



Краснодарский университет МВД России
Ставропольский филиал

Совершенствование специальной подготовки, сотрудников подразделений физической защиты

Учебное пособие

Ставрополь, 2025

УДК 796

ББК 75

П82

П82 Совершенствование специальной подготовки, сотрудников подразделений физической защиты: учебное пособие / А.И. Гайдаш, Е.П. Крестникова, А.И. Земляной, С.М. Проскурин, П.С. Кошелев, Д.Ю. Шевченко. – Ставрополь: СФ КрУ МВД России, 2025. – 116 с.: фото, ил.- Текст: непосредственный

Рецензент:

Доцент кафедры тактико-специальной подготовки Ставропольского филиала Краснодарского университета МВД России, кандидат технических наук, доцент, полковник полиции А.О. Малофей.

Учебное пособие разработано на основе действующих руководящих документов МВД России в области физической подготовки, рекомендаций сотрудников практических органов, а также опыта накопленного кафедрой физической подготовки и спорта Ставропольского филиала Краснодарского университета МВД России.

Учебное пособие предназначено для повышения качества проведения занятий с сотрудниками физической защиты и слушателями образовательных организаций МВД России, и может быть рекомендовано преподавательскому и тренерскому составу, командирам подразделений, обучаемым ОФО, ЗФО и ФПО для совершенствования индивидуальных практических и методических навыков по дисциплине «Физическая подготовка».

© Коллектив авторов, составление 2025

© СФ КрУ МВД России, 2025

СОДЕРЖАНИЕ

Введение		4
Глава 1	Совершенствование специальной физической подготовки	5
1.1.	Структура специальной физической подготовки	18
1.2.	Профессионально-прикладная физическая подготовка	29
Глава 2	Техника и тактика передвижения с оружием, сотрудника физической защиты	36
2.1.	Использование подводящих упражнений для развития координационных способностей	36
2.2.	Методика проведения занятий с л/с по пешему сопровождению охраняемого лица	44
2.3.	Способы и структура расположения при пешем сопровождении охраняемого лица	46
2.4.	Опережающие факторы работы по предотвращению угрозы	50
Глава 3	Способы отражения при нападении на защищаемое лицо и сотрудника	54
3.1.	Виды опасностей в условиях мирной жизни и в условиях проведения специальной военной операции	54
3.2.	Воздушная опасность	55
3.3.	Наземная опасность	57
3.4.	Определение наличия угрозы (опасности)	59
3.5.	Способы обеспечения безопасности защищаемых лиц	66
3.6.	Учебно-боевая практика	71
Глава 4	Тактические действия как основная составляющая самозащиты сотрудника полиции	79
4.1.	Основы тактических действий	80
4.2.	Тактические действия, обеспечивающие личную безопасность при выполнении оперативно-служебных задач	81
4.3.	Защитные действия с использованием вариативной техники обезоруживания правонарушителя вооруженного пистолетом	87
4.4.	Защитные технико-тактические действия при отражении нападения правонарушителя вооруженного холодным оружием	93
Заключение		104
Список литературы		105

Введение

Содержание понятия «физическая культура» представляется нами как многогранная и полифункциональная область общей культуры и истории человечества, социальный феномен, представляющий собой исторически определенный уровень материальных, духовных, научно-теоретических и практических достижений общества, полученных в процессе специфической деятельности систем физического воспитания, трудовой, профессионально-прикладной и военно-физической подготовки, спорта, образования и науки, воплощенных в качестве ценностей физического совершенства, культуры здорового образа жизни, физического, психического, социального и ментального здоровья людей, нации и субъектов социума.

Известно, что предпосылки теории физического образования были заложены одним из основателей функциональной анатомии П.Ф.Лесгафтом в 1896 году. В этом же году им были открыты впервые в России «Курсы для подготовки руководительниц физических упражнений и игр». Термин «физическое образование» принадлежит именно ему. В советское время была разработана, в контексте научной дисциплины, теория и методика физического воспитания (Н.И.Пономарев, Л.П.Матвеев, А.Д.Новиков), а в 80-х годах XX века она трансформировалась Л.П.Матвеевым в теорию и методику физической культуры. Аргументация данного явления им объяснялась тем, что: «не смотря на всю несомненную значимость физического воспитания, вся физическая культура не сводится лишь к нему и что поэтому теория физического воспитания не может претендовать на статус общей теории физической культуры», а именно потому, что физическая культура подразделяется на профилирующие отрасли (теории и методики физического воспитания, спорта, профессионально-прикладной, оздоровительно-воспитательных и других форм). На наш взгляд с одной стороны данный аргумент относительный, а с другой абсолютно верный. Ибо физическое воспитание – это многовариантный психолого-педагогический

процесс двигательного образования и развитие физических способностей в проявлении силы, выносливости, быстроты, гибкости и ловкости, выражающиеся, в итоге, в их качественном состоянии (количественно - критериальных характеристиках). Данный процесс составляет специфическую сферу деятельности в физической культуре в целом, не исключает знание во - интеллектуальное образование и формирование социально-духовных ценностей.

Прокладывает свою дорогу к общей теории физической культуры и новая учебная дисциплина «Педагогика физической культуры». В других вариантах «Педагогика физической культуры и спорта». При внимательном прочтении их, приходишь к выводу о том, что общая педагогика притянута к физической культуре, точнее, большой объем общепедагогических знаний интегрирует физическую культуру так, что особенно ее и не видно. Несомненно, данная дисциплина нужна для специалистов, но в более проникающей интеграции и, на наш взгляд, под следующим названием «Общая педагогика в теории и практики физической культуры». Но это авторское мнение, при чем ни на, что не претендующее. Ибо мы понимаем, что суждение о чем-либо может быть абсолютно, или относительно верным, или не верным, а по большому счету дискуссионным и свободным, что, по сути, и дает развитие науки.

В общей теории физической культуры особое место должна занять и теория физической культуры личности, а также педагогическая технология ее формирования. Для этого есть все основания.

Во-первых, формирование физической культуры личности на всех уровнях образования является стратегической целью, обозначенной в госстандартах по дисциплине «Физическая культура». Что абсолютно верно, ибо суть педагогики и воспитания в целом, по большому счету и должна заключаться в становлении и развитии личности. В выявлении одаренности как генетической, наследственной предрасположенности к какой-либо деятельности (интеллектуальной, художественной, творческой, спортивной и

т.д.) и развитие на этой благодатной почве способности, как генетически, социально и личностно определенного и выработанного качества (или совокупности свойств и качеств) что-либо эффективно делать, действовать и совершать. В педагогике данный процесс называется индивидуализацией (не путать с индивидуальным подходом). Именно на уровне способности, а затем таланта и гениальности определяется педагогическая и философская суть личности, которая характеризуется созидающей направленностью деятельности и высоким уровнем ее результативности.

Сегодня в мировом сообществе практически во всех сферах, констатируется дефицит личностей. В плане прогресса это серьезная проблема, выводящая на шекспировский вопрос (быть или не быть?). Иметь свою стратегию жизни, свое мнение или быть рабом обстоятельств. Быть как все или подняться над всеми на более высокий уровень совершенства. К примеру, в науке совершает открытия только тот, кто выходит за рамки стандартного мышления, традиционно навязанного научным сообществом, а также за рамки личностных амбиций собственных достижений.

В этом плане можно уверенно подтвердить, что формирование физической культуры личности, как педагогическая цель в физической культуре, является стратегической и универсальной, включающая в себя и все предыдущие цели, декларируемые в предыдущих учебных программах по дисциплине «Физическая культура» до 1994 года (физическое совершенство, гармоническое физическое развитие, подготовка к труду и защите Родины и прочее). Все эти цели, по сути, являются частными задачами физической культуры личности, определяемые лишь специфической ее составляющей физического совершенства.

Во-вторых, необходимость присутствия в общей теории физической культуры развернутого представления на физическую культуру личности определяется наличием множества статей по данной проблематике, опубликованных не только в материалах различного уровня научно-практических конференциях, а также форме авторефератов и монографий

кандидатских и докторских диссертаций, учебных пособий, раскрывающих сущность физической культуры личности, как в общетеоретическом, так и в технологическом аспекте ее формирования.

