперативно-розыскные действия. Часто приходится участвовать в различных спецоперациях, которые имеют различную направленность физической нагрузки: статическую – участие в засаде, наружном наблюдении и т.п.; динамическую с максимальным проявлением усилий – задержание лица или группы лиц, совершивших или подозреваемых в совершении преступления и оказывающих активное сопротивление.
Характер психической и психофизиологической нагрузки	Высокая психическая и психофизиологическая нагрузка. Большой объем дел в производстве. Как правило, общение с подозреваемыми, потерпевшими и их родственниками сопровождается сильным психоэмоциональным напряжением. Ограниченное время, отводимое на проведение оперативно-розыскных мероприятий и высокая ответственность за их эффективность. Необходимость быстрого и адекватного принятия самостоятельных решений. Возможность возникновения экстремальных ситуаций, связанных с физическим и психологическим воздействием (давлением) со стороны подозреваемого и его подельщиков. Повышенный риск для здоровья и жизни во время силового задержания преступника и других специальных мероприятий.
Внешняя среда	Работа в различных метеорологических и санитарно-гигиенических условиях: в помещениях – 26,5 % всего рабочего времени; в транспорте – 33,1 %; на открытом воздухе – 40,4 %. Смена температур, влажности воздуха, освещенности, ветер и сквозняки, запыленность и загазованность при работе в больших городах.

Продолжение профессиограммы оперуполномоченного уголовного розыска

1	2
Служебно-профессиональные вредности и болезни	Высокое психоэмоциональное напряжение, подверженность стрессам и длительному утомлению, ненормированный труд, опасность травматизма, высокая вероятность простудных и вирусных заболеваний, часто неорганизованный режим питания.
Служебно-профессиональные знания	<p><u>Должен знать:</u> Законы Российской Федерации, задачи аппаратов уголовного розыска в системе ОВД и организационно-правовые основы их деятельности, задачи, принципы и содержание оперативно-розыскных мероприятий. Методы решения оперативно-тактических задач, проведения оперативных комбинаций. Методику изучения оперативной обстановки и тактику предупреждения и раскрытия преступлений. Характер и особенности условий службы оперуполномоченного уголовного розыска, возможности физической культуры в оптимизации различных ее аспектов. Способы физкультурной оптимизации функционального состояния с целью сохранения работоспособности, профессионального здоровья и долголетия. Основы методики совершенствования профессионально важных качеств и служебно-прикладных двигательных навыков. Основания и порядок применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия, специальную тактику и приемы борьбы с массовыми беспорядками, пресечения активного (в т.ч. вооруженного) противодействия преступных групп и отдельных преступников с учетом обеспечения личной безопасности.</p>
Служебно-профессиональные умения и навыки	<p><u>Должен уметь:</u> Проводить первоначальные следственные действия. Разрабатывать и проверять оперативно-розыскные версии. Изучать, анализировать и оценивать оперативную обстановку. Устанавливать психологический контакт с лицами, привлекаемыми в процессе расследования преступлений, а также располагающими сведениями о преступной деятельности. Владеть методами психической и физкультурной саморегуляции состояния, использовать факторы физической культуры для оптимизации служебной деятельности и режима жизнедеятельности. Самостоятельно поддерживать общую и специальную физическую и психофизическую подготовленность. Быстро переходить от сидячей формы труда к работе с максимальными физическими и психическими нагрузками. Управлять автотранспортом. Преследовать преступника на различных участках местности в любых погодных условиях (навыки в лазании, быстром передвижении по пересеченной местности, по скользкому и мягкому грунту, под гору, по лестничным маршам, преодолевая различные препятствия и т.д.). Применять боевые приемы борьбы, специальные (наручники) и подручные средства связывания, приемы наружного досмотра, а также огнестрельное оружие (ПМ) в различных ситуациях. Обеспечивать личную безопасность при проведении оперативно-розыскных мероприятий.</p>

Продолжение профессиограммы оперуполномоченного уголовного розыска

1	2
Ключевые профессионально значимые физические качества и психофизиологические функции	Общая и специальная выносливость к сложнокоординированной скоростно-силовой работе, продолжительному выполнению работы переменной мощности в условиях гипоксии; быстрота простой и сложной двигательной реакции; абсолютная и взрывная сила; способность к переключению с одного режима мышечной работы на другой при необходимости максимального и субмаксимального уровня проявления физических качеств; устойчивость к смене температурного режима.
Ключевые профессионально значимые психические качества, деловые и другие личностные свойства	Психоэмоциональная устойчивость, оперативное мышление, антиципация (предвидение), устойчивость к концентрации, распределению и переключению внимания, организаторские, коммуникативные и аналитические способности, уверенность в своих силах, решительность и смелость, инициативность и внутренняя дисциплинированность.

1.3. Профессиограмма инспектора ДПС ГИБДД

Признаки и факторы профессиональной деятельности	
Перечень	Описание
1	2
Специальность	40.05.02 Правоохранительная деятельность
Квалификация	Юрист
Специализация	Административная деятельность ОВД
Узкая специализация	Сотрудник подразделения по обеспечению безопасности дорожного движения
Должность	Инспектор дорожно-патрульной службы (ДПС) ГИБДД
Объект труда	Человек, автотранспорт, его узлы и агрегаты, дорожные сооружения и технические средства организации и регулирования дорожного движения, водительские, регистрационные, путевые и другие документы.
Предмет труда	Непосредственное содержание бесед и ответов участников дорожного движения, информация, содержащаяся в документах, узлах и агрегатах автотранспорта, следы дорожно-транспортных происшествий.
Цель и задачи труда	Цель – обеспечение безопасности дорожного движения и охрана общественного порядка. Задачи: - сохранение жизни, здоровья и имущества участников дорожного движения, защита их законных прав и интересов, а также интересов общества и государства; - обеспечение безопасного и бесперебойного движения транспортных средств; - предупреждение и пресечение преступлений и административных правонарушений в области дорожного движения;

Продолжение профессиограммы инспектора ДПС ГИБДД

1	2
	<ul style="list-style-type: none"> - охрана общественного порядка, обеспечение общественной безопасности, предотвращение и пресечение преступлений и административных правонарушений на улицах, дорогах и иных общественных местах; - осуществление розыска угнанных и похищенных транспортных средств, а также транспортных средств, водители которых скрылись с мест дорожно-транспортного происшествия (ДТП); - осуществление неотложных действий на месте ДТП, а также принятие мер по эвакуации людей и оказанию им первой помощи, содействие в транспортировке поврежденных транспортных средств и охране имущества, оставшегося без присмотра; - осуществление контроля за состоянием и обустройством улично-дорожной сети и средств регулирования, выявление нарушений и применение мер административного воздействия за нарушения правил ремонта и содержания дорог; - выявление причин и условий, способствующих совершению ДТП, нарушений правил дорожного движения, иных противоправных действий, влекущих угрозу безопасности дорожного движения, принятие мер по их устранению; - информирование населения о складывающейся обстановке в области дорожного движения, причинах ДТП и принимаемых мерах по их предупреждению, участие в реализации других профилактических мероприятий, направленных на обеспечение безопасности дорожного движения.
Функции сотрудника	Исполнительская, контрольно-поисковая, учетно-аналитическая, информационно-профилактическая.
Типичные трудовые действия, операции	Ходьба, бег, управление автотранспортом; заполнение документов вручную; наблюдение за дорожным движением, беседы с его участниками и в случае необходимости привлечение к административной ответственности лиц, совершивших дорожно-транспортное правонарушение. Осуществление неотложных действий на месте ДТП – осмотр места происшествия и оформление соответствующего протокола, сбор первичного материала (заявления, объяснения), оказание первой помощи, преследование, в т.ч. на автомобиле, и задержание лиц, пытающихся скрыться с места происшествия; проверка на подлинность водительских и других документов, идентификационных номеров и маркировки агрегатов автотранспорта; осмотр транспортных средств с целью обнаружения возможного провоза запрещенных предметов.
Основные рабочие органы, системы организма и группы мышц	ЦНС, органы речи, мышцы, обеспечивающие удержание рабочей позы стоя и сидя; мышцы ног, рук и туловища, обеспечивающие основные локомоции (ходьба, бег), вождение транспортного средства и действия по силовому противоборству с правонарушителем; зрительный, слуховой и двигательный анализаторы.

Продолжение профессиограммы инспектора ДПС ГИБДД

1	2
Типичные ошибки в работе	Ошибки в оценке ситуации на дороге, в квалификации противоправных действий в области дорожного движения, в определении подлинности документов, номеров и специальных маркировок, в выборе тактики общения с участниками дорожного движения, в формулировании конкретных и обоснованных вопросов и претензий к ним, в обеспечении личной безопасности во время несения службы, в процессуальных действиях на месте ДТП.
Оценка эффективности труда	Состояние аварийности, количество ДТП на обслуживаемой территории; профессионализм действий при осложнении дорожно-транспортной обстановки; количество выявленных, пресеченных преступлений и правонарушений, раскрытых преступлений, задержанных лиц, подозреваемых в совершении преступлений; качество оформления материалов об административных правонарушениях; количество поступивших на сотрудника обоснованных жалоб.
Средства труда	Авторучка, жезл, компьютер, контрольно-измерительные приборы, средства видеонаблюдения и связи, огнестрельное оружие (ПМ, автомат Калашникова – АКС или АКСУ) и спецсредства (бронезилет, сфера, наручники, палка специальная (ПР), слезоточивый газ, средства принудительной остановки транспорта), транспортные средства (автомобиль, мотоцикл).
Субъекты труда	Руководство, коллеги по работе, следователи, участники дорожного движения (водители, пассажиры, пешеходы). Частота общения высокая, часто общение сопровождается сильным психоэмоциональным напряжением.
Режим службы	Работа чаще всего в две смены по 12 часов (дневные и ночные дежурства) с двумя выходными после них. Однако во время проведения спецопераций (от 2 до 6 раз в месяц) возможно задействование сверх установленного рабочего времени. Режим труда чаще свободный (по плану и в зависимости от обстоятельств).
Двигательная активность	Двигательная активность в основном средняя или низкая. Рабочая поза чаще всего сидя и стоя. Вождение патрульного автомобиля в среднем занимает от всего бюджета служебного времени – 46 %. Наблюдение за участниками дорожного движения, проверка документов, беседа с водителем, составление протоколов и т.п. в положении сидя – 11,9 %, стоя – 42,1 %. В процессе несения службы сотрудники ДПС пешком передвигаются в среднем 2278 м за смену. Это расстояние складывается из преодоления отрезков от 4 до 17 м в спокойном темпе. Иногда возникает необходимость проявления максимальных усилий при управлении автомобилем во время преследования и задержании лиц, оказывающих активное сопротивление. Сравнительно часто возникает необходимость применения огнестрельного оружия для принудительной остановки транспортного средства или задержания лиц, подозреваемых в совершении преступления.

Продолжение профессиограммы инспектора ДПС ГИБДД

1	2
Характер психической и психофизиологической нагрузки	Высокая психическая и психофизиологическая нагрузка, связанная с интенсивным дорожным движением, необходимостью длительное время поддерживать высокую концентрацию внимания. Частые стрессовые ситуации, возникающие при общении с участниками дорожного движения, угрозы и оскорбления с их стороны. Необходимость принятия быстрых и адекватных самостоятельных решений. Большая вероятность возникновения экстремальных ситуаций, опасных для жизни и здоровья.
Внешняя среда	Работа на открытом воздухе (42,1 %), а также в автомобиле (48,6 %) или стационарном посту (9,3 %). Смена температур, влажности, освещенности. Наличие испарений бензина, загазованность, запыленность, шум, сквозняки, высокая, низкая или резкая смена температуры воздуха.
Служебно-профессиональные вредности и болезни	Опасность травматизма, загазованность (интоксикация) и шум превышающие норму в несколько раз, напряжение зрительного анализатора, частая подверженность стрессам, работа в условиях высоких, низких и резкой смены температур и освещенности. Риск возникновения простудных заболеваний, заболеваний органов дыхания и слуха.
Служебно-профессиональные знания	<p><u>Должен знать:</u></p> <p>Законы Российской Федерации, правила дорожного движения, основания и порядок применения административного, уголовного и гражданского законодательства в сфере обеспечения безопасности дорожного движения. Порядок действий по розыску и задержанию похищенных транспортных средств, лиц, скрывшихся с мест ДТП, а также по охране общественного порядка, борьбы с преступностью, в т.ч. в условиях чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Основы оказания первой помощи пострадавшим в ДТП. Основы психологии, педагогики и профессиональной этики.</p> <p>Особенности характера и условий службы инспектора ДПС, способы ее оптимизации для сохранения высокой работоспособности и профессионального здоровья.</p> <p>Основания и порядок применения боевых приемов борьбы, специальных средств и огнестрельного оружия. Тактику действий при проверке документов и беседе с участниками дорожного движения, осмотре транспортного средства, задержании лиц, подозреваемых в совершении правонарушения. Способы извлечения из автомобиля правонарушителя, оказывающего пассивное или активное сопротивление. Меры обеспечения безопасности дорожного движения и личной безопасности сотрудников при осуществлении надзора за дорожным движением.</p>
Служебно-профессиональные умения и навыки	<p><u>Должен уметь:</u></p> <p>Правильно и точно квалифицировать действия лиц, привлекаемых к уголовной и административной ответственности в сфере обеспечения безопасности дорожного движения и охраны общественного порядка.</p>

