

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

**МЕТОДИКА ВЫРАБОТКИ НАВЫКОВ ДЕЙСТВИЙ
И ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ
УСТОЙЧИВОСТИ У СОТРУДНИКОВ
ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ С ПРИМЕНЕНИЕМ
ТАКТИКО-СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ
С ЭЛЕМЕНТАМИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ
ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ**

Учебно-методическое пособие

Уфа 2025

УДК 355.551:[159.9:351.741.08](470)(076.5)
ББК 67.401.133.1-7(2Рос)я73-5+88.573.9-69(2Рос)я73-5
М54

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

Рецензенты:

Р. А. Мерзликин
(Волгоградская академия МВД России);
кандидат юридических наук, доцент А. А. Зеленцов
(Санкт-Петербургский университет МВД России)

Коллектив авторов:

А. А. Романов – кандидат юридических наук, доцент;
А. И. Никитин – б/с, б/з;
Р. Р. Ахтамьянов – б/с, б/з;
А. М. Алексеев – б/с, б/з;
К. С. Маисеев – б/с, б/з

М54 **Методика выработки навыков действий и формирования психоэмоциональной устойчивости у сотрудников органов внутренних дел с применением тактико-специальной полосы препятствий с элементами психологических факторов экстремальных ситуаций : учебно-методическое пособие / А. А. Романов, А. И. Никитин, Р. Р. Ахтамьянов [и др.]. – Уфа : Уфимский ЮИ МВД России, 2025. – 32 с. – Текст : непосредственный.**

Учебно-методическое пособие посвящено вопросам совершенствования тактической, физической и психологической подготовленности обучающихся в образовательных организациях МВД России посредством применения специально спроектированной полосы препятствий. Состав элементов такой полосы препятствий, а также последовательность их прохождения и содержание конкретных заданий должны способствовать формированию и развитию необходимых для решения оперативно-служебных задач компетенций, связанных с противостоянием преступникам.

Издание предназначено для профессорско-преподавательского состава, обучающихся образовательных организаций МВД России, сотрудников органов, организаций, подразделений МВД России.

УДК 355.551:[159.9:351.741.08](470)(076.5)
ББК 67.401.133.1-7(2Рос)я73-5+88.573.9-69(2Рос)я73-5

© Коллектив авторов, 2025

© Уфимский ЮИ МВД России, 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
РАЗДЕЛ 1. ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ СИТУАЦИИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ И КОМПЕТЕНЦИИ, ТРЕБУЕМЫЕ ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОГО ВЫПОЛНЕНИЯ СЛУЖЕБНЫХ ЗАДАЧ В ТАКИХ УСЛОВИЯХ.....	5
РАЗДЕЛ 2. ПРЕПЯТСТВИЯ, ТРЕНАЖЕРЫ И ИНОЕ УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, РАЗМЕЩАЕМОЕ НА ПОЛОСЕ ПРЕПЯТСТВИЙ ДЛЯ ВЫРАБОТКИ НАВЫКОВ ДЕЙСТВИЙ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ.....	9
РАЗДЕЛ 3. ЧАСТНАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТАКТИКО-СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ С ЭЛЕМЕНТАМИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ.....	14
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	29
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	30

ВВЕДЕНИЕ

Создание программы с теоретической основой, разработка этапов с условиями и порядком практического прохождения специальной полосы с препятствиями обосновывается необходимостью разрешения педагогической дилеммы, заключающейся в стремлении приближения обучающего процесса к реальной экстремальной ситуации, включая ощущение опасности для жизни и здоровья обучаемого, с исключением реальной опасности и обеспечением безопасности на занятиях. С одной стороны, экстремальная ситуация выдвигает особые требования к психофизиологической, тактической, физической, интеллектуальной и морально-волевой подготовленности сотрудника органов внутренних дел, что, в свою очередь, требует особых подходов к процессу выработки необходимых навыков. С другой стороны, экстремальная ситуация имеет повышенную опасность для жизни и здоровья сотрудника полиции и множество сбивающих факторов, затрудняющих выполнение служебных задач.

Важным аспектом подготовки с использованием тактико-специальной полосы препятствий, в отличие от преодоления спортивной, является выработка способности быстрого принятия решений о способах действий при возникновении широкого спектра возможных нештатных и критических ситуаций оперативно-служебной деятельности органов внутренних дел. Выработка методики, создание специальной полосы с этапами по преодолению препятствий, обеспечение безопасности с исключением необоснованного риска во время прохождения полосы, оценивание с проведением анализа после прохождения – все в комплексе должно сформировать у обучающихся психоэмоциональную устойчивость, которая будет в будущем способствовать выполнению поставленных задач в возможных экстремальных ситуациях.

Целью настоящего пособия является повышение эффективности проведения занятий по выработке у сотрудников полиции навыков выполнения оперативно-служебных (служебно-боевых) задач в особых условиях (экстремальных ситуациях).

РАЗДЕЛ 1. ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ СИТУАЦИИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ И КОМПЕТЕНЦИИ, ТРЕБУЕМЫЕ ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОГО ВЫПОЛНЕНИЯ СЛУЖЕБНЫХ ЗАДАЧ В ТАКИХ УСЛОВИЯХ

Современная ситуация в период проведения Российской Федерацией специальной военной операции на территории Украины и возникающие новые угрозы способствуют возникновению новых требований для развития науки и практической деятельности ставят задачу по овладению сотрудниками правоохранительных органов и обучающихся в образовательных организациях системы МВД России, теоретических и прикладных психологических знаний, выработки умения реализовать их на практике.

В условиях недружественных действий в отношении России сил так называемого «коллективного запада» методами гибридной войны, в том числе использования украинского неонацистского режима в качестве инструмента вооруженного противостояния и ослабления нашей страны, усилилась угроза диверсионных и террористических преступлений на территории не только новых регионов Российской Федерации, но на всем ее пространстве. Террористическая сущность противостоящих России сил свидетельствует о реальной угрозе совершения самых жестоких и бесчеловечных нападений. Часто именно сотрудники полиции становятся прямой целью таких диверсий и терактов. Подтверждением тому являются примеры многочисленных покушений на сотрудников органов внутренних дел в Энергодаре¹, Мелитополе², Мариуполе³, Херсонской области⁴. В этом же ряду стоит теракт в Дагестане 23 июня 2024 года⁵.

Формирование психоэмоциональной устойчивости в процессе обучения в рамках профессиональной служебной и физической подготовки сотрудников правоохранительных органов является актуальным независимо от специфики их деятельности. В первую очередь его значимость связана

¹ Кадры с места подрыва автомобиля с полицейским в Энергодаре // РенТВ. 2023. 3 февраля. URL: <https://ren.tv/news/v-rossii/1072188-kadry-s-mesta-podryva-avtomobilia-s-politseiskim-v-energodare.html> (дата обращения: 30.03.2025).

² Подорвали начальника полиции. В Запорожской области будут судить троих мужчин за нападение на сотрудника МВД // Комсомольская правда. 2023. 28 ноября. URL: <https://www.zap.kp.ru/daily/27587/4858158> (дата обращения: 30.03.2025).

³ В Мариуполе взорвали автомобиль начальника полиции города // РБК. 2023. 27 марта. URL: https://www.rbc.ru/politics/27/03/2023/64214c119a79474d484dfaa0?from=article_body.html (дата обращения: 30.03.2025).

⁴ В Херсонской области подорван автомобиль с сотрудником МВД // Радио Sputnik. 2023. 19 марта. URL: <https://radiosputnik.ru/20230319/podryv-khersonskaya-1858960301.html> (дата обращения: 30.03.2025).