И, тем не менее, при изучении современных учебников, касающихся физической культуры (а они все из себя, несомненно, представляют определенную научную и учебную ценность) обнаруживается противоречие: между имеющимся знанием о логической системно организованной сути содержания физической культуры личности (ее основных составляющих, компонентов их качеств и критериев оценки этих качеств) и отсутствием должного отражения данного знания практически во всех учебниках (за исключением, учебника под редакцией Ю.Ф. Курамшина, изданного в 2003 году [9] и учебника под редакцией М.Я. Виленского, 2013 года).

Все это полностью касается и педагогической технологии формирования физической культуры личности. Так, в учебнике «Педагогика физической культуры и спорта» рассматривается общая сущность и эволюция педагогической технологии. Однако лишь общая сущность, но не конкретизированная, по большому счету к дисциплине «Физическая культура». Уделяется особое внимание педагогическим технологиям, их разновидности, в педагогической деятельности и в учебнике «Педагогика физической культуры», но опять в обобщенном виде.

Педагогическую технологию формирования физической культуры личности мы рассматриваем с двух позиций, во-первых, как целостный концептуально-организованный многофункциональный процесс, обеспечивающий практико-ориентированное погружение в специальную научно-образовательную среду, проявление культуры человека цивилизованного, гармонического единства в нем физического, психического, социального, духовного, ментального и компетентно-деятельностного. Во-вторых, с позиции функциональной системы организационных способов алгоритмированного управления учебно-познавательной и практической деятельностью обучаемых. Рассматривается

она как упорядоченная совокупность психолого-педагогических действий, операций и процедур, инструментально, функционально, научно-обоснованно обеспечивающих в любом случае достижение положительного результата, прогнозируемой и диагностируемой (проверяемой) цели.

Именно, как подчеркивал В.П. Беспалько, достижение в любом педагогическом случае положительного результата, прогнозируемой и диагностируемой (критериально проверяемой) цели – это и есть суть любой педагогической технологии. Под физической культурой личности нами понимается, что это сфера общей культуры человека, его системно-стабильное, качественное, динамическое, компетентностно-творческое, активное, саморазвивающееся и автономное состояние, характеризующееся определенным уровнем специальных знаний и интеллектуальных способностей, мотивационно-ценностных ориентаций, социально-духовных ценностей и физического совершенства, приобретенные в результате воспитания, образования и воплощенных посредством эмоционально-волевых проявлений в различные виды физкультурно-спортивной деятельности, культуру здорового образа жизни, самообразование, физическое самосовершенствование, духовность, психофизическое здоровье и индивидуализированный стиль жизнедеятельности. Это общее и в тоже время конкретное по основным ее составляющим. В теоретическом и технологическо-педагогическом плане она подробно раскрыта в работах.

Следует отметить, что в содержании большинства имеющихся сегодня учебников отсутствует и отражение компетентностного подхода (за исключением учебника по педагогике физической культуры под общей редакцией В.И. Криличевского, а также учебника по физической культуре под общей редакцией М.Я. Виленского. Многими авторами учебников не учитывается давно установленные требования к написанию учебников и учебных пособий, в которых начиная с введения учебника, а затем в начале каждой главы и раздела формулируется набор компетенций, а в конце каждой главы перечень (состав) контрольных вопросов для проверки

усвоенных знаний, которые являются основой для зачетов, а в билетном содержании - для экзаменов по теории дисциплины.

В заключение необходимо подчеркнуть, что физическая культура, образование и наука ее обеспечивающие представляют собой неоспоримую социальную и личностную ценность, которая трактуется нами как мировоззренчески и потребностно-мотивационная смысловая значимость системы отношений, поведения, деятельности общества или отдельно взятого индивида в определенной сфере человеческого бытия, проявляющаяся в личностных, социальных или личностно-социальных интересах и запросах, духовных и материальных феноменах (культуре, политике, экономике, образовании, науке, религии, физической культуре, искусстве, потребления и обладания и т.д.), иначе, это все то, к чему относятся с уважением, признанием, почтением или предпочтением, соотнобразуется со всеми сферами жизнедеятельности человечества. Представляют собой исторически сложившуюся систему взглядов и отношений на материальный и духовный мир социума, определенной общности людей, нации, национальности, государств, группы, деятельности и т.д.

Что касается учебников, приведем слова М.Я. Виленского, основоположника кардинальных идей, связанных с ценностью физической культуры личности, о том, что сегодня назрела объективная необходимость и потребность науки и образования в создании учебника нового поколения, основу которого составляет теория физической культуры личности и педагогическая технология ее обеспечивающая.

Цели, и, не только в образовании, но и в политике, экономике, здравоохранении и т.д., определяют содержание направленности деятельности общества и государства. Цель это ведущий компонент идеологии любой социальной системы. Когда она понятна, ясен и путь, по которому следует идти, а когда нет – жизнь общества превращается в хаос. В частности, физическая культура ассоциируется в сознании молодежи как

набор различных физических упражнений и видов спорта, а не как научно-обоснованная и логически упорядоченная и многофункциональная система деятельности в обществе, образовании и науке.

Высокий уровень психофизической подготовленности сотрудников органов внутренних дел является неотъемлемой сферой его важных профессионально-личностных качеств. Он обеспечивает ему возможности и реальные предпосылки профессиональной работоспособности, дееспособности, здоровья, профессионального долголетия, а также собственной безопасности и безопасности граждан.

Проблема кадрового обеспечения органов внутренних дел в сложившихся на сегодня экономических, социальных и политических условиях является особо значимой для Российского сообщества и требует создание адекватной системы их профессионального образования, перевода её на качественно новый уровень, отвечающий современным требованиям. На основе достижений педагогической науки, система профессионального образования сотрудников полиции должна совершенствоваться по всем компонентам: информационному, инструментальному, социальному, организационно-структурному, функциональному и финансовому. Это касается и системы физической подготовки слушателей образовательных организаций МВД России.

Результаты многочисленных исследований свидетельствуют о том, что в силу традиционной системы преподавания физической культуры, заканчивая обучение в образовательных организациях (школа, вуз) выпускники не могут самостоятельно и достаточно компетентно, грамотно и творчески заниматься физическим самовоспитанием, самоподготовкой, обеспечивая себе здоровье и достаточный уровень профессионально-прикладной физической подготовленности. В определенной степени это явление типично и для выпускников образовательных организаций высшего образования МВД России.

Научные исследования, педагогические наблюдения и литературные источники говорят о том, что состояние профессионально-личностной физической культуры слушателей образовательных организаций МВД России, как правило, находится на низком уровне (ситуативном или начальной грамотности). Причем по всем ее содержательно-личностным составляющим: образовательно-когнитивным; мотивационно-ценностным; социально-духовным; операционально-деятельностным (физкультурно-оздоровительным и спортивным); эмоционально-волевым и психофизическим (физического развития, физической подготовленности, психомоторные качества).

В силу своего прикладного характера физическое воспитание в вузах МВД России рассматривается в виде целостного процесса профессионально-прикладной физической подготовки, который представляет собой психолого-педагогический процесс, направленный на обеспечение специализированной психофизической готовностью к профессиональной деятельности сотрудника полиции.

Анализ нормативных документов, научной и методической литературы говорит о том, что физической подготовке полицейского уделяется особое внимание. Потеря трудоспособности сотрудников полиции по состоянию здоровья, их гибель и получение логически необоснованных ранений при выполнении служебных обязанностей являются ведущими причинами такого внимания. Кроме этого, в условиях непростой оперативной обстановки и экстремальных ситуаций отдельные сотрудники полиции уступают правонарушителям в проявлении основных физических качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости), а также в использовании специально-профессиональных двигательных умениях и навыков силового единоборства, преодоления различного рода препятствий, владению огнестрельным и холодным оружием.

Физическая подготовка соотнобразуется в соответствии с рядом нормативных документов МВД России (приказы, наставления, программы,

инструкции и т.п.), целевой установкой государственного образовательного стандарта Министерства образования и науки России в области физической культуры. Руководящие документы в области физической подготовки в основном ориентированы на достижение слушателей определенного уровня физической подготовленности (выполнение установленных нормативов по физической подготовке). Вместе с тем, это является лишь одной специфической составляющей профессионально-личностной физической культуры офицера полиции.

Изучение практического и научного опыта приводит к выводу, что проблема формирования профессионально-личностных составляющих физической культуры сотрудников раскрывается в должной степени как в руководящих нормативно-правовых и программных документах МВД России, так и в практике преподавания физической культуры (физической подготовки), как учебной дисциплины в образовательной организации системы МВД России.