Продолжение профессиограммы инспектора ДПС ГИБДД

1	2
	<p>Использовать установленные формы, методы и тактические приемы надзора за дорожным движением и ликвидации последствий ДТП.</p> <p>Устанавливать психологический контакт с участниками дорожного движения с целью законного разрешения конфликтных ситуаций. Определять подлинность регистрационных, водительских, путевых документов, идентификационных и государственных номеров агрегатов транспортного средства.</p> <p>Использовать физкультурные и другие средства оптимизации служебной деятельности (совершенствование профессионально значимых качеств и способностей, сохранение и восстановление профессиональной работоспособности, профилактика и коррекция воздействий профессиональных вредностей и заболеваний).</p> <p>Управлять автотранспортными средствами в различных условиях. Оказывать первую помощь пострадавшим в ДТП.</p> <p>Тактически грамотно проводить проверку документов и осмотр транспортного средства. Обеспечивать личную безопасность и безопасность напарника.</p> <p>Применять боевые приемы борьбы, специальные средства и огнестрельное оружие (ПМ, АКС и АКСУ) в различных ситуациях: при извлечении активно или пассивно сопротивляющегося правонарушителя из автомобиля; при пресечении сопротивления, в т.ч. группового, в момент проверки документов и осмотра транспортного средства, используя ПР, приемы надевания наручников и наружного досмотра индивидуально и в совокупности с напарником.</p> <p>Вести огонь по движущимся целям (удаляющемуся автомобилю), в темное время суток, из движущегося автомобиля в положении сидя с двух рук, с правой или левой руки, при ограниченной подвижности, вызванной вынужденной позой, зимней одеждой, бронежилетом.</p>
<p>Ключевые профессионально значимые физические качества и психофизиологические функций</p>	<p>Общая и статическая выносливость мышц, участвующих в удержании позы сидя и стоя; устойчивость к гиподинамии, монотонии и интоксикации; устойчивость к воздействию низких, высоких и резкой смене температур; быстрота зрительного различения и выносливость зрительного анализатора; координационные способности и специальная выносливость к сложнокоординированной скоростно-силовой работе; способность к быстрому переключению с одного режима мышечной работы на другой.</p>
<p>Ключевые профессионально значимые психические качества, деловые и другие личностные свойства</p>	<p>Уверенность в своих силах; психоэмоциональная устойчивость (стрессоустойчивость); оперативное мышление и память; антиципация (предвидение); устойчивость и подвижность нервных процессов; свойства внимания (объем, распределение, переключение, избирательность, концентрация и устойчивость); коммуникативные способности, смелость и решительность; настойчивость и принципиальность, корректность, дисциплинированность, аккуратность.</p>

1.4. Профессиограмма инспектора регистрационно-экзаменационного подразделения ГИБДД

Признаки и факторы профессиональной деятельности	
Перечень	Описание
1	2
Специальность	40.05.02 Правоохранительная деятельность
Квалификация	Юрист
Специализация	Административная деятельность ОВД
Узкая специализация	Сотрудник подразделения по обеспечению безопасности дорожного движения
Должность	Инспектор регистрационно-экзаменационного подразделения (РЭО) ГИБДД
Объект труда	Человек, автотранспорт, его узлы и агрегаты, водительские и регистрационные документы.
Предмет труда	Информация, содержащаяся в маркировках узлов и агрегатов транспортных средств, водительских и регистрационных документах, базе данных по учету автотранспорта.
Цель и задачи труда	<p>Цель – регистрация и учет автотранспорта, прием экзаменов и выдача водительских удостоверений.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - регистрация автотранспортных средств, оформление и выдача регистрационных документов; - выявление административных нарушений и уголовных преступлений, привлечение к административной ответственности лиц, нарушающих правила регистрации и учета автотранспорта; - проведение мероприятий по розыску угнанных и похищенных транспортных средств, выявлению поддельных документов, организация и проведение проверки при регистрации автотранспортных средств на предмет выявления изменений маркировочных обозначений; - организация и прием экзаменов на право вождения транспортного средства, выдача и замена водительских удостоверений; - проведение соответствующих проверок по учетам: водителей, лишенных права на управление транспортными средствами; выданных водительских удостоверений; распределенных и утраченных (похищенных) бланков водительских удостоверений и водительских удостоверений лиц, объявленных в розыск; - участие в обследовании материально-технической базы образовательных учреждений на соответствие требованиям нормативных правовых актов, регламентирующих организацию подготовки и переподготовки водителей; - проведение профилактической работы по безопасности дорожного движения.
Функции сотрудника	Исполнительская, учетно-контролирующая, организационно-управленческая, информационно-профилактическая.

Продолжение профессиограммы инспектора РЭО ГИБДД

1	2
Типичные трудовые действия, операции	Вождение автотранспорта; ходьба; работа на компьютере и другой оргтехнике; заполнение документов вручную; осмотр и проверка транспортных средств, предоставляемых на регистрацию; аналитические операции при определении подлинности регистрационных и водительских документов, идентификационных и государственных номеров транспортного средства; наблюдение, беседы и оценка знаний и умений экзаменуемых на право вождения транспортного средства; проведение проверок по учетам и направлению запросов.
Основные рабочие органы, системы организма и группы мышц	ЦНС, органы речи, позные мышцы, обеспечивающие удержание рабочей позы сидя (спины, шеи и плечевого пояса); зрительный, слуховой и двигательный (мелкие движения кистями и пальцами рук) анализаторы.
Типичные ошибки в работе	В квалификации противоправных действий в сфере регистрации и учета транспортных средств; в определении подлинности документов, номеров и специальных маркировок; в выборе тактики общения с владельцами автотранспорта и экзаменуемыми на право вождения транспортного средства; в оформлении регистрационных и водительских документов.
Оценка эффективности труда	Количество замечаний и жалоб автовладельцев, количество выявленных и пресеченных преступлений и правонарушений в сфере регистрации и учета транспортных средств, в том числе найденного автотранспорта, состоящего в розыске.
Средства труда	Авторучка, компьютер и другая оргтехника, контрольно-измерительные приборы, автотранспортные средства.
Субъекты труда	Руководство, коллеги по работе, владельцы автотранспорта, экзаменуемые на право вождения транспортного средства. Частота общения средняя, иногда бывают сложные ситуации.
Режим службы	Режим труда чаще нормированный: одна смена по 8 ч. с перерывом на обед в 1 ч. От 1 до 3 суточных дежурств в месяц в качестве дежурного (или его помощника) по отделу (управлению). 6-8 выходных дней в месяц. Во время проведения специальных мероприятий возможно задействование сверх установленного рабочего времени.
Двигательная активность	Двигательная активность низкая. Рабочая поза чаще всего сидя (в кабинете – 70,6 %, в автомобиле – 9,6 %) и стоя (19,8 %). Вождение автомобиля в среднем занимает от всего бюджета служебного времени – 1,4 %; ввод информации в компьютер и корректировка данных – 40,5 %; служебные запросы и ответы на вопросы по телефону – 11 %; поиск документов, проверка данных по компьютеру, запись в документах вручную – 12,8 %; ответы на вопросы владельцев транспортных средств – 10,2 %; осмотр и проверка транспортных средств – 15,1 %. В процессе несения службы сотрудники РЭО пешком (в спокойном темпе) передвигаются в среднем до 1 км за смену. В среднем за день обрабатывается 283 документа.

Продолжение профессиограммы инспектора РЭО ГИБДД

1	2
Характер психической и психофизиологической нагрузки	Психическая и психофизиологическая нагрузка связаны в основном с большим объемом работы и ее монотонностью, с интенсивным потоком автовладельцев и стрессовыми ситуациями, возникающими при общении с ними, необходимостью продолжительное время поддерживать высокую концентрацию внимания и принимать быстрые решения.
Внешняя среда	Работа в основном в помещении (73,2 %), на открытом воздухе (17,2 %), а также в автомобиле (9,6 %). Иногда недостаточная освещенность, слабая вентиляция, большая скученность людей и как следствие, повышенное содержание углекислого газа и недостаток кислорода, излучение и шум от работающей оргтехники. Шум от работающего автотранспорта, наличие испарений бензина, загазованность.
Служебно-профессиональные вредности и болезни	Вынужденная рабочая поза сидя, гиподинамия и монотония, напряжение зрительного анализатора, возможность гипоксии и интоксикации. Опасность травматизма при оценке навыков экзаменуемого на право вождения транспортного средства. Риск возникновения простудных и других заболеваний дыхательной системы, заболеваний сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, зрительного анализатора, органов малого таза.
Служебно-профессиональные знания	<p><u>Должен знать:</u> Законы Российской Федерации, правила дорожного движения, правила регистрации и учета транспортных средств, основания и порядок выдачи и замены водительских удостоверений. Основные технические характеристики базовых автомобилей, мотоциклов и мотороллеров, требования, предъявляемые к их техническому состоянию. Содержание программ подготовки водителей, предъявляемые к ним требования, методику проведения экзаменов на право вождения транспортного средства. Основы делопроизводства, профессиональной этики, психологии и педагогики, оказания первой помощи. Основания и порядок применения боевых приемов борьбы, специальных средств и огнестрельного оружия. Особенности характера и условий служебной деятельности, способы психологического и физкультурного регулирования и оптимизации своего состояния в рамках служебной и повседневной деятельности.</p>
Служебно-профессиональные умения и навыки	<p><u>Должен уметь:</u> Осуществлять проверку автотранспорта, представляемого на регистрацию. Выявлять дефекты транспортных средств, угрожающие безопасности дорожного движения. Определять подлинность регистрационных, водительских документов, идентификационных и государственных номеров узлов и агрегатов автотранспорта. Пользоваться базой данных по учету автотранспорта, вносить в нее соответствующие изменения. Работать на компьютере, применять спецтехнику, используемую в регистрационно-экзаменационных подразделениях.</p>

Продолжение профессиограммы инспектора РЭО ГИБДД

1	2
	<p>Управлять автотранспортом, проводить экзамены на право вождения транспортных средств различной категории, оказывать первую помощь.</p> <p>Применять огнестрельное оружие, боевые приемы борьбы и специальные средства. Владеть методами психической саморегуляции, другими, в т.ч. физкультурными, способами оптимизации функционального состояния, повышения и поддержания работоспособности, коррекции воздействий профессиональных вредностей и профилактики сопутствующих заболеваний.</p>
Ключевые профессионально значимые физические качества и психофизиологические функций	Общая и статическая выносливость мышц, участвующих в удержании позы сидя (спины, шеи и плечевого пояса); устойчивость к гиподинамии, монотонии, интоксикации; выносливость зрительного анализатора и быстрота зрительного различения; общие координационные способности и тонкая координация движений рук, в особенности пальцев.
Ключевые профессионально значимые психические качества, деловые и другие личностные свойства	Свойства внимания (концентрация и устойчивость); оперативное и техническое мышление; психоэмоциональная устойчивость, организаторские и коммуникативные способности; корректность, дисциплинированность, аккуратность.

1.5. Профессиограмма участкового уполномоченного полиции

Признаки и факторы профессиональной деятельности	
Перечень	Описание
1	2
Специальность	40.05.02 Правоохранительная деятельность
Квалификация	Юрист
Специализация	Административная деятельность ОВД
Узкая специализация	Деятельность участкового уполномоченного полиции
Должность	Участковый уполномоченный полиции
Объект труда	Человек, документы, оперативная информация.
Предмет труда	Непосредственное содержание документов и бесед с гражданами.
Цель и задачи труда	<p>Цель – обеспечение общественной, личной и имущественной безопасности граждан.</p> <p>Задачи: предупреждение и пресечение преступлений и административных правонарушений; расследование и раскрытие преступлений, по делам по которым производство предварительного следствия не обязательно; поиск и получение оперативной информации, анализ оперативной обстановки; профилактика преступлений и правонарушений.</p>
Функции сотрудника	Исполнительская, поисковая, аналитическая, контрольно-профилактическая, организационная.

Продолжение профессиограммы участкового уполномоченного полиции

1	2
Типичные трудовые действия, операции	Ходьба, бег; работа на компьютере и заполнение документов вручную; встречи с агентами, беседы с гражданами, решение бытовых конфликтов на обслуживаемой территории; аналитические операции по оценке оперативной обстановки и выдвигению оперативных версий; осуществление первоначальных следственных действий и сбор первичного материала (заявления, объяснения, опрос свидетелей, очевидцев); отработка (обход) жилого массива и задержание лиц, находящихся в розыске или подозреваемых в совершении преступления; надзор за лицами, в отношении которых установлены ограничения; прием поступающих от граждан предложений, заявлений, жалоб и осуществление по ним соответствующих мероприятий.
Основные рабочие органы, системы организма и группы мышц	ЦНС, органы речи, мышечный аппарат – мышцы ног (приходится много ходить, реализуя процессуальные действия по заявлениям граждан, осуществляя поиск оперативной информации, а также преследовать подозреваемого), мышцы рук, плечевого пояса (при выполнении действий, направленных на силовое задержание правонарушителя), позные мышцы (шея, спина, плечевой пояс); зрительный, слуховой и двигательный анализаторы.
Типичные ошибки в работе	Ошибки в оценке оперативной обстановки; в классификации преступлений и правонарушений; в оформлении административно-процессуальных документов; в организации профилактической работы; в обеспечении личной безопасности.
Оценка эффективности труда	Качество профилактической работы, уровень преступности на обслуживаемом участке, количество предотвращенных и раскрытых преступлений, количество рассмотренных заявлений граждан и эффективность принятых по ним решений, количество задержаний лиц, находящихся в розыске или подозреваемых в совершении преступлений.
Средства труда	Авторучка, компьютер, огнестрельное оружие (ПМ) и специальные средства (наручники, слезоточивый газ, ПР, бронежилет), средства связи, иногда автотранспорт.
Субъекты труда	Частота общения высокая, практически всегда с психоэмоциональным напряжением. Руководство, граждане, агенты, потерпевшие, подозреваемые, свидетели, очевидцы, коллеги по работе, следователи, оперуполномоченные уголовного розыска, лица, в отношении которых установлены ограничения.
Режим службы	Рабочий день не имеет строго определенных временных границ: в среднем 9 ч. 43 мин, максимально 13 ч. 26 мин; число выходных дней в месяц в среднем 4. В течение месяца на одного участкового уполномоченного полиции приходится в среднем 5-6 суточных дежурств. В среднем до 2-5 раз в месяц приходится участвовать в различных оперативных мероприятиях и спецоперациях, которые часто проходят в ночное время, в праздничные и выходные дни.