⁵ «Коллегу убили на моих глазах»: что известно о 20 погибших во время терактов в Дагестане // RT. 2024. 24 июня. URL: <https://russian.rt.com/russia/article/1332269-napadenie-dagestan-zhertvy> (дата обращения: 30.03.2025).

с высокой степенью риска, опасностью для жизни и здоровья, осознанной высокой ответственностью за результаты выполнения служебных обязанностей, в том числе в условиях, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия¹.

Решение правоохранительных задач сотрудниками органов внутренних дел объективно связано с ситуациями, представляющими опасность для их жизни и здоровья, необходимостью испытывать повышенные физические и психологические нагрузки, применять физическую силу, специальные средства или даже огнестрельное оружие, действовать при получении ранений самими сотрудниками полиции, а также оказывать первую помощь при ранении иных людей (далее – экстремальные ситуации).

Психоэмоциональная устойчивость существенно расширяет возможности сотрудников правоохранительных органов, пробуждает стремление к более глубокому овладению профессиональными знаниями в области психологии, формирует выработку навыков в практическом использовании для комплексного применения в правоприменительной практике, поскольку все это максимально приближено к решению проблем в области отношений, регулируемых правом.

Вышеперечисленное актуализирует необходимость дальнейшего совершенствования подготовки личного состава органов внутренних дел к действиям в экстремальных ситуациях. Помимо теоретической подготовки и отработки необходимых практических навыков в учебной обстановке на первоначальном этапе обучения (стрельба по мишени в тире, отработка боевых приемов борьбы с ассистентом в спортивном зале, изучение тактики действий в различных ситуациях и т. п.), обязательной составляющей подготовки является погружение обучающихся в обстановку, максимально приближенную к реальной жизни (метод моделирования ситуаций оперативно-служебной деятельности).

В целях обеспечения практической направленности служебно-боевой подготовки и неукоснительного выполнения программ обучения в процессе служебной деятельности, связи содержания служебно-боевой подготовки с актуальными направлениями борьбы с преступностью и оперативной обстановкой в регионе необходимо ежеквартально проводить совместные практические занятия в системе служебно-боевой подготовки с сотрудниками подразделений различных направлений оперативно-служебной деятельности с целью обучения их взаимодействию и боевому слаживанию в период проведения специальных мероприятий, приобретения устойчи-

¹ Эффективность тренингов для подготовки сотрудников правоохранительных органов к деятельности в экстремальных условиях // Психология и право. 2011. Том 1. № 1 // Портал психологических изданий PsyJournals.ru : [сайт]. URL: https://psyjournals.ru/journals/psylaw/archive/2011_n1/39336.html (дата обращения: 30.03.2025).

вых навыков применения и использования оружия и специальных средств в экстремальных ситуациях, выработки и закрепления высокой психологической устойчивости и профессиональной бдительности.

Анализ описанных экстремальных ситуаций в оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции свидетельствует, что они могут характеризоваться рядом факторов:

- повышенным уровнем физической нагрузки;
- необходимостью преодоления различного рода препятствий;
- необходимостью физического противодействия сопротивлению правонарушителей, в том числе с применением боевых приемов борьбы и специальных средств;

- требованиями к навыкам оказания самопомощи, а также волевым качествам сохранения функциональности при болевых ощущениях;

- необходимостью принятия решения на применение оружия, определение порядка и тактики его применения, ведением огня по маневрирующей цели, в движении, в условиях недостаточной видимости, после физической нагрузки, из-за укрытия и из неудобных положений, в условиях ответного огня противника, при получении ранения, а также в условиях иных «сбивающих факторов» (к ним относятся обстоятельства окружающей обстановки (недостаточная видимость, воздействие низких температур или иных неблагоприятных климатических условий, противодействие правонарушителей, громкие звуки выстрелов, взрывов, сирен или криков людей и т. п.) и внутренние реакции человека (страх, физическая усталость, ухудшение когнитивных функций и т. п.), которые затрудняют выполнение служебной задачи и негативно влияют на качество действий);

- требованиями к навыкам взаимодействия с напарниками, взаимной страховки, слаженности действий и пониманию друг друга, коммуникации;

- требованиями к навыкам оказания первой помощи, эвакуации пострадавших, в том числе в условиях сохраняющейся угрозы нападения, поведения раненого (крики, импульсивные движения, сопротивление манипуляциям на раненых местах ввиду болевых ощущений) и внешнего вида ранения (вид обильного кровотечения, сильного повреждения органов и частей тела и т. п.);

- повышенным уровнем психологических нагрузок и высоким уровнем стресса;

- требованиями к навыкам определения приоритетных действий (например, оказание помощи раненому, эвакуация гражданских лиц или отражение нападения);

- высокими требованиями к наблюдательности (например, обнаружение демаскирующих признаков взрывного устройства) и скорости как двигательной, так и ментальной реакции;

– требованиями к тактике и технике действий при решении задач в условиях присутствия «сбивающих факторов»;

– требованиями к умениям обращения со специальными техническими средствами, а также использования элементов экипировки и подручных средств, в том числе для решения внезапно возникающих задач.

Из опыта известно, что в первом бою большинство потерь связано с тем, что человек сталкивается с ужасающей обстановкой боя, и как отреагирует на это его психика, нервная система и когнитивные способности, предугадать сложно. Для этого необходимо создавать условия, максимально приближенные к боевой обстановке, и давать обучаемому «прививку» – возможность испытать себя и способствовать выработке тех качеств и такого состояния, которые способствовали бы сохранению статуса боевой и оперативной единицы для взаимодействия в решении самых трудных и экстремальных задач.

Таким образом, необходимость формирования психоэмоциональной устойчивости сотрудников правоохранительных органов в процессе обучения всегда будет актуальна и требует постоянного совершенствования. Для совершенствования подготовленности сотрудников необходима разработка программ и материально-технической базы, способных создать условия для проведения тренировок, максимально приближенные к боевым, и для возможности сотрудникам самим справляться с психоэмоциональными нагрузками и регулировать свое состояние для продолжения эффективной службы и выполнения задач, в том числе служебно-боевых.

РАЗДЕЛ 2. ПРЕПЯТСТВИЯ, ТРЕНАЖЕРЫ И ИНОЕ УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, РАЗМЕЩАЕМОЕ НА ПОЛОСЕ ПРЕПЯТСТВИЙ ДЛЯ ВЫРАБОТКИ НАВЫКОВ ДЕЙСТВИЙ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

Цель применения тактико-специальной полосы препятствий с элементами психологических факторов в обучении сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации – научение максимально эффективно и качественно выполнять задачи служебной деятельности в экстремальных ситуациях с минимальными затратами психической энергии в максимально короткие временные сроки с сохранением эффективного боевого состояния, здоровья и жизни сотрудников.

Одним из эффективных инструментов подготовки личного состава к выполнению задач, предусмотренных спецификой профессиональной деятельности, выступают тренировки по прохождению полосы препятствий, которые (в тех или иных вариациях) существуют как в органах внутренних дел, так и в Вооруженных Силах Российской Федерации, МЧС России, подразделениях специального назначения различных силовых структур. В системе МВД России с 2008 года введен служебно-прикладной вид спорта – преодоление полосы препятствий со стрельбой, которое предусматривает последовательное прохождение восьми препятствий на силу и ловкость, бег на 100 м и выполнение упражнений стрельб после указанной физической нагрузки. Следует согласиться с коллективом авторов Омской академии МВД России в том, что такие практические действия приближены к служебной деятельности в условиях реального преследования и силового задержания правонарушителя¹.