ГЛАВА I. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Рассматривая личностно - ориентированный подход к профессиональной деятельности в единстве с мотивационно - потребностной сферой в условиях образовательной деятельности следует отметить, что при формировании личности как субъекта-профессионала одновременно происходит и развитие его как личности. На сегодняшний день наше образование вступает в новый этап своего развития, связанный с изменением ценностных ориентаций, переменой менталитета общества и личности. Поиск новых приоритетов идет преимущественно в двух направлениях: с одной стороны, по пути формирования традиционных российских ценностей, имеющих сверх личностное значение, с другой - в направлении ценностей, связанных с расширением и улучшением сферы бытия человека. Система российского образования как социокультурный и духовный феномен в целом продолжает сохранять свою жизнестойкость и актуальность благодаря гуманистическим ценностям, заложенным в его содержании. Рассматривая образовательную практику, в частности, в сфере физической культуры, видна проблема того, что она не в полной мере реализована и не оправдывает социальные и личностные ожидания курсантов. Выпускники в своем большинстве не являются активными, самостоятельными носителями и трансляторами ценностей, накопленных и интериоризированных в этой сфере культурного развития, что существенно ограничивает перенос и совершенствование полученных знаний, практических умений, отношения к культуре учебного и профессионального труда, быта, отдыха, стилю жизни, отношению к здоровью, что снижает в целом гуманитарно-личностное развитие.

Формирование ценностных ориентаций у курсантов является тем самым необходимым условием, о котором так много сегодня говорят, сложность заключается в том, что не каждый умеет самоорганизовать себя и

построить правильный ориентир. Все это необходимо донести, заложить в каждого и дать возможность реализовать себя:

- заложенными в содержание образования гуманистическими ценностями и недостаточным использованием их потенциала в учебно-воспитательном процессе;
- потребностью педагогической практики в научном осмыслении инновационных процессов, происходящих в образовательной работе, и недостаточном количестве научных исследований, охватывающих весь кругзначительных педагогических проблем, в том числе проблем духовно-нравственного воспитания;
- деятельной природой активности, доступной обучающимся, и проявлением ее в освоении методов и способов познавательной и практической деятельности в сфере физической культуры;
- значимостью проявления курсантом субъектной позиции в образовательном процессе и использованием личноно развивающих педагогических технологий, обеспечивающих ее становление и проявление.

Из сложившейся ситуации видна необходимость развития ценностных смыслов и ориентаций, что является актуальным для учебных заведений, осуществляющих подготовку, переподготовку и повышение квалификации будущих сотрудников. Проблема ценностных смыслов имеет долгую историю в науке. Зародившись в лоне философской науки, аксиология как наука о ценностях прошла длительный путь развития. Наиболее мощный ее расцвет наблюдался в связи с пробуждением интереса культурным исследованиям.

В настоящее время существует огромное количество методик и форм обучения, давно испытанных и изученных, рассмотрение некоторых аспектов проблематики ценностного подхода в профессиональном становлении будущего сотрудника органов внутренних дел. Установлены сущностные особенности понятий «ценности», «ценностные ориентации», «ценностный подход». Найдена роль ценностного подхода в профессиональной

деятельности сотрудника органов внутренних дел. Значительное внимание уделено условиям формирования ценностных ориентаций, в процессе профессионального становления будущего сотрудника органов внутренних дел в условиях университетского образования.

Следует отметить, что возрастание интереса к ценностно-смысловой проблематике в последние десятилетия не случайно. Одной из его причин следует признать разрушительную динамику системы социализации личности «постсоветского периода», значительное снижение воспитательного влияния институтов образования.

Между тем, нынешнее общество нуждается в людях, которые могут самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации реального выбора, отличающихся подвижностью, конструктивностью мышления, готовностью к эффективной профессиональной деятельности, что связано с системой нравственных ценностей и ориентаций.

Во все времена физическое развитие человека играло ведущую роль в его жизни. Прилагая те или иные усилия мы двигаемся, ходим, бегаем, поднимаем или передвигаем какие-либо предметы. Трудовая деятельность в различные исторические периоды видоизменялась и в условиях современности по большей части приобрела интеллектуальный характер, где физические усилия сменяются умственными. С развитием информационно-телекоммуникационной сферы, а также с повышением бюрократизации она требует усидчивости и малой двигательной активности.

Физическая подготовка составляет огромный пласт развития общественной культуры в целом. Помимо духовно-ценностных ориентиров необходимо поддерживать на соответствующем уровне физиологическую сторону нашего организма. Это две взаимодополняющие характеристики человека как социального, так и биологического субъекта. Спортивная деятельность должна присутствовать в жизни каждого в той или иной мере. Она позволяет не только совершенствовать физические навыки и умения, но и формировать характер человека.

Перед тем как перейти к изучению специальной физической подготовки рассмотрим, какую роль в жизни человека играет физическая подготовка в целом.

Она осуществляет ряд функций. Во-первых, оздоровительную, которая направлена на поддержание общего физиологического состояния нашего организма. Нормальное функционирование деятельности сердечно-сосудистой, опорно-двигательной, мышечной и иных систем человеческого тела. Так, например, при длительном нахождении в одном положении (будь то сидячее, или стоячее) работа наших мышц приобретает однородный характер и не задействованные группы деформируются и теряют свою массу. Если человек малоподвижен или ежедневно выполняет только примитивные действия, требующие малых усилий, это может быть причиной развития различных заболеваний суставов и сухожилий, что со временем может причинять большие неудобства на бытовом уровне. Кроме того, такой образ жизни приводит к различным заболеваниям, которые вследствие перерастают в хронические, а также к постоянным головокружениям, повышенной утомляемости и снижению выносливости и концентрации внимания.

Во-вторых, это защитная функция. Физическая подготовка обеспечивает эффективную работу нашей иммунной системы, для борьбы с неблагоприятными воздействиями окружающей среды. Начиная от климатических условий, заканчивая пагубными влияниями внешних факторов. К таким можно отнести и загрязнённый атмосферный воздух, распространение различных вирусов и инфекций.

В-третьих, это регулятивная функция. Она способствует поддержанию нормального метаболизма. Как известно, при малоподвижности обмен веществ в организме может заметно замедлиться, что приведёт к набору веса и вследствие повышенной массы тела, не соответствующей другим физиологическим характеристикам, например, росту. Нарушение данной функции ведёт также к снижению адаптационных процессов организма к температурным условиям окружающей среде. То есть

невозможность сохранять тепло и стремительное переохлаждение при низких температурах, а также перегревание тела при высоких, что может привести к тепловым ударам.

Одной из самых главных функций является сменяемость морально-психологической нагрузки физической и наоборот. Это необходимо для эффективной работы головного мозга, исключения его перенапряжения и повышения общей продуктивности жизнедеятельности человека в течение дня.

В теории понимания физической подготовки сложилось её определение как деятельности, направленной на приобретение умений и знаний в данной сфере, а также совершенствование физических качеств и навыков человека, необходимых ему при выполнении быденных или служебных задач. Она имеет правовую регламентацию, представленную Федеральным законом от 4 декабря 2007 года №329-ФЗ “О физической культуре и спорте Российской Федерации.

Физическая подготовка представляет собой комплекс сопутствующих разделов:

1. Общая физическая подготовка.
2. Специальная физическая подготовка.

Общая физическая подготовка направлена на улучшение общих физических качеств человека, а также способствует работоспособности и продуктивности в ежедневной деятельности. Повышение его устойчивости к нагрузкам более повседневного характера, тренировки общих силовых навыков, выносливости и скорости. Главной же целью является укрепление здоровья и иммунитета человека. Она реализуется различными физическими упражнениями, такими как ходьба, бег, плавание, спортивные и подвижные игры, гимнастика и многое другое.

Специальная физическая подготовка несколько отлична от общей и предполагает более узкую направленность по своей природе. Под таковой принято понимать деятельность, которая способствует развитию физических

навыков и умений необходимых в конкретно-определённом виде спорта или профессии. Её целью является обучение специалистов для решения ими поставленных задач в трудовой и спортивной сферах.