Продолжение профессиограммы участкового уполномоченного полиции

1	2
Двигательная активность	Двигательная активность средняя, иногда высокая. Рабочие позы в основном сидя и стоя: в среднем сидя – 3 ч. 41 мин (37,9 % всего рабочего времени), стоя – 2 ч. 32 мин (26,1 %); ходьба, бег – 3 ч. 30 мин (36,0 %). Физическая нагрузка выпадает на мышцы ног, обеспечивающие передвижение на различных участках местности (асфальтированная дорога, пересеченная местность, лестничные марши и т.д.) иногда до 12-15 км в день, мышцы, обеспечивающие рабочую позу сидя (спины, шеи, плечевого пояса). Часто при решении бытовых конфликтов и осуществлении профилактических мероприятий по пресечению правонарушений на почве пьянства и наркомании приходится применять меры физического воздействия (боевые приемы борьбы, спецсредства, реже огнестрельное оружие). Иногда в составе опергруппы приходится выезжать на место происшествия и участвовать в задержании подозреваемого, где может возникнуть необходимость его преследования на различных участках местности с последующим применением специальных навыков и огнестрельного оружия.
Характер психической и психофизиологической нагрузки	Высокая психическая и психофизиологическая нагрузка. Постоянно приходится общаться с эмоционально возбужденными людьми, от некоторых поступают угрозы и оскорбления. Большая обслуживаемая территория и, как правило, отсутствие служебного транспорта. Эмоциональное и интеллектуальное напряжение при решении сложных задач в условиях лимита времени с повышенной личной ответственностью. Высокая степень утомляемости и отсутствие достаточного времени для отдыха. Участие в разрешении конфликтных ситуаций и задержаниях подозреваемых в совершении преступления, где существует явная угроза для жизни и здоровья.
Внешняя среда	Работа протекает в различных метеорологических и санитарно-гигиенических условиях: в среднем в помещении – 3 ч. 58 мин (40,8 % всего рабочего времени); в транспорте – 2 ч. 20 мин (24 %); на открытом воздухе – 3 ч. 25 мин (35,2 %); смена температур, влажности, освещенности, ветер и сквозняки. Запыленность, загазованность, шум при работе в крупных городах.
Служебно-профессиональные вредности и болезни	Частая подверженность стрессам и длительному утомлению, психоэмоциональные перегрузки, опасность для жизни и здоровья при исполнении служебных обязанностей и вне службы, высокая вероятность травматизма и простудных заболеваний.
Служебно-профессиональные знания	<u>Должен знать:</u> Законы Российской Федерации. Правовые основы организации муниципальной власти. Правовой статус, задачи и функции, формы и методы работы участкового уполномоченного полиции, других служб и подразделений территориальных органов МВД России.

Продолжение профессиограммы участкового уполномоченного полиции

1	2
	<p>Организацию и тактику действий по обеспечению общественного порядка. Формы и методы выявления лиц, склонных к нарушению общественного порядка, ведущих антиобщественный образ жизни. Основы психологии, педагогики и профессиональной этики.</p> <p>Характер и условия службы участкового уполномоченного полиции, средства и методы ее физкультурной оптимизации.</p> <p>Порядок задержания и конвоирования подозреваемых в совершении преступлений и правонарушений. Основания и порядок применения боевых приемов борьбы, специальных средств, огнестрельного оружия. Тактику действий при осмотре помещений, проверке документов и беседе с подозреваемыми в совершении правонарушений. Меры по обеспечению личной безопасности в различных ситуациях.</p>
<p>Служебно-профессиональные умения и навыки</p>	<p><u>Должен уметь:</u></p> <p>Правильно и точно квалифицировать действия лиц, совершающих правонарушения, осуществлять первоначальные следственные действия, составлять административно-процессуальные документы.</p> <p>Проводить индивидуальные и коллективные беседы с гражданами, рассматривать и решать поступившие от них заявления, оперативно и квалифицированно осуществлять разбирательство при выезде на бытовые конфликты.</p> <p>Отрабатывать жилой массив, изучать, анализировать и оценивать оперативную обстановку. Устанавливать психологический контакт с гражданами, располагающими сведениями о преступной деятельности.</p> <p>Управлять автотранспортом. Преследовать преступника на различных участках местности в любых погодных условиях (навыки в лазании, быстром передвижении по пересеченной местности, по скользкому и мягкому грунту, под гору, по лестничным маршам, преодолевая различные препятствия и т.д.). Применять боевые приемы борьбы, специальные средства и огнестрельное оружие в различных ситуациях: при нападении, в т.ч. групповом, или задержании правонарушителя в ограниченном пространстве (в подъезде, лифте, квартире), при пресечении нападения или сопротивления вооруженного ножом или другим предметом, в т.ч. с использованием ПР, наручников или подручных средств; вести огонь из ПМ после передвижения, из различных положений с быстрым уходом и укрытием от встречного огня, в ограниченное время, в условиях плохой видимости и повышенной ответственности за результативность стрельбы, т.к. в подавляющем большинстве случаев задержание преступников с использованием огнестрельного оружия происходит на улицах населенных пунктов и в помещениях, где могут пострадать посторонние люди.</p>

Продолжение профессиограммы участкового уполномоченного полиции

1	2
	Использовать физические упражнения и другие факторы физической культуры для регулирования своего состояния и оптимизации служебной и повседневной деятельности, поддерживая на высоком уровне работоспособность, осуществляя коррекцию воздействий профессиональных вредностей и профилактику сопутствующих заболеваний, совершенствуя общую и специальную физическую и психофизическую подготовленность.
Ключевые профессионально значимые физические качества и психофизиологические функции	Общая и силовая (динамическая и статическая) выносливость, абсолютная и взрывная сила, быстрота простой и сложной двигательной реакции, скоростно-силовые и координационные способности (быстро перестраивать двигательные действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки); устойчивость к работе в различных температурных условиях (от низких до высоких, а также при резкой смене температур); способность к быстрому переключению с одного режима мышечной работы на другой.
Ключевые профессионально значимые психические качества, деловые и другие личностные свойства	Переключение и распределение внимания, психоэмоциональная устойчивость, оперативное мышление и память, антиципация (предвидение), устойчивость и подвижность нервных процессов, аналитические, организаторские и коммуникативные способности. Решительность и смелость, самостоятельность и инициативность, настойчивость, внимательность, корректность, дисциплинированность.

1.6. Профессиограмма эксперта-криминалиста

Признаки и факторы профессиональной деятельности	
Перечень	Описание
1	2
Специальность	40.05.03 Судебная экспертиза
Квалификация	Судебный эксперт
Специализация	Криминалистические экспертизы
Должность	Эксперт-криминалист
Объект труда	Человек, различные следы и иные вещественные доказательства.
Предмет труда	Свойства и признаки материальных объектов экспертизы.
Цель и задачи труда	Цель – технико-криминалистическое обеспечение следственных действий по обнаружению, фиксации, изъятию и исследованию следов и иных вещественных доказательств. Задачи: производство экспертиз и участие в качестве специалиста в следственных действиях и оперативно-розыскных мероприятиях; ведение экспертно-криминалистических учетов и обеспечение их эффективного использования в процессе выявления, предупреждения, раскрытия и расследования преступлений; выявление условий, способствующих совершению преступлений, и разработка предложений, направленных на их устранение.

Продолжение профессиограммы эксперта-криминалиста

1	2
Функции сотрудника	<p>Исполнительская (исполнение приказов и распоряжений).</p> <p>Поисковая (поиск экспертно-криминалистического материала).</p> <p>Исследовательская (фиксирование следов и иных вещественных доказательств в ходе проведения следственных действий, проведение экспертиз и документальное оформление их результатов).</p> <p>Учетно-аналитическая (ведение криминалистических учетов; анализ и обобщение материалов экспертной практики для выявления условий, способствующих совершению преступлений; анализ практики использования криминалистических средств и методов с целью более эффективного их использования).</p> <p>Консультационно-информационная (оказание помощи в организации использования криминалистических средств и методов следственным и оперативным аппаратам ОВД, обеспечение их сотрудников информацией о возможностях экспертно-криминалистических подразделений в борьбе с преступностью, участие в обучении сотрудников ОВД криминалистическим приемам и методам в раскрытии и расследовании преступлений).</p> <p>Профилактическая (разработка предложений, направленных на устранение условий, способствующих совершению преступлений).</p> <p>Организационно-управленческая (организация взаимодействия с подразделениями ОВД, руководство подчиненными, отдача распоряжений и рекомендаций).</p>
Типичные трудовые действия, операции	Аналитические операции, ходьба, работа на компьютере, с лупой, микроскопом, фотоаппаратом, видеокамерой, ауди- и видеомagneтофоном, материалами для изготовления копий следов, другими технико-криминалистическими средствами.
Основные рабочие органы, системы организма и группы мышц	<p>Анализаторы: зрительный, тактильный, двигательный.</p> <p>Органы и системы: ЦНС, руки, в особенности кисти и пальцы; позные мышцы (спина, шея и плечевой пояс).</p>
Типичные ошибки в работе	Нарушение или уничтожение исследуемых объектов; ошибки в методике проведения экспертиз; нарушение места происшествия.
Оценка эффективности труда	Результативность участия сотрудника в качестве специалиста в осмотрах мест происшествий; эффективность использования экспертно-криминалистических учетов; сроки, качество и результативность экспертиз; внедрение передового опыта других экспертно-криминалистических подразделений.
Средства труда	Компьютер, различные лупы и микроскопы, измерительная, кино-, фото-, видео- и звукозаписывающая аппаратура, химические реактивы, магнитные порошки, йодная трубка, дактилоскопические пленки, материалы для изготовления копий следов, металлоискатели и другие технико-криминалистические средства.
Субъекты труда	Руководство, коллеги по работе, следователи и оперативные работники. Частота общения невысокая, но бывают сложные ситуации.

Продолжение профессиограммы эксперта-криминалиста

1	2
Режим службы	По регламенту труд нормирован: 8 ч. с перерывом на обед, 5 раз в неделю, но фактическая продолжительность рабочего дня составляет от 9 ч. до 9 ч. 30 мин, иногда до 13 ч. Время обеденного перерыва часто определяется в зависимости от обстоятельств. Средняя продолжительность обеденного перерыва 37 мин, у некоторых 15 мин и менее. Фактическое количество выходных дней 4-6 в месяц. В месяц 3-5 суточных дежурства, 4-6 выездов на место происшествия во время дежурства и до 3-4 выездов в неделю в течение обычного рабочего дня. Проведение экспертиз и исследований в среднем составляет 67,3% рабочего времени. Возможно участие в мероприятиях по охране общественного порядка 2-5 раз в год. Выход в отпуск осуществляется по графику, но возможны изменения.
Двигательная активность	Двигательная активность низкая. По данным пульсометрии средний показатель частоты сердечных сокращений (ЧСС) составляет 78,2 уд/мин. В среднем эксперты за рабочий день проходят 792 м, некоторые до 100 м, во время выезда на место происшествия 1-2 км. Рабочая поза – сидя (77,9 % рабочего времени). Физическая нагрузка выпадает на позные мышцы (спина, шея, плечевой пояс), а также на мышцы рук (кисти, предплечья). В среднем 51 % рабочего времени занимает работа на компьютере, у некоторых до 90 %. Труд «легкий» – 1-я категория по степени тяжести.
Характер психической и психофизиологической нагрузки	Высокая психическая и психофизиологическая нагрузка, связанная с малоподвижностью и монотонностью труда. Как правило, большой объем экспертиз, ограниченное время на их проведение, высокая ответственность за результаты труда. До 5 и более раз в день возможно возникновение сильных психоэмоциональных стрессов во время общения (с руководством, следователями и т.п.), выезда на место происшествия (ЧСС в такие моменты может повышаться до 140-150 уд/мин). Труд «значительно напряженный» – 3-я категория по степени напряженности.
Внешняя среда	В основном работа в помещении (86,9 % рабочего времени), иногда сильная запыленность, недостаточная освещенность и вентиляция, излучение от работающей техники, наличие углекислого газа и других вредных испарений от химических реактивов.
Служебно-профессиональные вредности и болезни	Малоподвижность, монотонность, вынужденная рабочая поза сидя, напряжение зрительного анализатора, психоэмоциональная напряженность, иногда интоксикация и неорганизованный режим питания. Нарушение осанки, остеохондроз, заболевания органов дыхания (ринит, фарингит, бронхит), системы кровообращения (гипертония, варикозное расширение вен, геморрой), органов малого таза (воспаление куперовых и предстательной желез у мужчин, воспаление маточных труб и смещение положения матки у женщин), органов зрения (астения, рабочая миопия), органов пищеварения (гастрит, язва), нарушения обмена веществ (сахарный диабет, ожирение).

Продолжение профессиограммы эксперта-криминалиста

1	2
Служебно-профессиональные знания	<p><u>Должен знать:</u> Законы Российской Федерации, нормативные акты, регламентирующие деятельность экспертно-криминалистических подразделений ОВД. Общую теорию, методику проведения судебных экспертиз и порядок оформления их результатов. Правила эксплуатации и технику безопасности при работе с криминалистическими средствами. Основания и порядок применения боевых приемов борьбы, специальных средств, огнестрельного оружия. Устройство различных видов огнестрельного оружия, меры безопасности и порядок обращения с ними. Задачи, особенности характера и условий служебной деятельности эксперта-криминалиста, способы регулирования и оптимизации своего состояния, повышения и поддержания работоспособности.</p>
Служебно-профессиональные умения и навыки	<p><u>Должен уметь:</u> Пользоваться различными методами экспертных исследований, вычислительной, измерительной и другой криминалистической техникой. Применять при производстве экспертиз научные методы и средства поиска, обнаружения, документирования, изъятия следов и вещественных доказательств, методы математического моделирования и компьютерные технологии. Владеть способами психического и физкультурного регулирования своего состояния, повышения и поддержания работоспособности, профилактики и коррекции профессиональных вредностей и заболеваний. Использовать боевые приемы борьбы, спецсредства и табельное оружие (ПМ) в различных ситуациях.</p>
Ключевые профессионально значимые физические качества и психофизиологические функций	<p>Общая выносливость (работоспособность); статическая выносливость позных мышц (спины, шеи и плечевого пояса); динамическая выносливость мышц рук, в особенности предплечий и кистей; координация (согласованность) движений рук, в особенности кистей и пальцев; точность движений и способность дозировать силовые напряжения (от минимальных до средних); быстрота зрительного различения; выносливость зрительного анализатора; устойчивость к гиподинамии, монотонии и интоксикации.</p>
Ключевые профессионально значимые психические качества, деловые и другие личностные свойства	<p>Свойства внимания (концентрация, распределение, переключение, устойчивость), психоэмоциональная устойчивость, аналитические способности, терпение и выдержка, инициативность и дисциплинированность.</p>

Составленные профессиограммы основных первичных должностей выпускников образовательных организаций МВД России, безусловно, могут в той или иной части использоваться для проектирования различных образовательных дисциплин, но все-таки основное их назначение, исходя

из представленного содержания, это построение (корректировка) физической подготовки с учетом оптимизации текущей учебной и предстоящей служебной деятельности курсантов и слушателей, обучающихся по различным специальностям, специализациям и направлениям (профилям, узким специализациям) подготовки, а также разработка прикладных физкультурных технологий в физической подготовке сотрудников конкретных служб и подразделений территориальных органов МВД России.