Помимо служебно-прикладной полосы препятствий, Порядок организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации, утвержденный приказом МВД России от 2 февраля 2024 года № 44², предусматривает занятия на специальной полосе препятствий (преодоление гимнастического коня высотой 135 см, бросок медицинбола весом 4 кг, переноска «ящика» или боксерского мешка массой 30 кг, лазание по канату (шесту) на высоту 4 м, переползание попластунски на расстояние 9 м под ограничителями высоты движения, повторное лазание по канату (шесту) на высоту 4 м, три кувырка вперед, пе-

¹ Бакин А. В., Пивоваров Д. В., Гилль В. Р. Особенности подготовки к соревнованиям по преодолению полосы препятствий со стрельбой в образовательных организациях МВД России // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2016. № 2 (65). С. 67–70.

² Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 2 февраля 2024 г. № 44 (зарегистрировано в Минюсте России 12 марта 2024 г. № 77488). Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс».

редвижение в упоре на руках по гимнастическим брускам высотой 160 см, передвижение по гимнастическому бревну, преодоление забора высотой 2 м, шесть перебрасываний борцовского чучела массой 30 кг (боксерского мешка) через себя, решение пяти задач, связанных с ограничением свободы передвижения ассистента). Кроме того, в рамках изучения раздела тактики применения боевых приемов борьбы предусмотрено преодоление полос препятствий, моделирующих преследование ассистентов (преодоление типичных препятствий и различных полос препятствий, имитирующих ситуации преследования ассистентов на коротких и средних дистанциях в различных местах (на открытой местности, в лесопарковой зоне, в населенном пункте, в здании, на строительной площадке, в салоне транспортного средства, в местах массового скопления людей).

Таким образом, в сфере развития физических качеств использование такого инструмента, как полоса препятствий, вполне развито и доказало свою эффективность. При этом в части выполнения заданий на полосах препятствий, моделирующих преследование ассистентов, предлагаемые обучающимся задания могут быть разнообразны, а их обстановка – максимально приближена к ситуациям служебной деятельности. В данной части многое будет зависеть от творческого подхода преподавателя к подготовке таких полос и методики их использования.

В то же время по выработке навыков тактической, психологической, огневой подготовки, а также обеспечения личной безопасности сотрудников органов внутренних дел потенциал специализированных полос препятствий реализован не в полной мере. Для решения такой задачи целесообразно, в частности, изучить опыт использования полос препятствий в рамках физической подготовки, а также адаптировать его к задаче комплексного развития компетенций, требуемых сотруднику полиции в экстремальных ситуациях.

Так, к недостаткам служебно-прикладной и специальной полос препятствий, отдельные элементы которых нормативно закреплены, можно отнести то, что обучающийся привыкает преодолевать строго определенные препятствия с конкретными характеристиками. При регулярных тренировках на строго определенной полосе спортсмены обучаются быстро преодолевать только ее, что не в полной мере может оказаться полезным в реальной ситуации противостояния преступникам. Следовательно, задания тактико-специальной полосы препятствий должны отвечать следующим требованиям (критериям):

- во-первых, быть максимально приближенными к возможным ситуациям оперативно-служебной деятельности;
- во-вторых, содержание и последовательность прохождения препятствий и выполнения заданий должны постоянно изменяться;
- в-третьих, виды заданий должны охватывать максимально широкий спектр возможных ситуаций.

При этом занятия на такой полосе должны проводиться в различных погодных условиях, в разное время года (в летней и зимней форме одежды), в различных вариантах экипировки, в том числе в средствах индивидуальной бронезащиты и с оружием.

Полагаем, что с перечисленными препятствиями сотрудник полиции действительно может столкнуться в своей служебной деятельности гораздо вероятнее, то есть такая полоса препятствий максимально приближена к реальной жизни. Однако в то же время нельзя не отметить, что указанный объем препятствий, во-первых, не отвечает всем названным нами критериям для тактико-специальной полосы препятствий, а во-вторых, не охватывает всех указанных выше факторов оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции, в том числе в экстремальных условиях.

Также сотрудникам, выполняющим задачи полиции, необходима специальная полоса препятствий с элементами психологических факторов и преград, имитирующих современный бой с незаконными вооруженными формированиями, опасными преступниками и несение службы на опасных объектах. Целесообразно преодоление психологической полосы препятствий с элементами огневой подготовки, применения различного вооружения и безопасного обращения с ним, оказание медицинской самопомощи на случай рения и медицинская эшелонированная помощь раненым с эвакуацией.

Целями преодоления такой полосы препятствий являются повышение уровня стрессоустойчивости каждого обучающегося к воздействию таких психотравмирующих факторов, как звуки стрельбы, разрывы снарядов, крики раненых сотрудников, голоса с угрозами расправы от преступных элементов, дым, огонь, действия в темноте и в ситуациях с имитацией контузии и других ранений. Также данная полоса повышает уровень профессиональных способностей у обучающихся, вырабатывает целеустремленность, решительность, самообладание, и является неотъемлемой частью группового взаимодействия у сотрудников и курсантов для формирования общей боевой слаженности. С прохождением общего испытания у коллектива или группы обучающихся появляется «чувство локтя», чувство ответственности не только за себя, но и за своих товарищей, которые всегда прикроют и помогут в преодолении трудностей; также вырабатываются взаимовыручка и взаимопомощь.

Психологические полосы представляют собой интегрированные комплексы разнообразных элементов, препятствий и симулированных оперативных ситуаций, образующих сплоченную систему, цель которой – стимулировать обучающихся к активному решению сложных задач в контексте выполнения конкретных профессиональных заданий¹.

¹ Смирнов В. Н. Профессионально-психологическое обеспечение деятельности сотрудников органов внутренних дел в экстремальных условиях. Домодедово, 2023.

При разработке психологических полос следует принять во внимание ряд принципов их конструкции: реконструкция характерных и высоковероятных экстремальных ситуаций, характерных для оперативной служебной деятельности; достижение оптимальной психологической эффективности и укрепление психологической устойчивости; предоставление возможности для изменения порядка преодоления препятствий и решения задач для предотвращения стандартизации и сохранения элемента неожиданности при повторных проходах; обеспечение возможности тщательного анализа действий обучающихся на полосе; минимизация затрат на изготовление и обеспечение возможности многократного использования полос с учетом их унификации. Указанные критерии для психологических полос не касаются специфики планировочных и инженерно-конструктивных решений.

Исследование существующих психологических полос выявляет ряд ошибок, допускаемых в процессе их создания: попытки неоправданного увеличения количества элементов полосы; интеграция в структуру объектов и препятствий, предназначенных в основном для повышения физической подготовки, вместо фокуса на психологической тренировке; усиление внешнего визуального и сенсорного воздействия в ущерб разработке внутренних психологических препятствий для обучающихся.

На основании накопленного опыта можно предложить ряд рекомендаций по оснащению психологических полос.

Ключевыми образовательными элементами психологической полосы являются:

- лабиринт, охваченный пламенем и наполненный дымом, с переменными маршрутами;
- обучающая башня;
- высокая эстакада с пламенеющими оконными проемами на разной высоте;
- сегмент жилого здания с различным количеством этажей;
- туннели (коллекторы различных диаметров).

В дополнение к перечисленным элементам в комплекс психологической полосы могут быть включены иные обучающие объекты. Однако важно стремиться к тому, чтобы они способствовали воспроизведению типичных ситуаций, развитию профессиональных навыков и создавали соответствующие психологические нагрузки¹. Целесообразно разрабатывать психологические полосы, которые отражают специфику работы различных подразделений.