Специальная физическая подготовка для сотрудников подразделений физической защиты выполняет ряд задач, к которым относится:

1. Формирование новых умений и совершенствование ранее полученных для занятия конкретным видом спорта;
2. Обучение сотрудников теоретическим и практическим основам применения необходимых навыков;
3. Повышение работоспособности в конкретных условиях окружающей среды, а также при воздействии различных внешних факторов, которые способствуют её изменению;
4. Подготовка кадров органов внутренних дел для выполнения оперативно-служебных и служебно-боевых задач в повседневной служебной деятельности, а также в особых условиях или при выполнении специальных операций, а также физическая подготовка военнослужащих для выполнения боевых задач;
5. Развитие физических качеств и способностей сотрудников в определённом виде спорта для достижения высоких результатов и уровня профессионализма.

1.1. Структура специальной физической подготовки.

Данная дисциплина может рассматриваться с точки зрения комплекса действий, которые в свою очередь можно объединить в две большие категории:

1. Спортивная подготовка.
2. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Спортивная подготовка - это процесс обучения сотрудниками подразделений физической защиты навыков и умений в определённом виде

спорта, при помощи исторически сложившихся методов тренировки физических упражнений, с использованием различных средств её дополнения. Целью спортивной тренировки является повышение уровня умений человека для достижения высоких результатов по выбранной им дисциплине.

В теории физической подготовки принято выделять следующие методы обеспечения эффективности спортивной тренировки:

- общепедагогические, к которым в свою очередь можно отнести словесные и наглядные;
- практические, основанные на базе строго регламентированных упражнений, а также осуществляемые путём проведения соревнований и подвижных игр, по заданной тематике.

Словесные методы осуществляются путём проведения различных бесед с группой занимающихся, либо в индивидуальном порядке к каждому сотруднику, с целью донести информацию касающуюся овладения конкретным этапом спортивной подготовки. Беседы могут нести правовой характер, где преподаватель или тренер доносит положения нормативно-правовых актов в сфере физической подготовки, а также требования, предъявляемые по различным видам спорта и относительно конкретных категорий лиц его осваивающих, нормативы по выполнению физических упражнений, правила и ограничения их выполнения. В индивидуальном порядке беседы могут проводиться как по интересующим вопросам сотрудника в сфере его физической подготовки, так и для выявления наиболее затруднительных приёмов и упражнений, требующих более глубокого обучения, либо сторон физического развития на которые необходимо обратить больше внимания сотруднику. Это своего рода информационный обмен между тренером и подопечными, который достигается путём рассказа, объяснения и анализа изученных навыков и приёмов.

С помощью наглядного метода реализуется образное восприятие у обучаемых правильности выполнения определённых упражнений и приёмов. Это может осуществляться путём представления видео- и фотоматериалов либо на собственном примере. Последний способ является наиболее эффективным для обучения подопечных, который дополняется словесным описанием последовательности выполнения действий и их качественности, а также моментов, вызывающих трудности в осуществлении и понимании. Кроме того, для достижения наибольшего понимания, необходимо раскрывать особенности выполняемых упражнений и приёмов и их практическую направленность.

Вторая группа методов определяет необходимость применения различных техник изучаемого вида спорта в жизненной действительности. Их целью является воспроизведение теоретических основ на практике. С помощью них должны решаться следующие вопросы: какая техника или приём должны применяться в определённой сложившейся ситуации; разновидности этих ситуаций; какие сложности могут возникнуть при выполнении данных приёмов; какие средства и способы лучше использовать для достижения наилучших результатов (если данный вид спорта предполагает собой материально-техническое обеспечение); в какой последовательности необходимо выполнять действия и последствия её несоблюдения.

Игровой метод является эффективным средством для усвоения ранее изученных техник и приёмов на практике, так как происходит в непринуждённой и, чаще всего, групповой форме. Он развивает чувство коллективизма и взаимопомощи, направлен на повышение внимательности, концентрации движений и быстроту реакций. Следует также отметить, что запоминаемость изученной тематики выше при использовании данного метода.

Другим немаловажным средством достижения поставленных целей в спортивной деятельности сотрудников подразделений физической защиты

является проведение различного рода соревнований. Они могут разделяться по территориальному признаку:

- местные(локальные) - к таковым можно отнести небольшие турниры, проводимые на базе одной организации, или нескольких, объединённых общими интересами и идеями;
- региональные (краевые) - затрагивают все или большинство команд в одном субъекте РФ и проводимые по конкретному виду спорта;
- межрегиональные - проводятся между двумя и более субъектами РФ, чаще всего на базе одного федерального округа;
- федеральные, другими словами Всероссийские соревнования, предполагают собой участие спортивных команд по одному виду спорта, которые съезжаются со всех или большинства субъектов РФ;
- международные - проходят на уровне двух и более государств.

Спортивные соревнования характеризуются общими целями проведения, единым руководством, наличием судейского аппарата. Закрепляется нормами положения, в котором обозначаются вид спорта, вид соревнований, место, время и дата каждого из мероприятий, в случае если их несколько, меры безопасности, требуемая экипировка, а также правила того или иного вида спорта, кроме того, могут предъявляться требования к участникам и их категоризация по некоторым физиологическим характеристикам (пол, возраст, масса тела).

Одним из признаков соревнований является конкурентность, а основной целью ставится отбор наиболее подготовленных и способных сотрудников подразделений физической защиты.

Спортивная тренировка не только улучшает физические данные человека, но и закаляет его характер. Что немаловажно в её процессе создаётся товарищеский дух, отрабатывается согласованность действий и взаимопомощь между участниками команды. Повышается устойчивость обучающегося к борьбе с пагубными привычками и негативными влияниями неблагоприятной части общества. У людей, которые добровольно и

ответственно подходят к спортивным занятиям, меняются ценностные ориентиры и манера поведения в обществе. Это всё составляет морально-психологическую подготовку сотрудников подразделений физической защиты.

Её задачами ставится:

1. сформировать волевые качества занимающегося;
2. повысить его устойчивость как к положительным, так и негативным факторам окружающей среды;
3. сформировать такие качества характера как решимость, ответственность и порядочность;
4. развить реакцию организма, его адаптацию, в условиях изменений окружающей среды, умение быстро ориентироваться в сложных ситуациях и принимать решения без вреда окружающим;
5. приучить принимать поражение и не отказываться из-за этого от дальнейшего занятия спортом.

Спортивная тренировка проявляет твёрдость характера, смелость, дух к самореализации и достижению высоких результатов, самоотверженность и волю к победе.

В своём большинстве различные виды спорта требуют использования материально-технического обеспечения в виде всевозможного оборудования для проведения занятий и экипировки занимающихся для обеспечения защиты их от всевозможных механических повреждений и травмирования. В настоящее время создаются различные дополнительные технические средства и современные способы подготовки сотрудников подразделений физической защиты в различных условиях. В качестве примера можно рассмотреть внедрение в спортивные виды стрельбы из оружия интерактивных тиров. Они создают некую мультимедийную реальность в которой стрелок поражает мишени из спортивного оружия без патронов. Данное приспособление имеет широкое применение и используется в

различных сферах, в том числе для развития профессиональных навыков сотрудников различных правоохранительных ведомств и силовых структур.

В теории физической подготовки сложилось представление о структуре спортивной тренировки. Она включает в себя техническую, тактическую, физическую и психическую стороны.

Техническая представляет собой уровень умений сотрудников подразделений физической защиты в овладении техникой определённого вида спорта, основанная на его правилах и требования, объединена единым замыслом и создаёт общую картину определённого вида спорта. Её составляет:

- совокупность изучаемых приёмов;
- средства, которые используются непосредственно в тренировочном процессе и в практическом применении;
- правильность выполнения каждого фрагмента одного приёма и всех движений в целом, включая их направление и усилия, которые необходимо приложить для их выполнения.

Тактическая сторона формируется из техники и направлена на её эффективное применение на практике. Она представляет собой комплекс действий, совершаемых для достижения намеченной цели в определённой сложившейся обстановке на данный момент времени. Тактика сотрудников подразделений физической защиты объединяет в себе следующие составляющие:

- уяснение всех поставленных задач и анализ обстановки спортивного мероприятия, для составления дальнейшего образа поведения;
- выбор наиболее подходящих методик, способов и приёмов в данной практической ситуации, либо при обозначенных условиях ведения игры;
- расчёт собственных ресурсов - сил и других физиологических особенностей, для их рационального использования на всём требуемом промежутке времени;

— прогнозирование действий других участников спортивного мероприятия, в случае если вид спорта является контактным либо предполагает собой спортивные или подвижные игры, и принятие вследствие этого решение выполнения собственных действий;

— умение использовать технику во взаимодействии с другими участниками своей команды, оказывая им помощь в случае необходимости.