Понятно, что из всех указанных в профессиограмме признаков и факторов служебной деятельности, какие-то являются более значимыми или более подверженными оптимизирующему воздействию средствами физической культуры, другие – менее. Как показывает опыт построения технологий физкультурной оптимизации профессионального труда [3; 5; 8; 9; 13; 20; 23; 41; 42], наиболее информативными для их разработки являются следующие его признаки и факторы: 1) режим труда; типичные трудовые действия, операции; основные рабочие органы и системы организма; типичные ошибки, случающиеся в работе; 2) двигательная активность; основные и вспомогательные рабочие движения; физическая нагрузка и ее направленность; рабочая поза; 3) характер психической и психофизиологической нагрузки; 4) климатические, метеорологические, микроклиматические и санитарно-гигиенические условия труда; 5) профессиональные вредности и заболевания; 6) ключевые профессионально значимые умения и навыки, физические качества и психофизиологические функции, психические качества и способности, деловые и другие личностные свойства.

ГЛАВА 2. ПОРЯДОК ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОФЕССИОГРАФИЧЕСКОЙ ИНФОРМАЦИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Физическая культура обладает широкими возможностями для воздействия на различные стороны профессиональной деятельности, так как между ними существует тесная взаимосвязь, естественной основой которой является объективное единство функций организма, задействованных как в процессе труда, так и в физических упражнениях [32].

В основе механизма влияния средств физической культуры на успешную профессиональную деятельность лежит, кроме прочего, явление переноса умений и навыков, сформированных в одной области человеческой деятельности, на результаты овладения умениями и навыками в новых сферах. Явление переноса тренированности наблюдается и в развитии психофизических качеств и личностных способностей. Во многих случаях это связано с общностью морфологических, биохимических, функциональных и психофизиологических изменений в организме под влиянием физических упражнений и профессиональной деятельности [12].

Полученная профессиографическая информация является первым этапом или «фундаментом» в деле построения технологий подготовки к профессиональной деятельности и дальнейшей ее оптимизации. Параметры профессиограммы позволяют выявить особенности характера и условий службы специалиста, которые в наибольшей степени подвержены оптимизирующему воздействию физическими упражнениями. Такая информация служит поводом для корректировки задач физической подготовки, решение которых требует определения соответствующего содержания, методов и форм занятий, отбора средств обучения, воспитания и контроля.

2.1. Физкультурно-прикладные задачи физической подготовки, средства и методы их решения

Традиционно задачи по подготовке к конкретному виду трудовой деятельности в теории и практики физического воспитания решаются в рамках профессионально-прикладной физической культуры [22; 31; 34]. Поэтому, основываясь на исходных данных, полученных в результате профессиографирования, предлагается задачи относительно подготовки и дальнейшей оптимизации предстоящей служебной деятельности курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России сформулировать как физкультурно-прикладные задачи физической подготовки (или задачи по формированию служебно-прикладной физической культуры), которые обобщенно можно представить следующим образом:

1. Овладение прикладными физкультурными знаниями для успешного их практического применения курсантами и слушателями в текущей учебной и предстоящей служебной деятельности:

- о задачах, особенностях характера и условий службы и требованиях, которые она предъявляет к профессионалу, возможностях физической культуры в оптимизации служебной деятельности и сущности, функциях, формах, структуре служебно-прикладной физической культуры (СПФК);

- об организационно-методических основах СПФК (средствах, методах и формах занятий, направленных на развитие профессионально значимых качеств, способностей и функций, коррекцию воздействий вредностей учебного труда, профессиональных вредностей и профилактику сопутствующих заболеваний, повышение, поддержание и восстановление профессиональной работоспособности).

2. Повышение профессиональной работоспособности путем содействия развитию и совершенствованию ключевых профессионально значимых физических и психических качеств, психофизиологических функций, деловых и других личностных свойств.

3. Коррекция воздействий вредностей учебного труда, профилактика профессиональных вредностей и сопутствующих заболеваний.

4. Содействие сохранению и восстановлению профессиональной работоспособности.

5. Формирование практических и методических умений и навыков регулирования и самоконтроля психофизического состояния путем адекватного подбора физических упражнений, психологических, гигиенических и естественных факторов природы, составления комплексов и планов проведения занятий в рамках различных форм СПФК (утренняя физическая зарядка, занятия во внеучебное (послерабочее) время, выходные дни и отпуске с элементами профессиональной направленности; производственная гимнастика в режиме учебного (рабочего) дня; занятия профилированными видами спорта), воспитание потребности в таких занятиях с последующим включением их в личный режим жизнедеятельности.

Перечисленные задачи должны быть конкретизированы с учетом реализуемой специальности, специализации, направления (профиля, узкой специализации) подготовки, определяющие специфику предстоящей службы в соответствующем подразделении и должности. Принципиальная особенность физкультурно-прикладных задач физической подготовки заключается в их направленности на достижение в процессе обучения и воспитания непосредственно прикладных результатов для избранной профессиональной деятельности. Такая направленность находит конкретное выражение в специфическом содержании и методике занятий, обеспечивающих формирование индивидуальных основ СПФК, научное обоснование которых может быть дано с позиций учения об адаптации организма человека и теории переноса тренированности [22; 31; 34; 39]. Другими словами,

наметив приоритеты и значимые направления в подготовке и организации предстоящей службы курсантов и слушателей, которые составляют основное содержание СПФК, необходимо определить адекватные поставленным задачам средства и методы их решения.

К средствам и методам СПФК относятся традиционные общепедагогические и специфические средства и методы физического воспитания, которые подбираются в полном соответствии с задачами подготовки будущих специалистов в конкретных областях профессиональной деятельности.

Основным средством, безусловно, являются *физические упражнения*, заимствованные из богатого арсенала основных, подготовительных и специальных упражнений видов спорта, общей и специальной физической подготовки, лечебной и оздоровительной физической культуры. Физические упражнения, составляющие основное содержание лечебной и оздоровительной физической культуры, в зависимости от их преимущественной направленности используются для улучшения функционирования и надежности отдельных органов и систем организма, которые в большей степени задействованы в конкретном трудовом процессе и на которые приходится основное воздействие неблагоприятных факторов (профессиональных вредностей) трудовой деятельности, тем самым, содействуя повышению, сохранению, восстановлению профессиональной работоспособности и профилактике профессиональных заболеваний. Упражнения для развития и совершенствования профессионально значимых качеств, способностей, функций и свойств организма преимущественно заимствуются из основных, подготовительных и специальных упражнений видов спорта, общей и специальной физической подготовки [40].

Решению задач СПФК наряду с физическими упражнениями активно способствуют *природные факторы* (солнце, воздух и вода), *гигиенические и психологические факторы* (санитарно-гигиеническая обстановка мест занятий и оборудования, режим дня, сна, режим и рацион питания, массаж и самомассаж, гидропроцедуры, приемы психической саморегуляции, аутотренинг и т.п.). Правильное применение таких мероприятий усиливает эффект использования физических упражнений и вместе с тем может служить относительно самостоятельным средством, систематическое использование которых повышает физическую и умственную работоспособность, общую резистентность организма, способствует улучшению переносимости различных неблагоприятных факторов производственной и внешней среды [40].

В качестве основных методов СПФК преимущественно выступают методы физического воспитания, состоящие из различных комбинаций нагрузок и отдыха, направленных на достижение и закрепление адаптационных перестроек в организме. Они реализуются в режиме непрерывной и прерывной работы со стандартными и вариативными нагрузками и другими условиями выполнения физических упражнений [18].

Методы непрерывного упражнения характеризуются непрерывной мышечной деятельностью со стандартной или вариативной интенсивностью. Равномерный метод характеризуется стандартной интенсивностью и представляет собой длительную непрерывную работу умеренной интенсивности, выполняемую с равномерными усилиями (благоприятно воздействует на развитие общей выносливости), или работу предельной интенсивности в максимально возможном отрезке времени (применяется для развития специальной выносливости). Содержание данного метода составляют различные виды циклических упражнений (равномерный бег, плавание, передвижение на лыжах или велосипеде и др.), а также стандартное поточное выполнение силовых, гимнастических и других упражнений ациклического характера. Тренирующее воздействие на организм в этом случае обеспечивается в период работы, а нагрузка регулируется либо изменением длительности, либо интенсивности выполнения упражнения. Непрерывная мышечная деятельность, осуществляемая в режиме изменяющейся (вариативной) интенсивности, реализуется в переменном методе: в циклических передвижениях – это «рваный бег», «фартлек», плавание и другие виды непрерывных передвижений с изменяющейся скоростью от умеренных до максимальных величин; в ациклических упражнениях – серийное выполнение комплекса силовых, гимнастических и других упражнений с непрерывно изменяющейся интенсивностью и формой движений. В этом случае тренирующее воздействие на организм обеспечивается в период работы и направлено на развитие скоростных возможностей, общей и специальной выносливости, координационных способностей [18].

Методы прерывного упражнения, типичным представителем которых является повторный метод – многократное повторение одной и той же (стандартной) нагрузки с различными интервалами отдыха между повторениями, где тренирующее воздействие на организм оказывается как непосредственно во время выполнения упражнения, так и в результате суммации утомления организма от каждого повторяющегося задания. Повторный метод используется в циклических и ациклических упражнениях при развитии силы, скоростных и скоростно-силовых способностей, скоростной выносливости. Упражнения, как правило, выполняются сериями, в каждой из которых число повторений ограничивается способностью занимающегося поддерживать заданную интенсивность (скорость передвижения, темп движений, величину преодолеваемых отягощений и т.д.), а интервалы отдыха должны обеспечивать достаточное восстановление работоспособности. Отличительной особенностью повторно-вариативного метода является изменение от повторения к повторению нагрузки либо других условий выполнения упражнения. Наличие различных интервалов отдыха между нагрузками характеризует интервальный метод, который внешне похож на повторный. Различия состоят в том, что при интервальном методе степень воздействия на организм обуславливается не только

характером упражнений, как при повторном методе, но и строгой регламентацией продолжительности пауз отдыха между повторяющимися нагрузками, которые, как правило, не обеспечивают полного восстановления работоспособности и устанавливаются с таким расчетом, чтобы перед началом очередного повтора задания, частота сердечных сокращений (ЧСС) была в пределах 120-140 уд/мин. Повторяя упражнения сериями, их необходимо прекратить, если стандартные паузы отдыха не обеспечивают снижение ЧСС ниже 140 уд/мин. Таким образом, тренирующее воздействие при использовании интервального метода осуществляется не только и не сколько в момент выполнения упражнения, сколько в период отдыха, изменением интервалов которого обеспечивается поддержание требуемого уровня физиологических перестроек в организме [18].

Круговой метод (метод круговой тренировки) используется для комплексного развития качеств и функций органов и систем организма и заключается в последовательном выполнении специально подобранных упражнений по типу непрерывной или интервальной работы. Каждому упражнению устанавливается место – «станция». Занимающий, выполняя комплекс упражнений, переходит от «станции» к «станции» по кругу [18].

Игровой метод характеризуется организацией двигательной деятельности занимающихся в игровой форме, где обеспечивается комплексное развитие качеств и функций организма при значительных физических усилиях, вызываемых элементами соперничества. За счет фактора эмоциональности снижается утомление и формируется положительный интерес к занятиям [40].

Соревновательный метод заключается в выполнении упражнений в форме соревнований, что стимулирует максимальный уровень проявления двигательных способностей [40].

Ни одним из указанных средств и методов нельзя ограничиваться как наилучшим, только оптимально сочетая их, можно обеспечить эффективную реализацию всего комплекса физкультурно-прикладных задач физической подготовки, при этом большое значение имеет способ их отбора. Эффективным приемом является сравнение тех требований, которые предъявляют к психофизической подготовке занимающегося те или иные средства и методы, с требованиями, предъявляемыми профессиональной деятельностью к этой подготовке [3; 9]. Путем многочисленных экспериментов была выявлена эффективность многих видов спорта, их элементов, отдельных физических упражнений, гигиенических, психологических и других вспомогательных факторов при обучении отдельным профессиям. Современный уровень знаний и накопленный опыт в области физической культуры, а также проведенные нами исследования позволяют отобрать, систематизировать, скомпоновать и скорректировать в виде специальной типовой методики средства и методы решения обозначенных физкультурно-прикладных задач физической подготовки (табл. 2).

Средства и методы решения физкультурно-прикладных задач физической подготовки

Задачи	Средства	Методы	Способы контроля
1	2	3	4
1. Овладение прикладными физкультурными знаниями	Тексты лекций, нормативная, учебная и научно-методическая литература, наглядные пособия, содержание бесед с преподавателями и другими специалистами.	Объяснительно-иллюстративный (рассказ, демонстрация), репродуктивный (ответы на вопросы, решение задач), эвристический (дискуссии).	Устный опрос, выступления с докладами, тестовые задания.
2. Развитие профессионально значимых физических и психических качеств, психофизиологических функций, деловых и других личностных свойств: - общая выносливость	Развивается длительным выполнением работы при глобальном функционировании мышечной системы. <u>Физические упражнения:</u> продолжительная быстрая ходьба, длительный бег, передвижение на лыжах, плавание, езда на велосипеде, гребля, продолжительные спортивные и подвижные игры, марш-броски и т.п. <u>Профилированные виды спорта:</u> легкая атлетика (средние и длинные дистанции), лыжные гонки, конькобежный спорт, гребля, плавание, велоспорт.	Методы непрерывного упражнения с нагрузкой умеренной и переменной интенсивности (равномерный и переменный).	ЧСС, время преодоления дистанции, 12-минутный тест Купера.