Для увеличения сложности и динамичности обучающих условий необходимо использовать легко модифицируемые объекты, такие как заборы, небольшие эстакады, мишени, перегородки, огневые преграды, по-

¹ Прикладная юридическая психология / под ред. А. М. Столяренко. М., 2024.

движные мосты, трубы и прочие. Их можно размещать в различных точках психологической полосы с целью создания участков с повышенной сложностью прохождения. Желательно обеспечить возможность тренировок как для индивидуальных сотрудников органов внутренних дел, так и для целых отделений и дежурных смен.

При сокращении длины полосы препятствий возможно разместить учебные элементы в ряд. Однако предпочтительней формировать из них геометрические фигуры, такие как круг, овал, квадрат или прямоугольник, центрируя их вокруг водного объекта. Данная конфигурация обладает преимуществами, облегчающими организацию и выполнение учебных заданий, надзор за действиями студентов, а также позволяет многократно повторять прохождение полосы, что способствует развитию выносливости и стабильности личного состава.

Усиление психологического воздействия достигается за счет применения интенсивных источников света, аппаратуры, имитирующей дождь, ветровые порывы, токсичные газы и раздражающие запахи.

Назовем основные три учебные точки. Первая – это преодоление полосы препятствий с элементами психологической подготовки. Вторая – это обкатка техники прохождения полосы на всех ее этапах. Третья – это обучение сотрудников способом саморегуляции в стрессовых ситуациях.

Таким образом, этапы выполнения заданий на полосе препятствий должны моделировать разнообразные ситуации и обстановку, максимально приближенные к ситуациям в служебной деятельности. Качественная подготовка самой полосы обязательно должна быть дополнена умелой работой и комплексным подходом опытного преподавателя-инструктора и других лиц, задействованных в учебном процессе подобного характера. Тактико-специальная полоса препятствий должна быть не спортивного уклона, отличаться от сугубо физических элементов и отвечать тем требованиям, на которые сотрудники правоохранительных органов будут реагировать так же, как если бы находились в реальных ситуациях в противостоянии преступникам. Кроме того, на психополосе необходимо добиваться эффективного приобретения необходимых качеств у обучающихся, которые лучше достигаются с помощью применения различных имитационных средств.

РАЗДЕЛ 3. ЧАСТНАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТАКТИКО-СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ С ЭЛЕМЕНТАМИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

Изученный опыт и выявленные недостатки в подготовке сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации, а также учет всех описанных факторов, требований к тактико-специальной полосе препятствий позволяют нам выработать следующие предложения по составу и характеру препятствий и заданий полосы:

1. Необходимо осуществить выполнение задания в здании, лишено осветительных устройств. Во время передвижения по заранее определенному маршруту провести изучение и запоминание элементов окружения (к примеру, размещенные цифры, субъективный портрет и приметы лиц и другие характерные детали), с последующим подробным отчетом после завершения прохождения заданного пути. Критерии оценивания, в зависимости от площади здания: 35 м² до 60 секунд – выполнено; более 60 секунд – не выполнено.

2. Оказать первую помощь себе, напарнику, третьему лицу; вынести пострадавшего в безопасное место. Первичная медицинская помощь представляет собой комплекс неотложных действий, направленных на поддержание жизни и здоровья пострадавших. Такая помощь реализуется непосредственно на месте происшествия до момента прибытия квалифицированных медицинских работников или транспортировки пациента в лечебное заведение. Обучаемый должен иметь при себе аптечку первого эшелона, в первую очередь оказать помощь себе, спрятавшись за укрытие, далее подползти к остальным пострадавшим, перетащить их в безопасное место и оказать помощь, наложить жгут или турникет. Для обеспечения эффективной и безопасной первой медицинской помощи следует придерживаться установленной последовательности действий: прежде всего, необходимо удостовериться в собственной безопасности и отсутствии угрозы для лица, оказывающего помощь, гарантировать безвредность обстановки для пострадавшего и окружающих, например, извлечь пострадавшего из пылающего транспортного средства, провести оценку жизненных показателей пострадавшего, таких как пульсация, дыхательная активность, реакция зрачков на свет, а также наличие сознания. Визуализация дыхания требует откидывания головы потерпевшего назад, наклона к его лицу и внимания к звукам или ощущению воздушного потока; для определения пульса следует поместить кончики пальцев на сонную артерию пострадавшего, немедленно вызвать службы экстренного реагирования. Критерии оценивания: оказание первой помощи себе до 18 секунд – выполнено; напарнику и третьему лицу до 15 секунд – выполнено; в иных случаях – не выполнено.

3. Выполнять задачи в условиях получения ранения (с помощью прибора, создающего раздражающее воздействие на тело посредством электрических токов). Критерии оценивания: до 12 секунд – выполнено.

4. Выполнить передвижение по тоннелю в условиях выстрелов над головой. Перемещение через тоннель при осуществлении выстрелов в непосредственной близости сверху требует особой осторожности и тактики, при этом необходимо не терять бдительность, переходя на другой этап психополосы. Критерии оценивания: 8 м до 17 секунд – выполнено.

5. Обнаружить взрывное устройство по демаскирующим признакам (не попасть в ловушку преступников). Различные техники идентификации взрывоопасных элементов применяются с целью обеспечения безопасности и пресечения террористических действий. К ним относятся: визуальная проверка, которая заключается в осмотре территории на предмет аномалий, таких как неправильности поверхности или рассеянные металлические элементы; применение металлоискателей, эффективных для выявления металлосодержащих объектов вроде мин или фрагментов взрывных устройств, спрятанных под землей (однако этот метод менее результативен для выявления объектов с низким содержанием металла или расположенных под песчаными слоями); использование грунтовых радаров для обнаружения подземных объектов по отраженным от них радиоволнам грунтовых радаров (особенно полезны для выявления не содержащих металл мин из пластика или дерева); применение беспилотных летательных аппаратов для аэрофотосъемки и обнаружения подозрительных предметов с высоты, а также для доставки разведывательных или доминирующих групп к месту обнаружения; использование служебных собак для поиска взрывчатых устройств по специфическому запаху; применение специализированного оптического и радиолокационного оборудования, разработанного для обнаружения подозрительных объектов в различных условиях, которое может использоваться в сочетании с другими методами для повышения точности обнаружения. Обеспечение обнаружения взрывоопасных объектов является ключевым аспектом физической безопасности, способствует гуманитарному разминированию, предотвращает террористические угрозы и защищает население на потенциально опасных территориях¹. Непрерывное совершенствование технологий и методов обнаружения позволяет обществу формировать безопасное пространство для жизни. Критерии оценивания: до 30 секунд – выполнено.

6. Отразить нападение преступника, атакующего холодным, огнестрельным оружием, без оружия (сотрудник должен обладать боевыми приемами, согласно Федеральному закону от 7 февраля 2011 года № 3-ФЗ

¹ Шхагапсоева М. Х. Особенности воспитательной работы в системе повышения квалификации сотрудников МВД России // Вопросы экономики и права. 2023. Вып. 1. С. 37–43.

«О полиции»¹ применить приемы для отражения нападения преступника). Критерии оценивания: до 10 секунд – выполнено.

7. Затушить возгорание на маршруте, чтобы иметь возможность передвигаться дальше. Ликвидировать пожар в месте происшествия любыми возможными способами, чтобы возобновить возможность передвижения. Во время прохождения очередного этапа психополосы произойдет возгорание, сотрудник должен будет устранить его огнетушителем, водой и плащ-палаткой. Критерии оценивания: до 15 секунд – выполнено.