Тактическая подготовка сотрудников подразделений физической защиты должна строиться на рациональном принятии им решений в зависимости от изученного материала и освоенных навыков и умений.

Физическая подготовка ранее рассматривалась как процесс становления способностей и спортивных качеств человека. Но в данном случае, она изображает совокупность всех имеющихся показателей сотрудника, включающие скорость, силу, выносливость. Прежде чем, принимать участие в спортивных мероприятиях различного рода, необходимо учитывать физиологическое состояние его организма, наличие травм и других телесных повреждений, которые могут создать угрозу более тяжкого вреда здоровью, либо барьер для использования той или иной спортивной техники. Также, следует обращать внимание на другие физические возможности, набор знаний и умений для определения готовности организма к определённому уровню спортивного мероприятия.

Психическая подготовка в свою очередь строится из волевой и специальной психологической подготовленности и выражается в осознанности и правильном восприятии обучаемого его спортивной дисциплины.

В доктрине сложилась целая отрасль изучения спортивной психологии, на которую обратило внимание немало учёных деятелей. Например, Авксентий Пуни, являвшийся советским психологом, положил начало данному разделу и написал диссертацию под названием “Психология спорта”, в которой впервые в российском обществе рассматривались психологические аспекты спортивной деятельности. Никитин Тихон стал автором научной работы о значении внушения и подражания в деле

физического воспитания”. Николай Бернштейн связал психическую и физическую стороны спортивной подготовки, определив в своём исследовании принцип сенсорных коррекций, которым он объясняет поступление в центральную нервную систему сигналов о движениях тела, скорости и силе их динамичности. Также он описывает свойства мышечной памяти организма человека на постоянно-повторяющиеся аналогичные движения, называя их профессиональными.

В современной науке одним из примеров является учебник под редакцией профессора Геннадия Бабушкина, где освещается спортивная психология как отдельная отрасль психологической науки и учебная дисциплина. Авторы данного издания выделяют следующие задачи психической подготовки занимающегося:

1. Изучение влияния спортивной деятельности на психику.

Здесь большое значение имеет анализ психического состояния занимающегося на момент какого-либо более или менее важного спортивного события. При этом необходимо учитывать наличие или отсутствие у него соревновательного опыта, как правило, впервые участник испытывает больше дискомфорта и не может в полной мере осознавать какие задачи перед ним ставятся. Происходит большой выброс адреналина, что может помешать для рационального принятия решения и выбора тактики действий.

Другим важным фактором является вид соревнования, его уровень, количество участников и уровень их профессионализма, который выражается в наличии у них спортивного разряда и его категории. Психическое состояние сотрудника подразделений физической защиты также зависит от цели, которую он ставит на данное мероприятие - достичь какого-либо определённого результата, либо получить опыт и развиваться дальше в своей сфере.

2. Разработка психологических условий повышения эффективности физической нагрузки.

Процесс спортивного совершенствования неразрывно связан с тем, какой психологический климат создал тренер или преподаватель. Для достижения желаемого результата от сотрудника подразделений физической защиты необходимо воздержаться от оказания чрезмерного давления на него как со своей стороны, так и со стороны близких родственников. Для повышения эффективности тренировки целесообразно применять ранее описанные методы, в частности словесные, в виде рассказа, беседы, для поднятия мотивации занимающихся и командного духа. Кроме того, важно направлять сотрудника подразделений физической защиты в зависимости от их физических возможностей и физиологических особенностей организма, что также оказывает благоприятное воздействие на психологическое отношение к выбранной спортивной дисциплине.

Данная задача включает в себя обоснование методов и способов построения спортивной нагрузки и выбор наиболее подходящих в сложившихся условиях занятия. Также выявление затруднений возникающих в процессе подготовки к соревнованиям и принятие максимальных усилий для устранения их причин и тем самым, психологического барьера у сотрудника подразделений физической защиты к предстоящему мероприятию.

3. Разработка психологических основ предсоревновательной подготовки сотрудника подразделений физической защиты. Это предполагает собой принятие мер по повышению психологической устойчивости к психотравмирующим воздействиям, во избежание неблагоприятных психических состояний в ситуациях требующих от сотрудников быстрого принятия решений. В этой сфере подготовка должна быть направлена на обучение сотрудника подразделений физической защиты действиям в условиях конфликтной обстановки как между участниками, так и с организаторами и другими субъектами проводимого мероприятия.

4. Разработка психологических условий гуманизации спортивной деятельности и физических нагрузок.

В данном случае под гуманизацией понимается профилактическая работа с сотрудниками подразделений физической защиты по предупреждению травматизма и повреждений различного рода, рационального распределения нагрузки, методы и способы избежания переутомления и предотвращение профессионального выгорания в области спортивной деятельности.

Под гуманизацией физической подготовки подразумевается содействие гармоничному развитию, как физическому так и нравственному совершенствованию человека.

В данном процессе на первый план выдвигается личность человека с его потребностями и интересами. Спортивное совершенствование выступает как способ для развития всех основополагающих физических качеств сотрудника.

Именно гуманизация позволяет повышать общекультурную подготовку будущих сотрудников подразделений физической защиты.

5. Изучение социально-психологических явлений в коллективе сотрудников подразделений физической защиты.

Психологическое состояние всего коллектива играет большое значение на эффективности усвоения преподаваемого материала. При отсутствии межличностных конфликтов в подразделении и условий моральной напряжённости информация доносимая до сотрудников воспринимается легче и более запоминаема, нежели в обратном случае. На тренировках должно быть достигнуто взаимопонимание между сотрудниками подразделений физической защиты и в случае возникновения трудностей оказывается помощь друг другу. Более сильные занимающиеся группы, которые имеют некий соревновательный опыт и познания могут давать полезные советы в процессе спортивной тренировки и при подготовке к соревнованиям только начавшим своё обучение. Выполнение служебных задач напрямую зависит от уровня социально-психологической защищённости. В данных коллективах повышается эффективность оперативно-служебной деятельности, легче переносятся воздействия

тяжёлых и опасных факторов условий службы, в последствие увеличение количества кадров.

Кроме того, психическая подготовка направлена на формирование волевых качеств, патриотических чувств и воспитание морально-нравственных ценностей сотрудников подразделений физической защиты. Волевая подготовленность связана с такими качествами, как целеустремленность (ясное видение перспективной цели), решительность и смелость (склонность к разумному риску в сочетании с обдуманностью решений), настойчивость и упорство (способность мобилизовать функциональные резервы, активность в достижении цели), выдержку и самообладание (способность управлять своими мыслями и действиями в условиях эмоционального возбуждения), самостоятельность и инициативность. Некоторые из этих качеств могут быть изначально присущи тому или другому сотруднику, но большая их часть воспитывается и совершенствуется в процессе регулярной учебно-тренировочной работы и спортивных соревнований. Таким образом спортивная тренировка - это целый комплекс взаимосвязанных методик и способов по развитию сотрудников подразделений физической защиты на физическом и психологическом уровнях. Это деятельность направленная на:

- во-первых, формирование новых качеств и способностей в связи с выбранным видом спорта;
- во-вторых, совершенствование полученных навыков и умений сотрудником и приобретение опыта их применения в соревновательной деятельности;
- в-третьих, совершенствование методик подготовки сотрудников, разработка и внедрение новых способов ведения спортивных занятий, в том числе с помощью использования современного оборудования и инвентаря;
- в-четвёртых, развитие культуры спорта на территории Российской Федерации, активное создание программ по побуждению желания у

населения к спортивной подготовке и физическому совершенствованию в первую очередь, пропаганда здорового образа жизни, отказа от вредных привычек и получения удовольствия на пути к самореализации;

- в-пятых, это подготовка сотрудников подразделений физической защиты для соревновательной деятельности на международной арене спорта и достижения высокого уровня результатов и достижений.

При проведении спортивной тренировки необходимо применять все ранее рассмотренные методы в совокупности, так как каждый из них взаимодополняет другой. Общепедагогические тесно связаны с практическими. Чтобы обучаемый осмысленно применял полученные навыки и умения в реальных условиях жизнедеятельности, он должен на высоком уровне знать теоретические аспекты данной спортивной дисциплины и осуществлять их с помощью игр и соревнований.