1	2	3	4
- статическая выносливость позных мышц и устойчивость к гиподинамии	<p>Статическая выносливость определяется как способность к поддержанию вынужденной позы в условиях малой подвижности. Длительное нахождение в такой позе приводит к функциональным нарушениям в организме. Компенсация возникающих неблагоприятных физиологических состояний связана, прежде всего, с развитием общей выносливости и силы мышц, обеспечивающих длительное поддержание рабочей позы. Устойчивость к гиподинамии достигается тем же путем.</p> <p><u>Физические упражнения:</u> упражнения в удержании равновесия, парные гимнастические упражнения, борьба в стойке и партере; динамические, изометрические и статико-динамические силовые упражнения для соответствующих групп мышц с преодолением веса собственного тела, веса партнера или отягощения, в т.ч. на тренажерах, с самосопротивлением, с сопротивлением партнера или резинового амортизатора; упражнения для развития статической выносливости стрелка; продолжительные динамические упражнения для развития общей выносливости.</p> <p><u>Профилированные виды спорта:</u> гимнастика, борьба, стрельба, лыжные гонки, гребля, велоспорт, легкая атлетика.</p>	<p>Методы непрерывного упражнения для развития общей выносливости, методы повторных непредельных усилий и круговой тренировки для развития силовых способностей.</p>	<p>Удержание положения тела (лежа на бедрах лицом вниз прогнувшись на гимнастической скамейке с закрепленными ногами, вися на согнутых руках на перекладине и др.) и стандартного груза в руках на время, статическая динамометрия.</p>
- координация движений рук (ручная ловкость)	<p>Развивается упражнениями, которые требуют участия соответствующих мышечных групп и вызывают при выполнении определенные координационные сложности.</p> <p><u>Физические упражнения:</u> упражнения в балансировании гимнастической палки; различные сложные по координации движения руками; упражнения с волейбольным, баскетбольным и малыми мячами с элементами жонглирования; упражнения в нанесении различных комбинаций ударов руками и защиты от них (отбивы, подставки, захваты бьющей конечности); шнурование спортивной обуви, расстановка шахмат, собирание мелких предметов на время.</p>	<p>Повторно-вариативный метод с постепенным увеличением скорости выполнения заданий и изменением условий их выполнения, значительно усиливающих эффект новизны упражнений. При появлении признаков нарушения</p>	<p>Расстановка карманных шахмат на время, манипуляционный тест (одевание шайб на штырьки), координометрия, треметрия.</p>

1	2	3	4
	<u>Профилированные виды спорта:</u> волейбол, баскетбол, гандбол, единоборства.	координации необходимо завершить выполнение упражнения.	
- точность движений и способность дозировать силовые напряжения	Развивается в результате многократного выполнения физических упражнений с дифференцированным проявлением мышечных усилий. <u>Физические упражнения:</u> метание гранаты и мячей (предметов) различного веса, толкание набивных мячей и ядра, броски и катание мячей на точность или заданное расстояние с контролем и без контроля зрительного анализатора; то же с дифференцировкой усилий (с максимальной силой, в полсилы, в четверть силы); ведение мячей различного диаметра и веса с меняющейся высотой отскока; подача волейбольного мяча на точность; упражнения в нанесении различных комбинаций ударов руками или с использованием палки специальной, резиновой (ПР) по снарядам на точность и с дифференцировкой усилий. <u>Профилированные виды спорта:</u> волейбол, баскетбол, гандбол, бадминтон, настольный и большой теннис, стрельба, единоборства.	Повторно-вариативный метод с постепенным усложнением условий выполнения упражнений (изменение исходных положений, использование мячей различного веса и размера, изменение расстояний до цели и ее размеров, и т.д.).	Точность броска предмета на заданное расстояние с контролем и без контроля зрения; бросок баскетбольного мяча в кольцо на количество попаданий; точность воспроизведения усилия на кистевом динамометре.
- динамическая выносливость мышц рук	<u>Физические упражнения</u> с предметами (мячами, гимнастической палкой, скакалкой), специальные и подготовительные упражнения из арсенала игровых и других видов спорта, выполняемые продолжительное время (продолжительное ведение, многократные броски о стену и передачи мяча в парах, прыжки через скакалку на количество раз, многократные серии ударов руками и ПР по воздуху и снарядам, и т.п.), а также силовые упражнения для мышц предплечий и кистей, выполняемые в динамическом режиме с малыми физкультурными снарядами (гантелями, гириями и т.п.), пружинными эспандерами, резиновыми жгутами, с самосопротивлением и сопротивлением	Непрерывный, повторный и круговой методы, где необходимым условием является гармоничное развитие мышц предплечий и кистей, чтобы не пострадала их тонкая координация. Для этого надо строго дозировать	Количество сжиманий кистевого эспандера, количество бросков баскетбольного мяча с двухметрового расстояния в стену за одну минуту,

1	2	3	4
	<p>партнера, дозируемыми отягощениями, задаваемыми на различного рода тренажерах.</p> <p><u>Профилированные виды спорта:</u> спортивные игры (баскетбол, волейбол, гандбол), единоборства.</p>	<p>нагрузку и включать в комплексы упражнения на расслабление и растягивание.</p>	<p>количество прыжков через скакалку за две минуты.</p>
<p>- быстрота зрительного различения и выносливость зрительного анализатора</p>	<p>Развиваются многократными, серийными, высоковариативными упражнениями, требующими быстрого реагирования на различные зрительные раздражители.</p> <p><u>Физические упражнения:</u> бег по пересеченной местности с большим количеством естественных препятствий (по лесу, уклоняясь от веток, оббегая деревья, преодолевая канавы, кочки и т.п.); преодоление полос препятствий; взятие стартов из различных положений по различным зрительным сигналам; противодействие соперников в единоборствах (комбинации защитных и атакующих действий); ловля, уклонение, отражение неожиданно летящих с различного расстояния и скоростью мячей разного размера, цвета и т.п.; спуски на лыжах с гор по сложному маршруту.</p> <p><u>Профилированные виды спорта:</u> спортивные игры (большой и настольный теннис, бадминтон, волейбол, баскетбол, гандбол, хоккей), бокс, рукопашный бой, стрельба.</p>	<p>Метод повторновариативного упражнения с использованием игрового и соревновательного методов.</p>	<p>Тест с кольцами Ландольта, корректурная проба, тест «Перепутанные линии».</p>
<p>- специальная выносливость к сложнокоординированной скоростно-силовой работе</p>	<p>Развивается упражнениями преимущественно скоростно-силового характера, выполняемых продолжительное время и вызывающих опеределенную сложность в координации движений.</p> <p><u>Физические упражнения:</u> элементы игровых видов спорта (баскетбол, гандбол, футбол), единоборств (комбинации ударов руками, ногами, бросков, учебно-тренировочные поединки), гимнастические, акробатические и другие упражнения, преодоление достаточно длинных и сложных полос препятствий.</p> <p><u>Профилированные виды спорта:</u> спортивные игры (баскетбол, гандбол, футбол, хоккей), гимнастика, единоборства.</p>	<p>Повторновариативный метод с постепенным увеличением скорости выполнения заданий и изменением условий их выполнения.</p>	<p>Время преодоления полосы препятствий, количество проведенных эффективных действий в поединке.</p>

1	2	3	4
- способность к быстрому переключению с одного режима мышечной работы на другой	<p><u>Физические упражнения:</u> различные быстро меняющиеся циклические и ациклические упражнения, беговые упражнения с изменением интенсивности нагрузки (фартлек), преодоление полос препятствий с различным содержанием сооружений, интенсивный бег с быстрым переходом к броскам предмета в цель или к точной стрельбе.</p> <p><u>Профилированные виды спорта:</u> спортивные игры (баскетбол, гандбол, футбол), гимнастика, единоборства, многоборья со стрельбой (биатлон, преодоление полосы препятствий со стрельбой).</p>	Переменный и круговой метод с частым варьированием форм двигательной активности и нагрузки от низкой до максимальной интенсивности.	Время преодоления полосы препятствий, стрельба после интенсивной нагрузки.
- устойчивость к интоксикации и воздействию низкой, высокой и резкой смене температуры окружающей среды	<p>Развиваются продолжительной умеренной интенсивности тренировкой на выносливость в сочетании с закаливанием.</p> <p><u>Физические упражнения:</u> лыжная подготовка, плавание, в том числе в естественных водоемах, туристические походы по лесистой и горной местности, бег (кросс), спортивные и подвижные игры на открытом воздухе, в том числе в холодное время года, с переходом в одном занятии от упражнений в зале к упражнениям на улице.</p> <p><u>Профилированные виды спорта:</u> легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, гребля, велоспорт.</p>	Методы непрерывного упражнения с нагрузкой умеренной и переменной интенсивности (равномерный и переменный).	Контрольные упражнения для оценки общей выносливости.
- свойства внимания	<p>Развиваются многократными упражнениями на быстроту реагирования, а также упражнениями, включающими выполнение одновременно нескольких действий (объем и распределение внимания), быстрое переключение с одного действия на другое (переключение внимания), решение двигательной задачи в условиях воздействия внешних помех (концентрация внимания), длительное поддержание установки на внимание (устойчивость внимания).</p> <p><u>Физические упражнения</u> видов спорта, которые сами по себе требуют проявления определенных свойств внимания (бег и езда на велосипеде по пересеченной местности; бег в среднем и быстром темпе с одновременным выполнением заданий для рук и ног; выполнение гимнастических упражнений на координацию движений; упражнения</p>	Игровой, соревновательный и повторновариативный методы с постоянным усложнением двигательных задач, обеспечивая их новизну, неожиданность появления тех или иных сигналов, изменение ситуаций и способов выполнения упражнений.	Корректирующая проба, тест «Перепутанные линии», тест Шульте-Платонова.

1	2	3	4
	<p>с мячами (предметами), включая элементы жонглирования; прыжки через скакалку; передвижение с чередованием заранее обусловленных действий; двухсторонние игры в баскетбол, гандбол, волейбол, футбол; парные игры в теннис; спарринги по боксу и рукопашному бою с одним и несколькими партнерами; преодоление полос препятствий), так и специальные педагогические приемы, направленные на активизацию внимания в процессе выполнения упражнений (подача различных условных сигналов на выполнение заранее обусловленных действий; задание по запоминанию мест каждого в строю и случаев их перемены; ограничение времени владения мячом во время двухсторонней игры, увеличение числа игроков на площадке, уменьшение размеров игровой площадки, проведение игры несколькими мячами, переодевание части игроков команды соперников в «нашу» форму и т.п.).</p> <p><u>Профилированные виды спорта:</u> спортивные игры, гимнастика, единоборства, стрельба.</p>		
<p>- психоэмоциональная устойчивость, решительность и смелость</p>	<p>Воспитываются приобретением опыта волевого поведения и совершенствованием физиологических процессов адаптации организма к стресс-факторам. Это осуществляется использованием упражнений, требующих всесторонней мобилизации сил для решения поставленной двигательной задачи в условиях, моделирующих различные аспекты стрессовых ситуаций, связанных, например, с ограничением времени, пространства или информации, созданием факторов внезапности, опасности, риска и соперничества, выполнением действий на фоне усталости и т.п.</p> <p><u>Физические упражнения:</u> бег с горы или спуск на лыжах по сложному маршруту; прыжки в высоту с разбега; бег с барьерами; выполнение сложных гимнастических и акробатических упражнений; обусловленные поединки и спарринг-бои по различным видам единоборств;</p>	<p>Повторно-вариативный метод с постепенным и последовательным возрастанием сложности упражнений и заданий в сочетании с соревновательным методом, значительно усиливающим психоэмоциональную напряженность.</p>	<p>Оценка изменения двигательных функций и результатов выполнения задания в обычных условиях и после психоэмоционального воздействия.</p>

1	2	3	4
	<p>преодоление полос препятствий; стрельба после физической нагрузки и других сбивающих факторов; командные спортивные и подвижные игры.</p> <p><u>Профилированные виды спорта:</u> единоборства, гимнастика, спортивные игры, стрельба.</p>		
- терпение и выдержка	<p>Воспитываются упражнениями, содержащими элементы преодоления значительных по времени внешних и внутренних трудностей. Наиболее эффективны в этом плане упражнения на общую выносливость.</p> <p><u>Физические упражнения:</u> бег (кросс), марш-броски, передвижение на лыжах, коньках и велосипеде, плавание, спортивные и подвижные игры в течение продолжительного времени с умеренной, большой и переменной интенсивностью.</p> <p><u>Профилированные виды спорта:</u> легкая атлетика, лыжные гонки, гребля, велоспорт, плавание, конькобежный спорт, спортивные игры.</p>	Методы непрерывного упражнения.	Результат преодоления на время длинной дистанции, Гарвардский степ-тест.
- аналитические и коммуникативные способности	<p>Развиваются аналитическими играми (шахматы, шашки) и посредством деятельности преподавателя, направленной на активное включение занимающихся в процесс обсуждения результатов выполнения двигательного задания (определять, где и какие были допущены ошибки, что явилось их причиной, как их устранить), результатов соревнований (почему проиграл, где были тактические просчеты, были ли ошибки в плане подготовки к соревнованию, что необходимо сделать для улучшения результата и т.д.). Действенным средством являются также <u>физические упражнения:</u> спортивные игры, эстафеты с решением внезапно возникающих двигательных задач, учебно-тренировочные и соревновательные поединки по различным видам единоборств.</p> <p><u>Профилированные виды спорта:</u> спортивные игры, единоборства, шахматы, шашки.</p>	Игровой и соревновательный методы, а также метод многократного использования приемов активизации аналитической и коммуникативной деятельности занимающихся.	Время в двигательных тестах, требующих переработки информации и реализации выбранных решений: бег по сложному закрытому маршруту (лабиринту) индивидуально и в команде.

1	2	3	4
- инициативность	Формируется главным образом за счет накопления опыта инициативного поведения посредством следующих приемов: выполнение упражнений на занятиях одним из многих способов по личной инициативе; самостоятельное проведение разминки на занятии; соревнования между занимающимися на оптимальное решение двигательной задачи; организация самостоятельных занятий физическими упражнениями; эстафеты, игры, соревнования по различным видам спорта.	Игровой и соревновательный методы, а также использования приемов организации физкультурных и спортивных мероприятий.	Экспертная оценка активности проявления новаторства и творчества при выполнении заданий.
- дисциплинированность	Воспитывается за счет постоянной и обоснованной требовательности к занимающимся. Необходимо выработать у них привычку четкого выполнения команд на занятиях, соблюдения норм спортивной этики в ходе соревнований и игр. Действенными средствами являются строевые и порядковые упражнения, общеразвивающие и гимнастические упражнения, а также различные игры и соревнования.	Метод многократного использования приемов формирования у обучающихся привычек дисциплинированного поведения.	Экспертная оценка поведенческих норм в учебной и повседневной деятельности.
<p>3. Коррекция воздействий вредностей учебного труда, профилактика профессиональных вредностей и заболеваний:</p> <p>- вынужденная рабочая поза, гиподинамия и монотонность</p>	Для обеспечения устойчивости организма к данным неблагоприятным факторам учебной и предстоящей профессиональной деятельности требуются регулярные тренировки, направленные на развитие общей выносливости и статической выносливости позных мышц, систематические и правильно организованные закаливающие мероприятия. Регуляция функционального состояния с целью ослабления негативных последствий вынужденной рабочей позы сидя, гиподинамии и монотонии, а также с целью профилактики связанных с ними	Метод многократного использования в режиме дня физических упражнений и вспомогательных (природных, психологических, гигиенических) факторов физической культуры.	Оценка самочувствия, медицинское обследование, анализ заболеваемости.