8. Выполнить стрельбу по мишеням (из пневматического или электронного стрелкового тренажера). На очередном этапе психополосы сотрудник должен иметь при себе кобуру и пневматический пистолет, снаряженный тремя патронами, затем на фоне физической нагрузки поразить мишень тремя выстрелами с колена, после чего будет подсчет очков.

В составе комплекса могут использоваться пневматические ружья весом до 4 кг, оснащенные открытыми прицельными устройствами (целик и мушка), а также массогабаритные макеты автомата Калашникова с регламентированными прицельными приспособлениями.

Имитация выстрела с применяемым оружием должна осуществляться через активацию стандартного механизма спуска или его аналога, сопровождаясь ожидаемыми тактильными и акустическими эффектами для стрелка.

Перезарядка оружия для осуществления последующего выстрела требует изменения позиции стрелка, включая поднятие или отведение локтей от поверхности стола или опоры, а также взведение боевой пружины или механизма спуска пневматической винтовки либо перезарядку макета автомата Калашникова.

Программное обеспечение комплекса должно предоставлять возможность корректировать результаты тестовых выстрелов для каждого испытуемого в соответствии с утвержденными рекомендациями.

Комплексы, в которых используется лазерное излучение, должны быть сертифицированы в соответствии с требованиями безопасности. Спектральный диапазон работы оптических и лазерных излучателей должен быть выбран таким образом, чтобы не попадать в область, видимую человеческим глазом.

При прохождении каждого этапа участник обязан:

- следовать всем инструкциям судьи и оператора;
- держать оружие направленным дулом только к линии мишеней;
- производить выстрелы исключительно после команды «Огонь!» и до команд «Стоп!» или «Прекратить стрельбу!»;
- сообщать судье о любых неисправностях оружия;

¹ О полиции : федеральный закон Российской Федерации от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ. Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс».

– прекращать стрельбу в случае появления в зоне стрельбы людей или животных;

– после завершения стрельбы аккуратно разместить оружие дулом в направлении мишеней;

– бережно относиться к оружию и оборудованию.

Участнику запрещается:

– брать в руки оружие, прицеливаться и стрелять на огневом рубеже без команды судьи;

– наводить оружие на людей или в стороны, отклоняющиеся от направления на мишени;

– касаться спусковой скобы до момента прицеливания и после выполнения стрельбы;

– создавать шум и отвлекаться в зоне подготовки и на огневом рубеже.

Критерии оценивания: 25 м, 10 выстрелов до 17 секунд – выполнено; 10 м, 10 выстрелов до 14 секунд – выполнено.

9. При звуке артиллерийского обстрела или звука приближающегося беспилотного воздушного судна занять укрытие. Обучаемый должен дать команду «Воздух» и закрепиться за укрытием, зафиксироваться на 3–5 секунд и продолжить прохождение психополосы. Увеличение расстояния, а следовательно, времени для перемещения, позволяет противнику начать и, главное, скорректировать свой прицельный огонь по передвигающемуся сотруднику. Продолжительность перемещения солдата обусловлена интенсивностью и точностью огня оппонента. С учетом того, что эффективность огня противника возрастает с приближением к его позициям, необходимо уменьшать время на перемещение по мере сокращения дистанции к врагу. Критерии оценивания: до 3 секунд – выполнено.

10. Выполнять передвижение по полосе вдвоем/втроем, выполняя прикрытие друг друга. Сотрудники работают двойками/тройками, прикрывают друг друга и командуют при этом: «На позиции!», «Держу!», «Пошел!», «Иду!».

11. При отражении нападения преступника с огнестрельным оружием среагировать на внезапное появление третьих лиц в зоне ведения огня (прекратить стрельбу, принять меры к удалению третьих лиц, изменить траекторию ведения огня и т. п.). Критерии оценивания: до 3 секунд – выполнено.

12. Преодолеть стену через проемы на разной высоте (в том числе при выполнении задания вдвоем/втроем). Препятствия средней высоты, не превышающие уровень груди, обычно преодолеваются с использованием руки и ноги для отталкивания. В случаях когда препятствие не позволяет обеспечить опору (как, например, при наличии низкого проволочного барьера, спирали «бруно», систем сигнализации, а также в случае минированных или под напряжением препятствий), оно преодолевается с помо-

щью прыжка от спины партнера, который, напрягая и изгибая туловище, усиливает импульс для прыжка. Препятствия, чья высота составляет 2,5–3,5 м, преодолеваются также с помощью партнера. Сотрудник располагается спиной к препятствию, приседает и поднимает второго на свои плечи, после чего подталкивает его на препятствие. Тот, кто оказался наверху, затем помогает подняться товарищу, используя винтовку, ремень и прочие подручные средства. При необходимости преодоления препятствия без партнера можно использовать веревку с зацепом (крючком или петлей) на конце, доску, лестницу и подобные средства¹.

13. Выполнить переползание по песку, по зигзагообразному маршруту. Переползание является методом незаметного приближения к цели или прохождения участков территории, где высота препятствий недостаточна для скрытного перемещения другими методами. Данная техника может выполняться пластунским способом, на коленях и предплечьях или же лежа на боку. Пластунское переползание актуально при необходимости прохода открытых территорий с целью сохранения незаметности. Голову следует держать низко, оружие захватить за ремень возле цевья рукой. При прохождении водоемов, грязи или песка оружие необходимо держать двумя руками, опираясь на локти или предплечья. Переползание на коленях и предплечьях рекомендуется на местности с невысокими укрытиями. Необходимо двигаться, опираясь на кисти рук и локти; колени также принимают участие в передвижении. Оружие размещается на предплечье с надежным захватом ремня за антабку у цевья. Для перемещения раненого, пленного или груза в условиях угрозы используется боковое переползание. Лежа на левом боку, следует подтянуть вперед согнутую в колене левую ногу и упереться в землю предплечьем левой руки. Правой ногой, каблуком, следует упереться в землю поближе к собственному телу и, выпрямляя ногу, продвигать тело вперед, сохраняя положение левой ноги. Движение продолжается в аналогичной последовательности. Оружие следует держать в правой руке или расположить за спиной. Критерии оценивания: 20 м до 25 секунд – выполнено, 30 м до 35 секунд – выполнено.

На основании описанных предложений по составу и характеру препятствий и заданий полосы, прохождение которых в значительной степени усовершенствует подготовленность сотрудников органов внутренних дел к действиям в экстремальных ситуациях, предлагаем создать полосу, которая состоит из следующих этапов:

1. Участок улично-дорожной сети, предусматривающий отрезок автомобильной дороги, пешеходных дорожек и переходов, прилегающих к ним участков и инфраструктурных объектов (остановочный комплекс, киоск, припаркованные автомобили, дорожные ограждения, фонарные

¹ Александровский О. А., Лобастов О. С., Синвак Л. И. Психогении в экстремальных условиях. М., 2022.

столбы и светофор и т. п.). Такой участок максимально приближен к реальной обстановке и, помимо возможности моделирования практических ситуаций, будет способствовать погружению обучающегося в атмосферу несения службы, а не выполнения спортивного упражнения (рисунок 1). Одним из учебных вопросов на данном участке представляется задание на принятие решения о возможности применения оружия в общественном месте.