1.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Любая трудовая деятельность обладает своеобразными особенностями в зависимости от её вида и специфики. Относительно этого появилась необходимость в становлении отдельного направления физической культуры для более углубленной и систематической подготовленности работников различных организаций, будь то государственные, муниципальные или частные. Предпосылками к её возникновению явилась необходимость подготовки военнослужащих к боевым действиям. Большое распространение она получила в годы Великой Отечественной войны для стабилизации положения в российской армии. Кроме того, в это же время выделяется такой вид физической подготовки как лечебная физическая культура, что также имело большое значение в сфере,

так называемого, спортивного оздоровления, в первую очередь осуществляемую для реабилитации раненных солдат и офицеров.

Как отдельное направление профессионально-прикладная физическая подготовка появляется в советском обществе на рубеже первой половины 20 века и начинает своё обособленное развитие, непосредственно с положений Постановления Президиума ЦИК СССР, которое было вынесено 1 апреля 1930 года. Оно включает в себя меры государственной организации внедрения физической культуры в систему труда не только с точки зрения приобретения определённых навыков и качеств, но и с целью обеспечения здравоохранительных функций работников. Складываются первые нормы о необходимости подготовки специалистов к их трудовой деятельности для достижения профессионализма и наивысшей квалификации по выбранной специальности. С помощью этого решается множество вопросов, от которых зависит приспособленность работников к физическому труду. Для этого в первую очередь данная отрасль как отдельная дисциплина вводится в образовательные учреждения Российской Федерации различного уровня: высшие и средне-специальные. Главной особенностью является её практическая направленность в отличие от общей физической культуры.

Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) - это деятельность определённо-направленного профиля в какой-либо области жизнедеятельности населения, применяемая в их трудовой деятельности. Отсюда следует, что её главной целью является подготовка сотрудников подразделений физической защиты для качественного выполнения ежедневных профессиональных задач, которые в свою очередь основываются на:

1. Умении принимать наиболее подходящего варианта действий при определённой ситуации на службе;
2. повышение и поддержание необходимого уровня продуктивности при выполнении трудовых обязанностей;

3. обладание определёнными личностными качествами и способностями в соответствии с предусмотренными требованиями трудового договора;

4. получение и совершенствование навыков и умений физической подготовки, а также повышение либо поддержание её показателей, в виде выносливости, силовых способностей, скорости и реакции организма на внешние раздражители;

5. предупреждение травматизма на службе, а также предотвращение иных негативных последствий, которые могут возникнуть в процессе выполнения профессиональных обязанностей.

6. приобретение физически-значимых качеств на достаточном уровне, что позволит успешно применять специальные средства и выполнение боевых приемов борьбы в служебной деятельности

Содержание ППФП и её конкретные мероприятия складываются относительно определённых факторов трудовой деятельности. К ним относятся:

- вид труда, конкретные цели и задачи, которые ставятся перед сотрудниками;
- условия труда (время, место, обстановка при которой будут выполняться обязанности, климатические и географические особенности местности и другое);
- режим работы, который включает в себе и время отдыха (обеденные перерывы, выходные, отпуск);
- особенности процесса работоспособности, заболеваемость сотрудников (начиная от сезонных болезней, заканчивая вероятностью получения различных инфекций, аллергических реакций и других болезней, связанных с профессиональными особенностями).

Занятия по прикладной физической культуре должны быть направлены на сопоставление всех факторов труда для сотрудников ко всем благоприятным и негативным воздействиям и условиям выбранного

подразделения, данные занятия в том числе направлены и на воспитание прикладных психофизических и специальных качеств.

ППФП осуществляется путем использования различных средств, но в первую очередь совокупностью общих и специальных физических упражнений. Их разделяют на группы по определённым основаниям. В зависимости от преимущественной направленности их влияния на функциональные системы организма выделяют упражнения, развивающие сердечно-сосудистую, дыхательную системы, вестибулярный аппарат и т.д. Они в основном берутся из арсенала лечебной и оздоровительной физической культуры. Кроме этого, упражнения можно разделить на развивающие отдельные физические способности: координационные, силовые, скоростные, выносливость, гибкость, а также эмоциональную устойчивость, волевые качества, внимание ит.д.

Отдельным видом можно выделить упражнения, способствующие развитию прикладных двигательных навыков, например, лазанья, работе на высоте, переноске грузов, преодоления препятствий, рациональной ходьбы. Они преимущественно заимствуются из основных и специальных упражнений таких видов спорта, как альпинизм, скалолазание, гимнастика, тяжёлая атлетика, туризм, лёгкая атлетика и др.¹

Для ряда профессий существуют специальные прикладные виды спорта.

Для пожарных это пожарно-прикладной спорт, содержание которого составляют наиболее важные навыки и качества, необходимые при борьбе с огнем: быстрое приведение средств пожаротушения в рабочее состояние; преодоление высоких стен, оконных проемов, лестничных маршей – имитация спасательных операций на большой высоте; пребывание в задымленном или загазованном помещении в условиях ограниченной видимости и другие упражнения.

¹Коняхина Г.П. Прикладная физическая культура. Учебно-методическое пособие – Челябинск: Типография «Сити-Принт», ИП Мякотин И.В. 2020. – 68 с

Для водолазов, гидрологов, исследователей морских глубин прикладным видом спорта является подводный спорт – погружение на заданную глубину, размещение, поиск предметов, подъем различных предметов из воды.²

В процессе трудовой деятельности человек может столкнуться с различными её проявлениями, изучением которых занимается прикладная физическая подготовка, среди них выделяются следующие определения:

Физическое образование – процесс обучения человека двигательным умениям и навыкам, процесс управления движениями своего тела во времени и пространстве, овладения теоретическими знаниями по использованию средств ФК в различных условиях жизни и деятельности.

Психофизиологическая характеристика труда – сопряженная характеристика изменения состояния психофизических и физиологических систем и функций организма под влиянием определенной трудовой деятельности.

Физическая и функциональная подготовленность – конечные результаты овладения определенными двигательными навыками и повышения уровня работоспособности организма, необходимые для освоения или выполнения человеком целевых видов деятельности.

Работоспособность - это свойство человеческого организма выполнять определённый объём функциональных обязанностей в заданный промежуток времени, с учётом условий труда. Разделяют при этом максимальную, оптимальную (нормальную) и сниженную работоспособность.

Утомление - временная утрата человеком сил и энергии на выполнение рабочих задач, связанная со снижением концентрации внимания, быстроты реакции организма на внешние факторы окружающей среды,

²Прикладная физическая культура. Комплексное применение статических упражнений на занятиях по общей физической подготовке [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Г. А. Гавронина, Н. Х. Гоберман ; Пермский государственный национальный исследовательский университет. – Электронные данные. – Пермь, 2021; 94 с.

потеря слаженности двигательных навыков и некоторое истощение организма в целом.

Переутомление - накопление утомления по причинам нерационального режима труда и отдыха при отсутствии своевременного восстановления. Оно в свою очередь влечёт за собой более негативные последствия для организации трудовой деятельности, в частности, уменьшение показателей работоспособности, продуктивности выполнения обязанностей в течение рабочего времени, подверженность организма к заболеваниям и ухудшение работы иммунной и иных систем человека.³

Причины и обстоятельства, необходимые для дальнейшего совершенствования и внедрения ППФП в сферу профессионального труда:

1. время, необходимое на освоение современных практических профессий, и достижение профессионального мастерства в них в большей степени зависит от уровня функциональных возможностей организма, от степени развития физических способностей индивида, разнообразия и совершенства приобретенных им двигательных умений и навыков.

2. несмотря на снижение доли мышечных усилий в современном материальном производстве, производительность достаточно многих видов профессионального труда прямо или косвенно остается зависимой от физической дееспособности исполнителей трудовых операций, причем не только в сфере преимущественно физического труда, но и в ряде видов трудовой деятельности смешанного (интеллектуально-двигательного) характера, как у наладчиков машинных устройств, монтажников и т.д. В целом же стабильное физическое состояние, без которого не мыслится здоровье и эффективное функционирование организма человека, остается важнейшей предпосылкой устойчиво высокой плодотворности любого профессионального труда;

³Профессионально-прикладная физическая подготовка : учеб. пособие / Е. В. Матухно. – Комсомольск-на-Амуре: ФГБОУ ВПО «КНАГТУ», 2013. – 97 с.