1	2	3	4
	заболеваний, возможна и в режиме учебного (рабочего) дня. Для этого необходимо правильно организовать рабочее место и выработать привычку правильного положения тела во время работы сидя, а также использовать непосредственно на рабочем месте в форме производственной гимнастики комплексы и отдельные общеразвивающие упражнения в динамическом режиме, дыхательные упражнения, упражнения на расслабление и осанку, приемы аутотренинга и самомассажа частей тела, испытывающих наибольшее напряжение в процессе сидячего труда (воротниковая область, предплечья и кисти).		
- напряжение зрительного анализатора	Средствами профилактики заболеваний, связанных с длительным напряжением зрительного анализатора, являются: правильная организация рабочего места, упражнения на развитие выносливости зрительного анализатора, а также специальные упражнения на расслабление глаз, которые могут выполняться в режиме учебного (рабочего) дня («пальминг», частые изменения фокусного расстояния, направление взгляда по различным траекториям, самомассаж век и надбровных дуг и др.).	Метод многократного использования в режиме дня физических упражнений и вспомогательных (природных, психологических, гигиенических) факторов физической культуры.	Оценка самочувствия, медицинское обследование, анализ заболеваемости.
- психоэмоциональная напряженность	Противодействие обеспечивается посредством рациональной организацией режима труда в соответствии с правилами гигиены общества и психогигиены; выработки навыков, умений, привычек психической саморегуляции; развитием психоэмоциональной устойчивости упражнениями с элементами стресс-факторов, а также за счет тренировки воли в процессе закалывания, которая связана с преодолением психологического барьера от воздействия холодовых нагрузок на организм, требующих постоянного волевого усилия.	Метод многократного использования в режиме дня физических упражнений и вспомогательных (природных, психологических, гигиенических) факторов физической культуры.	Оценка самочувствия, медицинское обследование, анализ заболеваемости.
- гипоксия и интоксикация	Профилактика сопутствующих заболеваний в связи с гипоксией и интоксикацией обеспечивается продолжительной умеренной интенсивности тренировкой на выносливость в сочетании с закалыванием естественными факторами природы. Эффективны также кратковременные	Метод многократного использования в режиме дня упражнений и вспомогательных	Оценка самочувствия, медицинское обследование,

1	2	3	4
	прогулки, общеразвивающие и дыхательные упражнения, выполняемые на свежем воздухе или в хорошо проветриваемом помещении в режиме учебного (рабочего) дня. Необходимым условием является соблюдение соответствующих правил и норм гигиены труда и личной гигиены (хорошая вентиляция или систематическое проветривание помещений; соблюдение временного режима нахождения в опасной зоне; обязательное использование спецодежды).	(природных, психологических, гигиенических) факторов физической культуры.	анализ заболеваемости.
4. Содействие сохранению и восстановлению профессиональной работоспособности	Обеспечивается соблюдением рациональной организации режима труда и отдыха, использованием различных физических упражнений, выполняемых в рамках производственной гимнастики, в вечернее время, выходные дни и отпуске, а также разнообразные формы досуга, комфортабельные условия быта, специальные дыхательные упражнения, аутогенная тренировка и другие приемы психической саморегуляции, массаж и самомассаж, гидропроцедуры (холодные, теплые, горячие и контрастные аппликации, душ или ванна; солевые, щелочные или хвойные ванны; парная баня или сауна), рациональное питание, фармакологические средства (витамины, оздоровительные коктейли, мази, гели, кремы, компрессы и т.п.).	Метод многократного использования в режиме дня физических упражнений и вспомогательных (природных, психологических, гигиенических) факторов физической культуры.	Оценка самочувствия, медицинское обследование, анализ заболеваемости.
5. Формирование умений и навыков организации и проведения различных форм физкультурно-прикладных занятий	Формируются посредством инструкторско-методической практики, включающей выполнение заданий по составлению комплексов упражнений для проведения утренней, вводной гимнастики, физкультурпауз и минуток, самостоятельных занятий после учебы (работы), в выходные дни или в отпуске, занятий профилированными видами спорта; непосредственное их проведение в ходе практических занятий по обязательной программе физической подготовки и самостоятельных (индивидуальных или коллективных) занятий в процессе учебной и предстоящей служебной деятельности и жизнедеятельности в целом.	Метод многократного использования приемов организации физкультурных и спортивных мероприятий в коллективе и включение их в личный режим дня обучающихся.	Экспертная оценка выполнения тематического задания.

2.2. Формы занятий в реализации физкультурно-прикладных задач физической подготовки

Результатами многочисленных исследований подтверждена эффективность использования абсолютного большинства форм занятий физическими упражнениями в реализации задач по формированию профессионально-прикладной физической культуры [2]. Возможная направленность основных форм занятий в образовательных организациях МВД России в контексте их использования для решения физкультурно-прикладных задач физической подготовки представлена в таблице 3.

Занятия по обязательному курсу физической подготовки являются наиболее действенной формой для всестороннего решения физкультурно-прикладных задач, причем не в ущерб, а в дополнение к базовым («силовым») задачам физической подготовки, установленным соответствующими нормативными документами [26]. Это может быть обеспечено преимущественным изучением отдельных физических упражнений и разделов программы, составленных на основе профилированных видов спорта, используя естественные факторы природы, а также особенности самих занятий и методики их проведения, в наибольшей степени содействующие формированию значимых в предстоящей службе навыков, качеств и способностей [7]. Кроме того, содержание занятий должно предполагать формирование у курсантов и слушателей прикладных физкультурных знаний, практических и методических умений и навыков, способствующих активному использованию физической культуры и спорта в профессионально-прикладных целях в процессе организации и проведении различных форм самостоятельных занятий [6], которые, безусловно, несут основную нагрузку в решении задач по формированию индивидуальных основ служебно-прикладной физической культуры (СПФК).

Самостоятельные занятия преследуют цель усилить воздействие средств СПФК, осуществляемое на учебных занятиях, конкретизировать их с учетом индивидуального уровня развития профессионально значимых качеств и способностей курсантов и слушателей, их личных спортивных интересов, а также обеспечить разностороннюю физическую подготовленность, сохранение здоровья, поддержание высокого уровня физической и умственной работоспособности в годы учебы в вузе и во время предстоящей служебной деятельности [3]. Для этого используются занятия в режиме учебного дня (производственная гимнастика – вводная гимнастика до начала учебных занятий, физкультпаузы и физкультминутки на переменах между ними); занятия во внеучебное время (утренняя физическая зарядка, занятия в послеучебное время, в выходные дни и отпуске). Предпочтительными будут и занятия (самостоятельные или в специально организуемых спортивных секциях) профилированными видами спорта.

Физкультурно-прикладные задачи физической подготовки в различных формах занятий

Физкультурно-прикладные задачи физической подготовки	Формы занятий								
	Занятия по обязательному курсу физической подготовки	Занятия профилированными видами спорта	Самостоятельные занятия			Массовые физкультурно-спортивные мероприятия	Спецкурс		
			в режиме учебного дня (производственная гимнастика)	во внеучебное время			Учебно-методические занятия	Семинары	Лекции
				утренняя физическая зарядка	в послеучебное время, выходные дни и отпуске				
1. Освоение прикладных физкультурных знаний:									
- о задачах, характере и условиях службы и возможностях служебно-прикладной физической культуры (СПФК) в оптимизации учебной и служебной деятельности	о*	о	о	о	о	о	+	+	о
- об организационно-методических основах СПФК	н	н	н	н	н	о	+	+	+
2. Развитие профессионально значимых физических и психических качеств, психофизиологических функций, деловых и других личностных свойств (повышение профессиональной работоспособности)	+	+	о	+	+	н	о	о	н
3. Коррекция воздействий вредностей учебного труда, профилактика профессиональных вредностей и заболеваний	н	+	+	н	н	+	о	о	н
4. Сохранение и восстановление профессиональной работоспособности	н	+	+	н	+	+	о	о	н
5. Формирование умений и навыков организации и проведения различных форм физкультурно-прикладных занятий	н	+	+	+	+	+	н	н	+

* Обозначения: о – опосредованное воздействие; н – прямое воздействие, неосновные задачи занятия; + – прямое воздействие, основные задачи занятия.

В процессе *практических занятий по обязательному курсу физической подготовки* наряду с решением базовых задач необходимо пристальное внимание уделять развитию профессионально значимых физических и психических качеств, психофизиологических функций, деловых и других личностных свойств, используя при этом различные прикладные упражнения и элементы профилированных видов спорта. Так, направленное развитие общей выносливости может быть обеспечено увеличением моторной плотности занятий за счет выполнения различных упражнений поточным и проходным способами организации занимающихся. Помимо отработки боевых приемов борьбы и других контрольных упражнений, предусмотренных программой обучения, надо использовать разнообразные упражнения из арсенала спортивных игр, гимнастики, легкой атлетики, единоборств, в подготовительной и в конце основной части занятий включать эстафеты и подвижные игры, способствующие комплексному решению физкультурно-прикладных задач физической подготовки. Постоянно использовать приемы активизации внимания, связанные с быстротой реагирования на различные зрительные и слуховые сигналы. Чаще проводить занятия на открытом воздухе, в том числе и в холодное время года [2; 3].

Производственная гимнастика предназначена, прежде всего, для оперативного управления динамикой работоспособности, содействия максимальной производительности учебного труда, коррекции воздействий его вредностей, профилактики профессиональных вредностей и заболеваний. Так как в динамике оперативной работоспособности на протяжении рабочего дня выделяют три периода (период вработывания, период стабилизации, период относительного и прогрессирующего снижения), то для проявления ее высокого уровня необходимо: во-первых, обеспечить ускорение периода вработывания (без ущерба для последующего состояния организма) – основная задача вводной гимнастики; во-вторых, обеспечить удлинение периода поддержания достигнутого уровня работоспособности и по возможности уменьшить степень его снижения под влиянием утомления за счет введения коротких перерывов в работе – физкультпауз и физкультминуток. Поскольку учебная деятельность связана с длительным напряжением внимания и низкой двигательной активностью, то вводная гимнастика должна включать упражнения, которые оказывают влияния главным образом на мышечные группы, системы и органы организма, непосредственно не занятые в предстоящей деятельности (мышцы ног, туловища, сердечно-сосудистая и дыхательная системы). Но эти упражнения должны быть комбинированными и иметь достаточную координационную сложность, требующую значительного сосредоточения внимания. Тем самым создаются условия для нормального функционирования нервно-мышечного аппарата, внутренних органов, возбуждения нервных центров, непосредственно управляющих операциями учебного труда. Физкультпаузы должны предупредить развитие утомления и поддержать на высоком

уровне рабочий ритм. Достигается это включением в работу мышц, не принимавших активного участия в процессе учебного труда. Это возбуждает центры, бездействующие во время работы, и одновременно вызывает более глубокое торможение других, участвовавших в трудовой деятельности (эффект Сеченова). Так, в комплекс необходимо включать упражнения, способствующие ликвидации отрицательных явлений, возникающих вследствие вынужденной рабочей позы сидя, гиподинамии, напряжения зрительного анализатора, монотонии, гипоксии и психоэмоциональной напряженности. Упражнения должны способствовать отдыху мышц, систем и органов, принимавших активное участие в процессе учебной деятельности (мышцы предплечья и кисти, зрительный анализатор, аналитические центры ЦНС), и дать нагрузку бездействующим мышцам и соответствующим им нервным центрам (мышцы ног и туловища, сердечно-сосудистая и дыхательные системы). Физическая нагрузка должна быть значительно выше, чем в операциях учебного труда, который характеризуется низким уровнем двигательной активности и энергозатрат, но в тоже время она не должна вызывать утомления. Кроме того, исследованиями доказана целесообразность использования в режиме труда людей, работающих при вынужденной рабочей позе сидя, чей труд требует напряжения внимания и носит монотонный характер, микрокомплексов несложных упражнений в виде физкультурминуток (табл. 4) [2; 3; 36].

Физкультурно-прикладная направленность *утренней физической зарядки* обеспечивается за счет включения в нее специальных упражнений и методических приемов, направленных на развитие профессионально важных физиологических систем организма, физических и психических качеств и способностей (табл. 4) [2; 3].

Для самостоятельных занятий *в послеучебное время, выходные дни и отпуске* эффективным является выполнение комплексов упражнений в режиме круговой тренировки, составленных в физкультурно-прикладных целях (табл. 4). При этом необходимо правильно распределять физическую нагрузку на протяжении всего занятия (в том числе и в процессе тренировки профилированными видами спорта), придерживаясь общепринятой структуры. Начинать тренировочное занятие надо с подготовительной части (разминки), затем проводить главную работу (основная часть) с большой нагрузкой и завершать занятие (заключительная часть) снижением нагрузки. Подготовительная часть (занимает примерно 20-25 % времени всего занятия) направлена на общее укрепление организма, подготовку его к предстоящей основной работе и включает общеразвивающие и разогревающие упражнения, спокойный бег и различные его разновидности, упражнения на растягивание и т.п. Содержание основной части (занимает примерно 65-70 % времени всего занятия) зависит от того, какие профессионально значимые навыки и качества формируются или совершенствуются в данном конкретном занятии. При этом надо соблюдать определен-

ную последовательность: упражнения на быстроту реакции, скорость и координацию движений должны предшествовать упражнениям на силу и выносливость. Наилучшим средством заключительной части (занимает примерно 5-10 % времени всего занятия) служит бег в спокойном, равномерном темпе, дыхательные упражнения, упражнения на расслабление и растягивание. Контроль за величиной нагрузки, испытываемой на занятиях, осуществляется по ЧСС. Исследования показали, что режим значительных по интенсивности нагрузок при ЧСС 160-190 уд/мин является наиболее эффективным для повышения физической работоспособности и подготовленности организма. Однако слишком частое и не системное использование такого режима нагрузок приводит к значительным ограничениям учебно-трудовой активности занимающихся. Вместе с тем занятия со средними нагрузками при ЧСС 130-160 уд/мин или системное чередование в недельном микроцикле занятий с большой, средней и низкой нагрузкой обеспечивают достаточно высокий уровень как физической подготовленности, так и учебно-трудовой активности [2; 3].