Рис. 1. Варианты участков улично-дорожной сети с вероятностью применения огнестрельного оружия

2. Автомобиль. Автомобиль может использоваться: 1) как транспортное средство наряда полиции с отработкой следующих вопросов: высадка из автомобиля при преследовании правонарушителя или при попадании в засаду, ведение огня из окон автомобиля, наружный досмотр задержанного правонарушителя и посадка его в автомобиль, предрейсовый осмотр автомобиля с целью обнаружения следов незаконного вмешательства или установки взрывного устройства; 2) как транспортное средство правонарушителей с отработкой вопросов их задержания, его осмотра и досмотра (например, может быть смоделирована фабула, согласно которой на блокпосту осуществляется досмотр транспортного средства граждан, в котором обнаруживаются запрещенные к обороту или опасные предметы, после чего один из ассистентов задерживается сотрудниками полиции с применением боевых приемов борьбы и специальных средств, а другой пытается скрыться бегством в сторону полосы препятствий, и обучающиеся начинают движение по полосе); 3) как транспортное средство граждан, попавших в дорожно-транспортное происшествие, с отработкой вопросов оказания первой помощи, обеспечения безопасности граждан (выставление аварийных знаков, тушение автомобиля), эвакуации пострадавшего из автомобиля при наличии опасности его нахождения в нем и т. п. (рисунок 2). Чтобы у обучающихся не возникало привыкание к однообразной обстановке, целесообразно менять место расположения автомобиля либо иметь два автомобиля (макета) в разных местах.



Рис. 2. Варианты высадки сотрудников из автомобиля и изъятия правонарушителя для задержания

3. Беговой отрезок (рисунок 3А). Перед началом преодоления препятствий стоит уделить внимание выполнению задания на скоростное передвижение с целью создания динамики и настройки организма на физическую нагрузку. Дистанция передвижения может варьироваться от 10 до 50 м, а способ передвижения выбираться преподавателем (одним участником команды, всеми участниками команды одновременно либо поочередно с выполнением прикрывающего друг друга).



Рис. 3. А. Варианты скоростного преодоления бегового отрезка
Б. Варианты преодоления высотного препятствия

4. Препятствие в виде дорожного ограждения высотой 1 м (рисунок 3Б). Его преодоление приведет к сбиванию темпа после скоростного преодоления бегового участка, что является характерным при перемещении на улицах населенных пунктов в реальной жизни.

5. Препятствие в виде отрезка с рыхлым песком или снегом длиной 5–10 м (рисунок 4). Обосновывается тем, что в реальной обстановке воз-

можно передвижение по рыхлым поверхностям, что требует задействования дополнительных групп мышц, в отличие от бега по твердому покрытию.

6. Препятствие на развитие равновесия в виде качающегося бревна (рисунок 5). Бревно с шириной поверхности 10 см и длиной 6 м закреплено на цепях на вертикальных опорах. При этом длину цепей можно увеличивать или уменьшать, в связи с чем изменяется его высота над землей и сила свободного раскачивания.



Рис. 4. Варианты преодоления препятствия с рыхлой поверхностью в различных погодных условиях



Рис. 5. Вариант оборудования этапа и его преодоления с сохранением равновесия

7. Препятствие в виде узкого тоннеля с поворотными участками (рисунок 6). Тоннель в виде металлической трубы диаметром 1 м имеет участок от входа в тоннель до поворота длиной не менее 1 м, далее поворот на 90 градусов и прямой участок длиной 3–5 м, поворот на 90 градусов, отрезок не менее 1 м до выхода. Вход и выход тоннеля целесообразно обо-

рудовать шторами из плотного светонепроницаемого материала, что создаст дополнительные сбивающие факторы при передвижении и будет способствовать выработке психологической устойчивости. При передвижении по тоннелю возможно нанесение ударов по его стенкам с внешней стороны для создания шумового воздействия.



Рис. 6. Варианты оборудования этапа и преодоления препятствия в виде узкого тоннеля с поворотами

8. Препятствие в виде участка, предназначенного для переползания по-пластунски на расстояние 5–9 м под ограничителями высоты 45 см (рисунки 7). Умение ползать требуется в связи с необходимостью скрытного перемещения при угрозе огневого контакта с преступником, а также с учетом угрозы внезапных минометных и артиллерийских обстрелов. При этом препятствие можно спроектировать таким образом, чтобы переползать требовалось не только прямо, но и боком, с поворотами траектории движения.



Рис. 7. Варианты оборудования и преодоления препятствия для переползания по-пластунски при угрозе огневого контакта

9. Препятствие в виде входной группы в подъезд (рисунок 8). Данный элемент позволяет отработать тактику подхода к зданию, открывания дверей, входа в помещение. За дверью входной группы должен располагаться небольшой тамбур, в котором возможна отработка целого ряда задач (в том числе защиты от нападения, задержания преступника и т. п.) в ограниченном пространстве.



Рис. 8. Варианты подхода и вхождения в опасные помещения

10. Препятствие в виде лестничного марша на 2 этаж (рисунок 9). Перемещение вверх по лестнице создает дополнительную физическую нагрузку. Быстрый спуск вниз по лестнице требует координации. При этом подобное препятствие – одно из наиболее часто встречающихся в реальной обстановке.



Рис. 9. Варианты оборудования этапа полосы для тактического перемещения вверх и вниз по лестнице

11. Оконный проем (рисунок 10). Преодоление оконного проема требуется для дальнейшего спуска различными способами. В данном случае обучающиеся получают представление о порядке действий для безопасного перелезания, а также опыт психологической готовности «выйти в окно».

12. Вертикальная лестница (рисунок 11). Как и в случае с наклонным лестничным пролетом, вертикальные лестницы также часто могут встречаться в деятельности сотрудников полиции (например, при необходимости преследования правонарушителя по пожарным лестницам, при обследовании чердаков и т. п.). Однако и подъем, и спуск по таким лестницам требуют определенной сноровки.



Рис. 10. Вариант оборудования этапа и преодоление оконного проема



Рис. 11. Вариант оборудования этапа и преодоление вертикальной лестницы

13. Обвязка для высотной подготовки (рисунок 12). На данном элементе обучающиеся смогут безопасно отработать правила крепления канатов, вязания узлов, использования специальных страховочных систем для спуска по вертикальной стене, а также эвакуации раненных, спуска/подъема грузов.

14. Стена с проемами на разной высоте (три уровня: проем на уровне земли высотой 0,5 м; проем на расстоянии от земли 1,2 м, высотой не менее 1,2 м; проем на расстоянии от земли на высоте 2 м, высотой не менее 1,2 м). Преодоление различных проемов, дыр в заборах, а также перелезание заборов сверху, проникновение на цокольные этажи и заглубленные помещения требуют определенной сноровки и являются одними из распространенных препятствий при преследовании преступников в реальной жизни. Выполнение данной задачи возможно как индивидуально, так и с помощью напарника. При этом при преодолении таких проемов могут дополнительно отрабатываться вопросы тактики действий и приемы обеспечения личной безопасности.



Рис. 12. Вариант обвязки страховочным оборудованием для этапа по преодолению вертикальной стены с проемами

15. Веревоочная переправа (два вертикально натянутых каната, один на уровне 0,5 м от земли, другой на высоте 1,8 м от первого каната, длина переправы – 5–8 м). Ее преодоление способствует развитию координации и равновесия, а также преодолению страха падения. Кроме того, отдельно можно проработать вопрос наведения такой переправы, что может пригодиться сотруднику органов внутренних дел при выполнении задач в горно-лесистой местности.

16. Траншея. Траншею целесообразно соорудить из трех участков разной длины. Глубина траншеи – 1 м. Первый участок траншеи шириной 1 м имеет длину 1 м и преодолевается одним прыжком. Второй участок траншеи имеет длину 2–2,5 м и преодолевается путем спрыгивания обучающегося на дно траншеи, перебега к противоположной ее стороне и подъема на нее. Третий участок траншеи имеет длину 3 м и преодолевается с помощью шеста, подвешенного над траншеей на опорах. По какому именно участку из трех будет перемещаться обучающийся, в каждом конкретном случае определяет преподаватель.