3. все еще остается проблема негативного влияния определенных видов профессионального труда и его условий на физическое состояние трудящихся; хотя эта проблема решается многими средствами оптимизации содержания и условий труда, в том числе социальными, научно-техническими и гигиеническими, важную роль среди них призваны играть факторы профессионально-прикладной физической культуры;

4. социальный и научно-технический прогресс заставляют человека постоянно совершенствовать свои профессиональные навыки и способности. Их развитие неотделимо от физического совершенствования индивид.⁴

Таким образом, профессионально-прикладная подготовка носит специализированный характер. Она требует от преподавателей высокого уровня квалификации для подготовки будущих специалистов. При этом целесообразно использование всех элементов физической подготовки и применения разнообразных средств для улучшения занятий в части более углубленного получения знаний, их восприятия и запоминания. Нормативно-правовые акты, предписывающие физическую деятельность сотрудника направлены не только на овладение определённой совокупностью умений, но и на развитие личности сотрудника и усвоение конкретных отраслей своей трудовой и профессиональной деятельности.

Совершенствование специальной физической подготовки сотрудников подразделений физической защиты основано на анализе физических данных и способностей или же подготавливаемых специалистов для улучшения их результатов, получения новых знаний, навыков и умений. Разработка методик проведения занятий в различных условиях жизнедеятельности людей, в соответствии с современным законодательством, а также требованиями предъявляемые к сотрудникам подразделений физической защиты, относительно особенностей их профессиональной деятельности. А также их реализация и внедрение в

⁴Коняхина Г.П. Прикладная физическая культура. Учебно-методическое пособие – Челябинск: Типография «Сити-Принт», ИП Мякотин И.В. 2020. – 68 с.

практическое применение, при обучении по дисциплинам и направлениям специальной физической подготовке.

ГЛАВА II. ТЕХНИКА И ТАКТИКА ПЕРЕДВИЖЕНИЯ С ОРУЖИЕМ, СОТРУДНИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ

2.1. Использование подводящих упражнений для развития координационных способностей.

Развитие важных элементов за счет упражнений, которые позволяют выстроить правильное движение, почувствовать центр массы тела, вписывая ее в плоскость, чувствование угловых линейных скоростей является одной из важнейших задач при освоении техники передвижения сотрудника физической защиты с оружием в руках.

Рассмотрим несколько базовых упражнений:

падение на грудь - из базовой стойки (фото-1).



Фото 1

опуская таз вниз, отбросить ноги назад и в стороны и приземлиться на согнутые в локтевых суставах и выставленные перед грудью руки. Локти должны быть разведены в стороны. Контакт рук с поверхностью начинается в следующей последовательности: кончики пальцев - пальцы-ладони - внутренние поверхности предплечий. За счет этого

осуществляется плавная и бесшумная амортизация падения. Данное действие необходимо выполнять на выдохе, так как на выдохе мышцы расслабляются и легче воспринимать нагрузку. При падении руки должны переместиться на то место, где находятся ноги. Исходное положение – ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях. После падения пятки необходимо опустить параллельно полу, руки около лица либо возле груди, голова повернута набок (фото-2).



Фото 2

Падение на бок (влево, вправо) - из базовой стойки выполнить скручивание в бедрах и, выбросив согнутые в коленях ноги в сторону (влево или вправо), приземлиться на руки, как при падении на грудь. При этом согнутые в коленях ноги должны составлять между собой угол 90° , угол между бедром согнутой ноги и ее голенью тоже должен составлять 90° , что необходимо для предотвращения повреждений коленных суставов. Голова должна быть приподнята. Показатель правильности выполнения упражнения – бесшумность и мягкость. Необходимо также выполнять его многократно как подготовительное упражнение (фото – 3).



Фото 3

Падении на спину – из базовой стойки присесть, вытянуть любую ногу вперед (в зависимости от того, в какую сторону совершается падение) и «сесть», опустить таз на пятку опорной ноги разноименным этой ноге бедром. В данном случае – правым бедром на левую пятку. Левая рука тянется за пяткой правой ноги, помогая округлять спину. После этого перекатиться по односторонней широчайшей мышце и перевернуться на всю спину, поджав под себя ступни ног. Этим поджатием гасится энергия, которая забрасывает ноги вверх. Подбородок необходимо прижать к груди. Руками в момент контакта с поверхностью не упираться (фото-4).



Фото 4

Перекаты на начальном (базовом) этапе обучения являются как подготовительными упражнениями к действиям с оружием, так и

разминочными. Кроме этого, они формируют у обучаемых, такое качество, как ловкость. Все перекаты лежа можно выполнять как из положения сидя на коленях, так и из базовой стойки.

Перекат на коленях - осуществляются из исходного положения сидя на коленях. Для совершения движения, например, влево, необходимо выпрямить левую ногу и опуститься на правое бедро. После этого повернуться на левое бедро, согнув левую ногу в колене и выпрямив правую ногу. Далее потянуться за выпрямленной правой ногой и сесть на колени.

Кисти рук во время движения постоянно находятся на коленях, а глаза смотрят за окружающей обстановкой.

Из положения, сидя на коленях надо опуститься (при движении влево) на правый бок вслед за выпрямленной левой ногой. После этого перевернуться на всю спину, оставив ноги согнутыми в коленях. Для продолжения движения необходимо, поворачиваясь на левый бок, подтянуть согнутую в колене левую ногу к груди, а правой рукой потянуться за выпрямляемой правой ногой. После этого сесть на оба колена. Необходимо помнить, что локти во время перекатов не должны ударяться о поверхность. Для этого их надо убирать в сгиб между бедром и корпусом. При перекате в другую сторону движение начинается с поворота на противоположное описанному бедро (фото 5;6).



Фото 5



Фото 6

Нижняя акробатика – это комплекс действий, применяемых для ухода с линии атаки противника, сокращения дистанции с ним, совершения маневра, обмана, скрытого подхода к противнику, нанесения ударов, подбора оружия и подручных средств и их метания, а также с целью обезопасить себя от возможных травм при различных падениях. Нижняя акробатика включает в

себя множество различных действий. Основные из них: безопасные падения, перекаты, кувырки (в спорте подобные движения называется самостраховкой, переползанием, скольжением и перекатами).

Кувырки (вперед, назад), совершаются из основной (базовой) стойки или с колена. При выполнении кувырка вперед с выносом рук в разные стороны делается шаг вперед любой согнутой в колене ногой. Руки разводятся вперед и в разные стороны, а второй ногой осуществляется толчок. Если необходимо осуществить продольный кувырок вправо, опускаем правое плечо, входим в плоскость пола, касаемся его руками и как бы поглаживаем пол. При соприкосновении плеча с полом прокручиваем руку и по диагонали от правого плеча к левому бедру выполняем кувырок. После того как правая нога коснулась пола, вес тела переносим на правую, за счет разворота тазобедренного сустава встать в исходное положение.

При выполнении кувырков человек, боясь удара о пол «останавливает его руками», что категорически запрещается. Необходимо войти в плоскость пола под острым углом и повернуть ту часть тела, которая касается пола, вокруг собственной оси. Основная ошибка при выполнении кувырка – выполнение его по диагонали, что чревато повреждением позвоночника, поэтому выбирается траектория, чтобы не захватывался позвоночник (фото 7).



Фото 7

Продольный кувырок для подбора предметов - в основном выполняется аналогично предыдущему. Особенность состоит в том, что руки расположены не перпендикулярно относительно оси позвоночника, а практически параллельно. Данный кувырок выполняется с большей скоростью, так как угол входа более острый, чем у продольного кувырка. Аналог этого кувырка можно увидеть в быту - это шнек мясорубки. Представим, что впереди нас находится предмет и нам необходимо его поднять. Рука тянется по оси движения нашего тела. Необходимо, чтобы ладонь при входе была прижата к полу и скользила по нему.