Таблица 4

Примерное содержание самостоятельных форм занятий СПФК

Содержание	Дозировка	Примечание
1	2	3
<i>Производственная гимнастика</i>		
Вводная гимнастика		
1. Динамические упражнения для повышения физической нагрузки на мышцы туловища и ног: наклоны головы и туловища; повороты и круговые движения головой и туловищем; махи ногами; прыжки с вращениями в различных направлениях (для увеличения координационной сложности выполнять в сочетании с движениями рук из различных исходных положений – сидя, стоя, стоя в наклоне, стоя на одной ноге).	по 5-8 раз (каждое упражнение)	Комплекс выполняется в течение 5-8 мин непосредственно перед началом учебы на рабочем месте в хорошо проветренном помещении, если позволяют условия, то желательно на открытом воздухе. Одной из форм может считаться ходьба до места учебы в сочетании с развитием дыхания (ходьба с дозированными задержками дыхания), зрения и наблюдательности (следить за движущимися объектами и стараться подробно рассмотреть их, смотреть на предметы разной удаленности).
2. Упражнения для активизации деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем: ходьба обычная, на носках, перекатом с пятки на носок, ходьба на месте с высоким подниманием бедра; бег на месте; дыхательные упражнения в сочетании с ходьбой, делая вдох на 2 шага и выдох на 2 шага или вдох на 4 шага, задержка дыхания 4 шага, выдох на 4 шага.	по 15-30 сек.	
3. Мобилизирующий аутотренинг (словесные формулировки «Я чувствую себя хорошо! Я полон сил! Я готов к работе! и т.п.») и предварительный самомассаж воротниковой области и рук (разминающие, выжимающие и ударные приемы).	2 мин	

1	2	3
<p><u>Физкультпауза</u></p> <p>1. Динамические упражнения для повышения двигательной активности, профилактики застойных явлений в мышцах шеи, спины, плечевого пояса и ног, предупреждения нарушений осанки: головой (макушкой) описать восьмерку влево-вправо и вперед-назад, подбородком перед собой описать восьмерку в горизонтальном и вертикальном направлениях; упражнения типа «потягивания» в сочетании с глубоким дыханием; сведение и разведение лопаток; круговые движения плечами, поднятие на носки, выпады, приседания, подскоки на месте.</p>	по 4-6 раз (каждое упражнение)	Комплекс выполняется в течение 8-10 мин в процессе учебной деятельности (на перемене между занятиями) примерно через 2,5-3 часа после начала учебы и за 2-1,5 часа до ее окончания. Одной из форм может являться небольшая прогулка на свежем воздухе с выполнением дыхательных упражнений и наблюдением за объектами, находящимися в значительной удаленности от глаз.
2. Упражнения для активизации деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем: ходьба и бег на месте; дыхательные упражнения, тренирующие удлиненный выдох; диафрагмальное дыхание; форсированные выдохи; частое и медленное глубокое дыхание с максимальной амплитудой дыхательных движений.	по 10-20 сек.	
3. Упражнения на расслабление мышц предплечий и кистей (встряхивание кистей рук; встряхивание плечевого пояса и рук) и снятия усталости глаз («пальминг» и др.).	по 2-3 раза	
4. Успокаивающий, релаксирующий ауто-тренинг (словесные формулировки «Я спокоен! Мои мышцы расслаблены! Я чувствую тепло по всему организму! Сейчас я снова буду готов к работе!...»), восстановительный самомассаж кистей и предплечий, воротниковой области, век и надбровных дуг (поглаживающие и растирающие приемы).	3 мин	
<p><u>Физкультминутка</u></p> <p>1. Упражнения в потягивании с акцентированным растягиванием мышц груди, выпрямлением позвоночника в сочетании с движениями головой.</p>	30-40 сек.	Комплекс рекомендуется выполнять в течение 2-3 мин примерно через каждые 1,5 часа в течение всего учебного времени.
2. Приседания, выпады, заканчивающиеся ходьбой с глубоким и ритмичным дыханием.	30-40 сек.	
3. Упражнения для снятия усталости глаз («пальминг»), самомассаж век и надбровных дуг, кратковременные водные процедуры (умывание холодной водой или контрастные аппликации на глаза).	50-60 сек.	

1	2	3
<i>Утренняя физическая зарядка</i>		
1. Упражнения типа «потягивания» с глубоким дыханием.	1-2 мин	Комплекс выполняется в течение 30-50 мин сразу после сна. При этом необходимо придерживаться определенной последовательности выполнения упражнений. Сначала прodelываются упражнения, преследующие цель освобождение организма от заторможенности физиологических процессов, постепенного перевода его из пассивного состояния, вызванного сном, к активному состоянию, необходимому для нормальной жизнедеятельности. Далее выполняются упражнения, содействующие служебно-прикладной физической подготовленности.
2. Ходьба и медленный бег.	5-7 мин	
3. Общеразвивающие упражнения (поднимание, опускание, круговые и маховые движения согнутыми и прямыми руками; наклоны, повороты и круговые движения головой и туловищем; приседания, выпады).	4-5 мин	
4. Упражнения на развитие ловкости и координации рук (балансирование гимнастической палки, перебрасывание теннисного мяча из руки в руку из различных исходных положений, с отскоком о пол или стену, жонглирование 2-3 малыми мячами).	3-4 мин	
5. Упражнения для развития точности движений и дифференцировки мышечных усилий (броски мяча или камней в цель и на заданное расстояние правой и левой рукой).	2-3 мин	
6. Упражнения для развития динамической выносливости мышц рук (в упоре стоя у стены сгибание и разгибание кистей с отталкиванием, прыжки со скакалкой).	3-4 мин	
7. Упражнения для развития сердечно-сосудистой и дыхательной систем (бег с захлестыванием голени и высоким подниманием бедра, бег прыжками с ноги на ногу).	3-4 мин	
8. Упражнения для развития функций дыхательного аппарата (медленный бег с дозированными задержками дыхания и переходом на ходьбу с дыхательными упражнениями).	3-5 мин	
9. Упражнения на внимание (многократные подбрасывания шарика теннисной ракеткой правой и левой рукой, двумя ракетками двух шариков).	2-3 мин	
10. Упражнения для тренировки зрительного анализатора (крепко зажмурить глаза на 3-5 сек., а затем открыть их на 3-5 сек.; голова неподвижна, следить за движущимися объектами и смотреть на предметы различной удаленности от глаз).	3-4 мин	
11. Упражнения для снижения физиологического возбуждения (бег «трусцой», переходящий в ходьбу с расслаблением и дыхательными упражнениями).	2-3 мин	
12. Закаливающие процедуры: обтирание, обливание, контрастный душ.	3-4 мин	

1	2	3
<i>Комплекс физкультурно-прикладных упражнений в режиме круговой тренировки</i>		
1. Бег умеренной интенсивности по пересеченной местности.	2-3 км	Комплекс проводится индивидуально или в группе после учебы, в выходные дни и в период отпуска 2-5 раз в неделю по 45-90 мин. Выходные дни помимо выполнения комплексов упражнений, спортивных и подвижных игр можно также посвятить посещению бани или сауны. В отпуске эффективными средствами являются туристические походы (пешие, водные, лыжные, велосипедные), охота, рыбная ловля, пребывание в оздоровительных и спортивных лагерях, участие в массовых физкультурно-спортивных мероприятиях.
2. Сгибание и разгибание рук в локтевых суставах в различных исходных положениях и плоскостях с различными предметами.	1-2 мин	
3. Отталкивание руками и пальцами от стены из положения упор стоя.	30 раз	
4. Подскоки на одной ноге (другая на опоре), затем сменить положение ног.	по 10-15 раз	
5. Прыжки со скакалкой.	1-2 мин	
6. Сжимание теннисного мяча каждой рукой.	по 30 раз	
7. Из упора присев переходить в горизонтальное равновесие «ласточка» поочередно на правой и левой ноге.	по 10-12 раз	
8. Броски теннисного мяча (предметов) в цель правой и левой рукой.	по 10-15 раз	
9. Жонглирование одним, двумя или тремя теннисными мячами в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа) с отскоками о стену или пол (землю).	3-4 мин	
10. Бег по замкнутому кругу или «восьмерке» лицом и спиной вперед, подбрасывая и ловя теннисный мяч.	2-3 мин	
11. Верхняя передача волейбольного мяча над собой или с отскоком о стену.	30-40 раз	
12. Челночный бег 4-6 × 15-20 м.	4-6 раз	
13. Ускорения на отрезках 30-60 м с небольшой задержкой дыхания.	3-5 раз	
14. Темповое подтягивание ног в висе на согнутых руках.	10-12 раз	
15. Ходьба 200 м с упражнениями на расслабление и дыхание.	1-2 мин	

Представленное содержание форм занятий, реализующих физкультурно-прикладные задачи физической подготовки, безусловно, должно корректироваться с учетом особенностей предстоящей служебной деятельности в наиболее вероятных первичных должностях курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России, обучающихся по тем или иным конкретным специальностям, специализациям и направлениям (профилям, узким специализациям) подготовки, для чего необходимо опираться на разработанные и описанные в предыдущем параграфе типовые средства и методы СПФК.

Кроме того, как показала практика, одной из эффективных форм для комплексного решения физкультурно-прикладных задач физической подго-

товки является соответствующий спецкурс по формированию индивидуальных основ СПФК (табл. 5), содержание занятий в рамках которого предполагает целенаправленное овладение обучающимися знаниями, умениями и навыками применения различных прикладных факторов физической культуры в период учебной, служебной и повседневной деятельности [3; 6]. Данный спецкурс можно организовать в виде факультативных занятий либо в процессе внеучебной деятельности по направлению культурно-досуговых (спортивно-массовых) мероприятий в рамках часов, выделяемых преподавательскому составу на воспитательную работу с обучающимися.

Таблица 5

Примерный тематический план спецкурса «Служебно-прикладная физическая культура в системе подготовки и научной организации труда специалиста»

Наименование тем	Всего часов	Из них:				Краткое содержание тем
		Лекции	Семинары	Методические занятия	Учебно-рабочая Самостоятельная работа	
1	2	3	4	5	6	7
Тема № 1. Служебно-прикладная физическая культура (СПФК) как часть физической и общей культуры	6	2	2		2	Основные понятия, социальная значимость, истоки возникновения и история развития, структура СПФК; производственная физическая культура как конкретное выражение принципа прикладности отечественной системы физического воспитания.
Тема № 2. Возможности СПФК в оптимизации профессиональной деятельности	8	2	2		4	Культурно-исторический опыт использования прикладных возможностей физической культуры в военной и трудовой деятельности; физическая культура и профессия – основы взаимосвязи, прикладные физкультурные эффекты и факторы, их вызывающие; физиолого-гигиенические и психолого-педагогические закономерности влияния СПФК на оптимизацию и успешность трудовой деятельности (адаптация к условиям труда, работоспособность, профилактика профессиональных вредностей и заболеваний, регулирование психофизического состояния и психологического климата в коллективе).

1	2	3	4	5	6	7
Тема № 3. Профессиографирование служебной деятельности специалиста для целей физической подготовки	8	2	2		4	Схема профессиографирования и профессиограмма специалиста; особенности характера и условий службы (режим труда; двигательная активность, рабочие движения и позы; санитарно-гигиенические условия; профессиональные вредности и заболевания); требования, которые предъявляет служебная деятельность к специалисту (ключевые профессионально значимые навыки, качества и способности).
Тема № 4. Организационно-методические основы СПФК специалиста	10	2	2		6	Способы организации, средства, методы и формы СПФК, направленные на формирование профессионально значимых знаний, умений и навыков, качеств, способностей, функций, деловых и других личностных свойств, повышение, сохранение и восстановление работоспособности, профилактику профессиональных вредностей и заболеваний; приемы самоконтроля за психофизическим состоянием, развитием качеств, способностей и функций организма, дозированием физических нагрузок.
Тема № 5. Физические упражнения, гигиенические, психологические и естественные факторы природы в режиме учебного (рабочего) дня специалиста	14			6	8	Производственная гимнастика (вводная гимнастика, физкультурпаузы и физкультминутки, в том числе с элементами самомассажа и приемов психической саморегуляции); составление планов-конспектов и практическое выполнение тематического задания.
Тема № 6. Физические упражнения, гигиенические, психологические и естественные факторы природы во внеучебное (вне рабочее) время специалиста	24			10	14	Утренняя физическая зарядка с элементами профессиональной направленности, занятия в послеучебное время, выходные дни и отпуске, в том числе профилированными видами спорта; составление планов-конспектов и практическое выполнение тематического задания.
Итого	70	8	8	16	38	

Содержание представленного спецкурса необходимо конкретизировать в зависимости от специфики службы, к которой ведется подготовка курсантов и слушателей в образовательной организации МВД России.

Современному специалисту, в особенности руководителю, уже не обойтись без знаний закономерностей развития и функционирования физического (двигательного) компонента профессиональной деятельности и тесно связанных с ним психического и как его части – личностного компонентов. Необходимо также уметь воздействовать на эти компоненты служебной деятельности, то есть регулировать свое психофизическое состояние или состояние подчиненных сотрудников в зависимости от требований конкретных условий службы и возникающих при этом ситуаций [38]. Неоднократно показанная во многих исследованиях эффективность прикладных физкультурных подходов, основанных на использовании уникальных прикладных возможностей физической культуры, определяет актуальность настоящего пособия, направленного на адаптацию существующих и разработку новых физкультурно-оптимизирующих технологий применительно к служебной деятельности сотрудников ОВД.

Резюмируя, отметим, что только комплексное и систематическое использование различных форм занятий СПФК с включением их в режим дня и образ жизни в целом позволит специалисту квалифицированно выполнять служебные обязанности на протяжении всего профессионального пути без ущерба для здоровья, быстро продвигаться по карьерной лестнице, иметь материальное и моральное удовлетворение результатами своего труда, что во многом и определяет социальное благополучие человека.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ служебно-нормативных и научно-методических материалов показал, что в них декларируется положение о необходимости учета специфики служебной деятельности в профессиональной (в том числе физической) подготовке сотрудников ОВД и, в первую очередь, курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России, где готовится основной кадровый состав для органов внутренних дел. Однако фактически в вузах системы МВД России в физической подготовке эти требования реализуются не в должной мере. Учебный процесс в рассматриваемом виде подготовки организуется, как правило, без учета специальностей, специализаций, профилей (узких специализаций) обучающихся и в основном направлен на формирование физической готовности к силовому единоборству с правонарушителем чаще всего в стандартных условиях, что по большому счету не отражает всего многообразия аспектов службы сотрудников различных подразделений ОВД, к которой ведется подготовка курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России.