17. Очаг возгорания. На специально оборудованной площадке из огнеупорных материалов, имеющей защитный бортик высотой не менее 0,5 м, установлен макет дверного проема. При выполнении задания проем обливается горючей смесью и поджигается. Задача обучающегося при подходе к данному препятствию – воспользовавшись подготовленным огнетушителем, осуществить правильное тушение проема, после чего, пройдя в данный дверной проем, двигаться к следующему препятствию. На указанном элементе полосы отрабатываются базовые навыки пожаро-

тушения, а также вырабатывается психологическая устойчивость к действиям при наличии возгорания.

18. Свето-акустическая система. Полоса препятствий оборудуется полицейской светозвуковой системой, стробоскопами, динамиками. При движении по полосе через динамики могут проигрываться звуки стрельбы, взрывов, призывов о помощи людей и криков раненных, сирен экстренных служб. Мерцание света и полицейских сирен также создает необходимость действовать при наличии указанных сбивающих факторов, что способствует выработке психологической устойчивости и концентрации на выполнении служебной задачи и соблюдении правил личной безопасности.

В целях наиболее эффективного проведения занятий преподавателю при отработке обучающимися заданий на тактической психологической полосе препятствий рекомендуется изменять направления и последовательность преодоления отдельных ее элементов. Кроме того, помимо выполнения задач, связанных с необходимостью физического преодоления препятствий в ограниченное время, преподавателем в произвольном порядке добавляются задания на внимательность, быстроту принятия решений, тактическую четкость их выполнения, демонстрацию специальных навыков и т. д. Так, среди специальных заданий могут быть следующие: оказать первую помощь себе, напарнику, третьему лицу; обнаружить взрывное устройство по демаскирующим признакам (не попасть в ловушку преступников); отразить нападение преступника, нападающего с холодным, огнестрельным оружием, без оружия; затушить возгорание на маршруте, чтобы иметь возможность передвигаться дальше; вынести пострадавшего в безопасное место; выполнить стрельбу по мишеням (из страйкбольного оружия или электронного стрелкового тренажера); выполнять задачи в условиях получения ранения (прибор, создающий раздражающее воздействие на тело посредством электрических токов); при звуке внезапного артиллерийского обстрела занять укрытие; выполнять передвижение по полосе вдвоем/втроем, осуществляя прикрытие друг друга; при отражении нападения преступника с огнестрельным оружием среагировать на внезапное появление третьих лиц в зоне ведения огня (прекратить стрельбу, принять меры к удалению третьих лиц, изменить траекторию ведения огня и т. п.); выполнить какие-либо задачи в помещении без источников света (на ощупь, при взаимодействии с помощью голоса); при движении по маршруту изучать и запоминать обстановку (например, расставленные цифры, приметы лиц и т. п.) с докладом по окончании преодоления полосы¹.

¹ Совершенствование преподавания дисциплин кафедры огневой и тактико-специальной подготовки посредством организации тактико-специального полигона : учебно-методическое пособие / А. А. Романов, В. И. Давлетов, Т. А. Файрушин [и др.]. Уфа : Уфимский ЮИ МВД России, 2023. С. 30.

До начала практических упражнений происходит теоретическое освоение материала, включающего изучение элементов огневой полосы, методов их преодоления, а также аспектов безопасности труда. Упомянутые темы рассматриваются в специализированных аудиториях, оснащенных схемами огневых полос для психологической подготовки. Перед проведением каждого практического упражнения руководство издает приказ, который определяет порядок и время работы с подразделениями, назначает инструкторов и лиц, ответственных за соблюдение норм охраны труда¹.

Присутствие медицинского специалиста, способного оказать необходимую медицинскую помощь, является обязательным условием при проведении практических упражнений на огневой полосе в условиях воздействия огня и дыма на участников.

Преподавателю-инструктору во время группового или индивидуального прохождения полосы с препятствиями необходимо наблюдать за каждым обучающимся и контролировать его состояние для того чтобы после давать рекомендации для дальнейшего совершенствования психоэмоциональной устойчивости.

Для обучения на психополосе необходимо использовать метод демонстрации с последующими пояснениями инструктора. Перед началом практического выполнения задания целесообразно продемонстрировать техники и методы преодоления каждого упражнения на полосе с привлечением опытных сотрудников органов внутренних дел. Сначала следует отработать техники эффективного преодоления участков. После убеждения в том, что участники усвоили необходимые навыки и способны действовать уверенно и сохранять спокойствие, можно переходить к выполнению заданий.

В начале обучения каждый участник преодолевает полосу индивидуально под командованием преподавателя. Затем обучаемые делятся на две подгруппы: одна выполняет задание, вторая обеспечивает поддержку, активизирует имитационные средства, контролирует безопасность и наблюдает за ходом обучения. После этого группы меняются ролями.

Преподаватель обязан обеспечивать сложность и динамичность заданий, увеличивая степень их трудности посредством следующих методов:

– использование симуляционных средств, как поодиночке, так и в совокупности;

– модификация расположения и плотности различных объектов на определенных сегментах трассы (ограждения, мишени, невысокие платформы, подвижные мосты, ящики, огневые преграды и др.);

– добавление дополнительных обучающих заданий: стандартное прохождение, оказание помощи пострадавшим в процессе движения, эва-

¹ Петровский В. А. Поведение человека в ситуации опасности (к психологии риска) // Новые исследования в психологии. 2024.

куация пострадавшего товарища или имущества из зоны пожара (с возможностью прохода части или всей дистанции);

– выбор сложных метеорологических условий и времени суток для выполнения заданий (дождь с ветром, снегопад, мороз, темное время суток);

– назначение задач на многократное прохождение трассы без возможности отдыха, выполнение маршрута в обратном направлении, а также с использованием разнообразных средств индивидуальной защиты.

Обеспечение безопасности включает в себя комплекс профилактических действий:

– исключение выполнения упражнений с потенциально негативными последствиями;

– непрерывный мониторинг упражнений, которые несут повышенную степень риска и опасности;

– организацию учебного процесса таким образом, чтобы при превышении уровня риска и опасности, определенного учебной программой, была возможность незамедлительно прекратить выполнение упражнения;

– назначение ответственных лиц за мониторинг на каждом этапе выполнения упражнений и активацию мер безопасности, а также обеспечение наличия специального оборудования для безопасности;

– личную проверку руководителем учебного мероприятия готовности площадки к занятиям в соответствии с требованиями охраны труда;

– разрешение на проведение занятий по психологической подготовке только для командиров, которые обладают необходимой методической подготовкой и строго соблюдают нормы охраны труда¹.

Таким образом, создание полосы с перечисленным перечнем ее элементов создает для преподавателя возможность подготовки неограниченного перечня всевозможных учебных ситуаций. При этом чем более широкий спектр ситуаций будет отработан с обучающимися, тем лучше они не только научатся применять знания и умения на практике, но и приобретут навык действовать по внезапно возникающим нестандартным ситуациям, быстро и эффективно подбирать способы наилучшего решения служебных задач, применимых к конкретной возникшей, в том числе экстремальной, ситуации.

¹ Войков Р. А. Профессиональное становление личности // Современные исследования социальных проблем. 2012. № 4 (12). С. 3.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изученные характеристики и инновационные аспекты специализированной полосы препятствий обладают потенциалом для их практического применения в процессе подготовки персонала силовых структур, что находит отражение как в выполнении повседневных служебных задач, так и в действиях в условиях критических ситуаций. Способность преодолевать негативные эмоции и контролировать поведение сотрудников органов внутренних дел обуславливается упорством и самодисциплиной. Сотрудники, демонстрирующие умение управлять своими действиями, отличаются терпеливостью, хладнокровием, устойчивостью и способностью находить оптимальные решения в сложных обстоятельствах.