Понятно, что подготовка высококвалифицированных специалистов к конкретным видам профессиональной деятельности возможна только на основе учета ее специфики и происходящих в ней изменений. Попытки моделирования тех или иных аспектов деятельности сотрудников различных органов, организаций, подразделений МВД России при разработке методик физической подготовки предпринимались неоднократно. Но проблема состоит в том, что до настоящего времени не были разработаны стандартизированные методические подходы к процедуре учета специфики служебной деятельности, к которой ведется обучение. В какой-то степени устранить этот недостаток позволил метод профессиографирования, получивший распространение при изучении служебной деятельности сотрудников ОВД. Адаптированная в настоящем пособии схема профессиографирования (см. табл. 1), на наш взгляд, проста и удобна в использовании, и главное позволяет учесть широкий спектр особенностей характера и условий служебной деятельности сотрудников конкретных подразделений, что, в конечном счете, должно стимулировать комплексное использование разнообразных факторов и прикладных эффектов физической культуры, которые в настоящее время во многом еще не востребованные и являют собой весьма существенный резерв оптимизации и повышения эффективности служебной и учебной деятельности сотрудников различных служб, курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России.

На основе стандартизированной схемы с помощью целого комплекса методов были составлены профессиограммы наиболее вероятных первичных должностей выпускников вузов МВД России (см. §§ 1.1–1.6), которые могут быть использованы как в процессе оптимизации физической подготовки, так и для разработки программ, планов и технологий других обра-

зовательных дисциплин, а также в профессиональной служебной и физической подготовке сотрудников территориальных органов МВД России.

Полученная профессиографическая информация послужила поводом для корректировки задач физической подготовки, сформулированных как физкультурно-прикладные задачи или задачи по формированию служебно-прикладной физической культуры (см. § 2.1), в соответствии с которыми были отобраны средства и методы обучения, воспитания и контроля (см. табл. 2), определена направленность (см. табл. 3) и содержание форм занятий (см. табл. 4 и 5), даны конкретные рекомендации по их проведению.

Таким образом, системно построенная профессиограмма способствует аналогичному представлению деятельности специалиста, как преподавательским составом, курсантами и слушателями образовательных организаций МВД России, так и сотрудниками ОВД, что, в свою очередь, подтверждает целесообразность проектирования физической подготовки в системе МВД России на основе детального и системного изучения и учета специфики службы – профессиографического подхода, в самом общем виде алгоритм реализации которого представляется в следующем:

- собрать на основе профессиографирования и систематизировать исходные данные, необходимые для организации занятий с профессионально-прикладной направленностью, построить модели специалистов, сформулировать требования к их подготовленности;

- спроектировать физическую подготовку, учитывая межпредметные связи, сформулировать конкретные задачи, приоритеты и наиболее значимые направления в подготовке, подобрать средства (физические упражнения, в том числе, комплексы, виды спорта, гигиенические, психологические и другие средства восстановления и т.п.), методы и формы занятий, установить нагрузку и режим;

- реализовать намеченное в образовательном процессе, организовать «обратную связь» и оценить результаты проделанной работы по изменениям в показателях состояния здоровья, самочувствия, работоспособности, специальной физической и психофизической подготовленности и других показателях профессионально значимых знаний, навыков и качеств;

- учесть возможные недостатки и пути повышения эффективности учебного процесса, скорректировать его соответствующим образом [4; 7].

Установлено, что применение профессиографического подхода в физической подготовке курсантов и слушателей образовательных организаций позволяет более эффективно реализовать весь спектр возможностей и эффектов, которыми обладает физическая культура и спорт в отношении подготовки и оптимизации их предстоящей служебной деятельности в подразделениях территориальных органов МВД России.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Баркалов, С.Н. К вопросу о применении профессиограмм в физической подготовке сотрудников органов внутренних дел / С.Н. Баркалов. – Текст : непосредственный // Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов, слушателей и студентов : сборник статей. – Орел : ОрЮИ МВД России имени В.В. Лукьянова, 2016. – С. 17–20.

2. Баркалов, С.Н. Классификация и общая характеристика форм занятий в физической подготовке сотрудников ОВД / С.Н. Баркалов. – Текст : непосредственный // Наука и практика. – 2011, № 1 (46). – С. 114–119.

3. Баркалов, С.Н. Методика служебно-боевой подготовки курсантов вузов МВД России с учетом специфики профессиональной деятельности : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Баркалов Сергей Николаевич. – Москва, 2005. – 221 с. – Текст : непосредственный.

4. Баркалов, С.Н. О профессиографическом подходе в обеспечении физической подготовки сотрудников ОВД / С.Н. Баркалов. – Текст : непосредственный // Наука и практика. – 2008, № 2 (35). – С. 31–33.

5. Баркалов, С.Н. Основные направления интенсификации физической подготовки обучающихся по профилю ГИБДД в образовательных организациях МВД России (на примере выпускников, которым предстоит осуществлять дорожно-патрульную службу) / С.Н. Баркалов. – Текст : непосредственный // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. – 2016, № 1 (66). – С. 23–27.

6. Баркалов, С.Н. Особенности формирования организационно-методической подготовленности курсантов образовательных организаций МВД России на занятиях по физической подготовке / С.Н. Баркалов. – Текст : непосредственный // Наука-2020. – 2017, № 2 (13). – С. 159–166.

7. Баркалов, С.Н. Профессиографический подход к физической подготовке сотрудников органов внутренних дел / С.Н. Баркалов. – Текст : непосредственный // Научный портал МВД России. – 2015, № 4 (32). – С. 121–129.

8. Баркалов, С.Н. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников ОВД: основные понятия, направления совершенствования, образовательные технологии / С.Н. Баркалов. – Текст : непосредственный // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов : сборник статей. – Орел : ОрЮИ МВД России имени В.В. Лукьянова, 2016. – С. 31–46.

9. Баркалов, С.Н. Развитие профессионально значимых качеств сотрудников ГИБДД средствами и методами физической подготовки /

С.Н. Баркалов. – Текст : непосредственный // Наука и практика. – 2012, № 1 (50). – С. 128–131.

10. Гайнуллина, А.В. Психология взаимодействия сотрудников ДПС ГИБДД с участниками дорожного движения : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Гайнуллина Айгуль Вильевна. – Москва, 2010. – 24 с. – Текст : непосредственный.

11. Герасимов, И.В. Анализ практики активного силового пресечения противоправных действий и особенности подготовки сотрудников ОВД к действиям, связанным с применением боевых приемов борьбы / И.В. Герасимов, П.В. Ляхов, А.В. Бакин. – Текст : непосредственный // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов : сборник статей. – Орел : ОрЮИ МВД России имени В.В. Лукьянова, 2016. – С. 65–69.

12. Герасимов, И.В. Перенос тренированности на профессиональную деятельность в процессе физической подготовки / И.В. Герасимов. – Текст : непосредственный // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова. – 2015, № 2 (63). – С. 132–134.

13. Герасимов, И.В. Содержание специально направленной физической подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России с использованием спортивных и подвижных игр (на примере подготовки оперуполномоченных уголовного розыска) : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Герасимов Игорь Викторович. – Санкт-Петербург, 2003. – 222 с. – Текст : непосредственный.

14. Глущенко, Д.В. Прикладная физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел России для выполнения оперативно-служебных задач в чрезвычайных обстоятельствах и ситуациях : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Глущенко Дмитрий Владимирович. – Волгоград, 2014. – 24 с. – Текст : непосредственный.

15. Голубина, О.А. Основы профессионально формирующей системы физического воспитания : монография / О.А. Голубина, В.С. Макеева [и др.]. – Архангельск : САФУ, 2015. – 143 с. – Текст : непосредственный.

16. Голубина, О.А. Физическое воспитание студенток технического вуза как профессионально формирующая система (на примере специальности химика-технолога) : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Голубина Ольга Александровна. – Орел, 2009. – 24 с. – Текст : непосредственный.

17. Дергачев, В.Ф. Боевая подготовка сотрудников ГАИ МВД России. Специальные средства обучения : монография / В.Ф. Дергачев, С.Л. Копотев, Х.Ш. Шафигулин. – Ижевск : Удмуртский университет, 1996. – 138 с. – Текст : непосредственный.

18. Захаров, Е.Н. Энциклопедия физической подготовки (методические основы развития физических качеств) / Е.Н. Захаров, А.В. Карасев, А.А. Сафонов; под общ. ред. А.В. Карасева. – Москва : Лептос, 1994. – 368 с. – Текст : непосредственный.

19. Золотенко, В.А. Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки курсантов в образовательных учреждениях МВД России : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Золотенко Василий Анатольевич. – Санкт-Петербург, 2011. – 24 с. – Текст : непосредственный.

20. Калашников, А.Ф. Проблема физической и психофизиологической подготовки специалистов для подразделений дорожно-патрульной службы Госавтоинспекции России : монография / А.Ф. Калашников. – Орел : ОрЮИ МВД России, 1997. – 147 с. – Текст : непосредственный.

21. Калинин, О.П. Анализ ситуаций оперативно-служебной деятельности сотрудников патрульно-постовой и дорожно-патрульной служб / О.П. Калинин, А.Н. Гулевский, В.И. Косяченко. – Текст : непосредственный // Вестник Волгоградской академии МВД России. – 2015, № 1 (32). – С. 142–149.

22. Кузнецов, А.Ф. Формирование профессионально-профилированной физической культуры у курсантов образовательных учреждений МВД России : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Кузнецов Анатолий Федорович. – Санкт-Петербург, 2012. – 40 с. – Текст : непосредственный.

23. Логвинов, А.В. Интенсификация физической подготовки курсантов и слушателей вузов уголовно-исполнительной системы Минюста России : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Логвинов Александр Витальевич. – Рязань, 2004. – 21 с. – Текст : непосредственный.

24. Лупырь, В.Г. Размышления о профессиональных качествах будущего работника уголовного розыска / В.Г. Лупырь, В.Н. Коновалов. – Текст : непосредственный // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 1998, № 2. – С. 25–29.

25. Лупырь, В.Г. Структурирование профессиограммы будущих сотрудников уголовного розыска / В. Г. Лупырь. – Текст : непосредственный // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2001, № 1. – С. 27–29.

26. Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России № 450 : [от 01.07.2017]. – URL: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71647620> (дата обращения: 21.01.2019). – Текст : электронный.

27. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам

магистратуры : приказ Минобрнауки России № 301 : [от 05.04.2017]. – URL: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71621568> (дата обращения: 21.01.2019). – Текст : электронный.

28. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 40.05.01 Правовое обеспечение национальной безопасности : приказ Минобрнауки России № 1614 : [от 19.12.2016]. – URL: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71485156> (дата обращения: 21.01.2019). – Текст : электронный.

29. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 40.05.02 Правоохранительная деятельность : приказ Минобрнауки России № 1424 : [от 16.11.2016]. – URL: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71458878> (дата обращения: 21.01.2019). – Текст : электронный.

30. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 40.05.03 Судебная экспертиза : приказ Минобрнауки России № 1342 : [от 28.10.2016]. – URL: <http://base.garant.ru/71557546> (дата обращения: 21.01.2019). – Текст : электронный.

31. Овчинников, В.А. Система формирования профессионально-прикладной физической культуры курсантов и слушателей вузов МВД России : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Овчинников Владимир Александрович. – Волгоград, 2012. – 60 с. – Текст : непосредственный.

32. Полянский, В.П. О сущности отношений прикладной физической культуры и служебной (профессиональной) деятельности / В.П. Полянский. – Текст : непосредственный // Вопросы совершенствования боевой подготовки в современных условиях : материалы межвузовской научно-практической конференции. – Москва : МА МВД России, 2002. – С. 127–137.

33. Полянский, В.П. Теоретико-методические основы совершенствования прикладной физической культуры (ее содержания и форм) в современном обществе : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Полянский Валерий Петрович. – Москва, 1999. – 62 с. – Текст : непосредственный.

34. Полянский, В.П. Формирование теории и совершенствование практики профессионально-прикладной физической культуры как особого социокультурного образования / В.П. Полянский. – Текст : непосредственный // Теория и практика физической культуры. – 2008, № 5. – С. 12–17.

35. Попов, А.Г. Профессионально-прикладная физическая подготовка курсантов высших военных учебных заведений на основе моделирования условий боевой деятельности : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Попов Александр Георгиевич. – Нижний Новгород, 2009. – 23 с. – Текст : непосредственный.

36. Производственная гимнастика курсантов / В.С. Макеева, С.Н. Баркалов, В.И. Степанюк. – URL: <https://lektsii.net/4-18598.html> (дата обращения: 21.01.2019). – Текст : электронный.

37. Раевский, Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка следователей ОВД / Р.Т. Раевский, Г.А. Ямалетдинова. – Текст : непосредственный // Теория и практика физической культуры. – 1994, № 3–4. – С. 25–27.

38. Савкин, А.Н. Профессионально-прикладная направленность физической подготовки сотрудников Госавтоинспекции / А.Н. Савкин. – Текст : электронный // Физическая культура, спорт и туризм. Интеграционные процессы науки и практики : сборник статей по материалам международного симпозиума. – Орел : Госуниверситет-УНПК, 2014. – Т. 2. – С. 153–157. – URL: http://oreluniver.ru/file/chair/tris/science/Tom_2.pdf (дата обращения: 21.01.2019).

39. Тапунов, Ю.Н. Содержание профессионально-прикладной физической подготовки курсанток вузов МВД России к служебной деятельности, не связанной с силовым задержанием : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Тапунов Юрий Николаевич. – Краснодар, 2011. – 26 с. – Текст : непосредственный.

40. Теория и методика физического воспитания : учебник / под общ. ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. – 2-е изд. – Москва : Физкультура и спорт, 1976. – Т. 1. – 256 с. – Текст : непосредственный.

41. Ческидов, Н.В. Средства и методы развития профессиональных качеств сотрудников уголовного розыска в процессе физической подготовки : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Ческидов Николай Викторович. – Москва, 1996. – 24 с. – Текст : непосредственный.

42. Чувилкин, Д.Ю. Физическая подготовка экспертов-криминалистов : учебное пособие / Д.Ю. Чувилкин, И.Г. Смирнов, С.Н. Баркалов. – Саратов : СЮИ МВД России, 2008. – 207 с. – Текст : непосредственный.

Учебно-методическое пособие

Авторский коллектив:

кандидат педагогических наук
Баркалов Сергей Николаевич,
кандидат педагогических наук
Махов Станислав Юрьевич,
кандидат юридических наук
Панфёров Роман Геннадьевич

ПРОФЕССИОГРАММЫ СОТРУДНИКОВ ОВД И ПОРЯДОК ИХ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Свидетельство о государственной аккредитации
Рег. № 2660 от 02.08.2017 г.

Подписано в печать 10.12.2019 г. Формат 60x90¹/₁₆.
Усл. печ. л. – 4,13. Тираж 24 экз. Заказ № 30.

Орловский юридический институт МВД России имени В.В. Лукьянова.
302027, г. Орёл, ул. Игнатова, 2.