Систематические упражнения на данных комплексах способствуют развитию у курсантов ряда ключевых качеств: эмоциональная и волевая стабильность, самоконтроль, решительность, упорство, смелость, ловкость, готовность к нестандартным ситуациям, физическая выносливость, интеллектуальная гибкость, расчетливость; устойчивость к рискам, опасностям, неожиданным обстоятельствам, способность к быстрому мышлению, ориентации и реагированию на изменяющиеся условия во время боевых действий; профессиональные умения и навыки, необходимые для противодействия преступности, спасения людей в экстремальных ситуациях, и т. п.

Волевые качества не являются врожденными; они зарождаются и формируются в процессе преодоления препятствий. Развитие волевых качеств у сотрудников органов внутренних дел требует соблюдения определенных принципов, среди которых: постепенное увеличение и усложнение задач до максимальных возможностей личного и коллективного ресурсов (согласно принципу от простого к сложному); проведение тренировок в неблагоприятных условиях. Психологическая подготовка сотрудников органов внутренних дел проходит более эффективно, когда обучение осуществляется в условиях, максимально приближенных к реальным ситуациям. Невозможно подготовить их к эффективным действиям без практического опыта воздействия стресс-факторов.

Таким образом, крайне важно, чтобы тренировки были насыщены элементами неожиданности, динамичности, высокой скорости, неопределенности, новшества, опасности и риска, предельной сложности и длительных максимальных усилий. Такие обстоятельства требуют от сотрудников органов внутренних дел активной умственной работы, сосредоточенности и волевого усилия во время тренировок и учений. Достижение условий, максимально приближенных к реальности, облегчается систематическими тренировками на тактико-специальной полосе препятствий с элементами психологических факторов экстремальных ситуаций.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

I. Нормативные правовые акты

1. **Российская Федерация. Законы.** О полиции : Федеральный закон от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ. Текст : электронный // Справочная правовая система «КонсультантПлюс» : [сайт]. URL: <https://www.consultant.ru> (дата обращения: 30.03.2025).

2. Порядок организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 2 февраля 2024 г. № 44. Текст : электронный // Справочная правовая система «КонсультантПлюс» : [сайт]. URL: <https://www.consultant.ru> (дата обращения: 30.03.2025).

II. Иные материалы

1. **Александровский, О. А.** Психогении в экстремальных условиях / О. А. Александровский, О. С. Лобастов, Л. И. Синвак. М., 2022. Текст : непосредственный.

2. «Коллегу убили на моих глазах»: что известно о 20 погибших во время терактов в Дагестане. Текст : электронный // RT. 2024. 24 июня. URL: <https://russian.rt.com/russia/article/1332269-napadenie-dagestan-zhertvy> (дата обращения: 30.03.2025).

3. **Бакин, А. В.** Особенности подготовки к соревнованиям по преодолению полосы препятствий со стрельбой в образовательных организациях МВД России / А. В. Бакин, Д. В. Пивоваров, В. Р. Гилль. Текст : непосредственный // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2016. № 2 (65). С. 67–70.

4. **Войков, Р. А.** Профессиональное становление личности / Р. А. Войков. Текст : непосредственный // Современные исследования социальных проблем. 2012. № 4 (12).

5. В Мариуполе взорвали автомобиль начальника полиции города. Текст : электронный // РБК. 2023. 27 марта. URL: https://www.rbc.ru/politics/27/03/2023/64214c119a79474d484dfaa0?from=article_body (дата обращения: 30.03.2025).

6. В Херсонской области подорван автомобиль с сотрудником МВД. Текст : электронный // Радио Спутник. 2023. 19 марта. URL: <https://radiosputnik.ru/20230319/podryv-khersonskaya-1858960301.html> (дата обращения: 30.03.2025).

7. Кадры с места подрыва автомобиля с полицейским в Энергодаре. Текст : электронный // РенТВ. 2023. 3 февраля. URL: <https://ren.tv/news/v-rossii/1072188-kadry-s-mesta-podryva-avtomobilia-s-politseiskim-v-energodare> (дата обращения: 30.03.2025).

8. **Моторин, Л. В.** Применение единой специальной полосы препятствий при подготовке сотрудников органов внутренних дел / Л. В. Моторин, С. Н. Тюленев, И. А. Цыденов. Текст : непосредственный // Мир педагогики и психологии. 2017. № 9 (14).

9. **Носков, О. С.** Анализ факторов, снижающих эффективность стрельбы, и их учет на занятиях по огневой и тактической подготовке / О. С. Носков. Текст : непосредственный // Актуальные вопросы совершенствования огневой и физической подготовки обучающихся в образовательных организациях МВД России : сборник материалов Всероссийской конференции, Уфа, 17 июня 2021 года. Уфимский ЮИ МВД России, 2021. С. 8–11.

10. **Петровский, В. А.** Поведение человека в ситуации опасности (к психологии риска) / В. А. Петровский. Текст : непосредственный // Новые исследования в психологии. 2024.

11. Подорвали начальника полиции. В Запорожской области будут судить троих мужчин за нападение на сотрудника МВД. Текст : электронный // Комсомольская правда. 2023. 28 ноября. URL: <https://www.zap.kr.ru/daily/27587/4858158/> (дата обращения: 30.03.2025).

12. Прикладная юридическая психология / под ред. А. М. Столяренко. М., 2024.

13. **Смирнов, В. Н.** Профессионально-психологическое обеспечение деятельности сотрудников органов внутренних дел в экстремальных условиях / В. Н. Смирнов. Домодедово, 2023. Текст : непосредственный.

14. Совершенствование преподавания дисциплин кафедры огневой и тактико-специальной подготовки посредством организации тактико-специального полигона : учебно-методическое пособие / А. А. Романов, В. И. Давлетов, Т. А. Файрушин [и др.]. Уфа : Уфимский ЮИ МВД России, 2023. 32 с. Текст : непосредственный.

15. **Шхагапсоева, М. Х.** Особенности воспитательной работы в системе повышения квалификации сотрудников МВД России / М. Х. Шхагапсоева. Текст : непосредственный // Вопросы экономики и права. 2023.

16. Эффективность тренингов для подготовки сотрудников правоохранительных органов к деятельности в экстремальных условиях // Психология и право. 2011. Том 1. № 1. Текст : электронный // Портал психологических изданий PsyJournals.ru : [сайт]. URL: https://psyjournals.ru/journals/psylaw/archive/2011_n1/39336.html (дата обращения: 30.03.2025).

Учебное издание

Романов Антон Александрович
(кандидат юридических наук, доцент)

Никитин Александр Игоревич
(б/с, б/з)

Ахтамьянов Руслан Ренартович
(б/с, б/з)

и др.

**МЕТОДИКА ВЫРАБОТКИ НАВЫКОВ ДЕЙСТВИЙ
И ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ
УСТОЙЧИВОСТИ У СОТРУДНИКОВ
ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ С ПРИМЕНЕНИЕМ
ТАКТИКО-СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ
С ЭЛЕМЕНТАМИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ
ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ**

Учебно-методическое пособие

Редактор Е. А. Карамзина

Подписано в печать 20.06.2025

Гарнитура Times

Уч.-изд. л. 1,8

Тираж 25 экз.

Выход в свет 30.06.2025

Формат 60x84 1/16

Усл. печ. л. 2

Заказ № 44

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

*Отпечатано в группе полиграфической и оперативной печати
Уфимского юридического института МВД России
450103, г. Уфа, ул. Муксинова, 2*