Падение со скольжением - выполняется из исходного положения - стойки нижней рамки. Нога входит с носка под острым углом, т. е. вкручиваем ногу, а руки идут к опорной ноге. После чего скользим на икроножной мышце, переходим на живот и принимаем положение, аналогичное падению лицом вниз. Данное упражнение помогает на больших скоростях выполнять элементы самостраховки, не повреждая своего тела. В качестве добавления к упражнению может служить выход с помощью поворота тела вокруг собственной оси. Основное требование при перемещении на нижнем уровне - чтобы нога не перескакивала через ногу. Стопы ног находятся на плоскости пола и не отрываются от него.

Существуют различные перемещения на нижнем уровне. Их необходимо знать для того, чтобы быстро встать после падения, переместиться в более удобное положение (например, за укрытие), защититься или нанести удар противнику, метнуть в него нож или любое подручное средство и т.д.

Обязательным элементом подготовки является упражнению «звезда» Принимается исходное положение лежа в упоре руками и ногами лицом вниз. Начиная упражнение, необходимо (в данном случае) правую ногу, согнув в коленном суставе, пронести под левой ногой. Опираясь на правую руку, развернуться телом через левое плечо навстречу движению правой ноги и принять положение упора в поверхность руками, ногами, а спиной

вниз. Выполнив данное упражнение, можно переходить на плоскость пола. Руки находятся на груди, либо за головой. При переходе на живот, руки вытягиваются впереди себя. В данном упражнении работают не только ноги, но и таз (фото 8;9;10;11).



Фото 8



Фото 9



Фото 10



Фото 11

Упражнение «велосипед» выполняется из исходного положения, осуществляя падение с вращением и выходом на спину. Руки необходимо держать на коленях и не отпускать, подбородок прижат к груди. Для перемещения в левую (правую) сторону подтягиваем к себе одну из ног, другую вытягиваем. Руки касаются ног, нога тянет руку, рука тянет туловище, за счет этого происходит движение.

Упражнение «переползание на животе» выполняется путем накатывания тела на плоскость пола. Данное упражнение не требует больших физических нагрузок, здесь используются геометрия и перемещение центра тяжести нашего тела. Упражнение выполняется как на животе, так и на спине. Показатель правильности выполнения упражнения – бесшумность.

Существует и второй способ перемещения на нижнем уровне. Руки располагаем на 19–20 см от подбородка, стопы ног максимально сдвигаем вперед. Поднимаем тело вертикально вверх и перемещаем его вперед

Боевую акробатику с оружием часто критикуют опытные стрелки, и сотрудники спецподразделений, причем аргументы у каждой из этих категорий разные. Стрелки говорят, что им достаточно того, что они владеют стрелковым оружием, а эти «кульбиты» им не нужны. Спецназ утверждает, что выполнение подобных элементов в снаряжении слишком затруднено, или вовсе невозможно. На критику можно ответить следующими обоснованиями: нижняя акробатика позволяет существенно сократить время выполнения сложных упражнений, при ведении ближнего боя, позволяет наиболее безопасно преодолевать завалы, мебель, дверные проемы или сложный рельеф местности; да, не все упражнения применимы при действиях в экипировке, но зато, удобны при самообороне. Также с помощью учебных упражнений из нижней акробатики формируется такое уникальное психофизиологическое качество как ловкость, необходимое бойцу спецназа. Нижняя акробатика наиболее эффективна при наличии минимального защитного снаряжения, и уникальна – как воспитательное средство уверенности в своих физических возможностях, развития ловкости. В других случаях необходимо учитывать наличие защитного оборудования и специального снаряжения для стрелка. Так, бронежилеты высокой степени защиты сковывают тело и тяжелы. Это замедляет перемещения стрелка и требует больших физических затрат. Разгрузочные жилеты, наполненные имуществом, болезненно давят на различные части тела. Десантный ранец или рейдовый рюкзак увеличивают габариты стрелка и мешают маневру. Каска мешает повороту головы, увеличивает нагрузку на шейный отдел позвоночника. А если на ней имеется защитное забрало со стеклом, то снижается поле зрения, и могут искажаться прицельные приспособления. Это снаряжение доказало свою необходимость и эффективность, просто требует адаптации и учета особенностей при совершении перемещений в нем.

Кувырки с оружием осуществляются в случае необходимости быстрого ухода с линии огня противника, при преодолении препятствий и перемещении за укрытие. Кувырок может выполняться из положений для стрельбы, стоя, с колена и даже лежа.

Стрелки, владеющие техникой кувырков, могут совершать их, держа оружие двумя руками. Кувырок назад применяется, когда удобное укрытие находится позади стрелка и уход за него связан с переходом в нижний уровень. Наиболее просто на выходе из него принимать положение для стрельбы лежа. Положений для стрельбы с колена и стоя также принимаются достаточно легко. Перекаты с оружием применяются для перемещения стрелка на нижнем уровне по фронту. Они бывают двух видов: перекат, лежа и перекат, сидя на коленях. Перекат позволяет избежать увеличения площади возможного поражения, как при других перемещениях, и сохраняет возможность стрелку контролировать положение цели и открытие огня по ней. Падения с оружием служат быстрому переходу стрелка из положения стоя в положение для стрельбы лежа.

2.2. Методика проведения занятий с л/с по пешему сопровождению охраняемого лица.

Цель и задачи сотрудника охраны при пешем сопровождении

Обеспечение безопасности охраняемого лица при пешем сопровождении является одним из сложнейших навыков сотрудника. Сотруднику необходимо уметь чувствовать и сохранять нужную дистанцию до охраняемого лица и при этом постоянно и повсеместно контролировать окружающую обстановку.

Дистанция определяется рядом факторов: степенью угрозы, местонахождением охраняемого лица, количеством сотрудников в группе личной охраны и целесообразностью.

Основной задачей группы обеспечивающей физическую защиту при пешем сопровождении (фото-12). Является, обеспечение безопасности ОЛ не создавая ему помех в его служебной деятельности.



Фото 12

Задачи сотрудника ФЗ при пешем сопровождении:

1. Постоянно поддерживать безопасную зону вокруг охраняемого лица;
2. Непрерывно вести наблюдение в закрепленном за ним секторе ответственного наблюдения;
3. Уметь предвидеть и распознать угрозу, быть готовым к предотвращению действий, которые угрожают жизни и здоровью ОЛ;
4. При передвижении не допускать попадания посторонних лиц и предметов в охраняемый периметр ГЛО.
5. Поддерживать визуальный контакт с ОЛ и л/с наряда, корректировать свою позицию относительно своего месторасположения в наряде при передвижении.
6. Оценивать любые действия, которые отвлекают внимание сотрудников ФЗ или заставляют их оставить свои позиции, как сигнал опасности, требующий от сотрудника усилить бдительность и сообщить старшему группы.

- *Понятие сектор ответственного наблюдения.* Задачи сотрудника по организации наблюдения, выполняющего функциональные обязанности по обеспечению безопасности О.Л. при пешем сопровождении

- *Сектор ответственного наблюдения* – территория, за которой телохранитель наблюдает в процессе сопровождения охраняемого лица и несет персональную ответственность при изменении оперативной обстановки в данном секторе. Пешее сопровождение охраняемого лица в городских условиях характеризуется постоянным перемещением сотрудников ФЗ в своих секторах ответственного наблюдения. Обязательные условия таких перемещений – плавность, гибкость, слаженность и взаимодействие в соответствии со сложившейся обстановкой на маршруте движения.

- *Наблюдение* – один из основных способов несения службы заключающийся в своевременном выявлении в окружающей среде явлений и событий представляющих угрозу безопасности ОЛ или ГЛО.

- *Задачи сотрудника по организации наблюдения:*

1. Визуальный контроль осуществлять непрерывно как по вертикали, так и по горизонтали на всех дистанциях: начиная с проходящих в непосредственной близости от охраняемого лица прохожих и заканчивая чердаками близлежащих домов;
2. Выявлять по внешним признакам лиц вынашивающих враждебные намерения в отношении ОЛ (оперативные ориентировки, признаки подозрительности);
3. Выявлять места, где может быть совершено нападение;
4. Выявлять подозрительные предметы на маршруте передвижения.

2.3. Способы и структура расположения при пешем сопровождении охраняемого лица.

В соответствии с поставленными задачами и определении дистанции допуска третьих лиц к охраняемому лицу, различают жесткий и мягкий

способы охраны. Мягкий способ охраны предполагает контакт третьих лиц с охраняемым лицом. Данный способ охраны применим к политикам, звездам шоу-бизнеса и т.д., то есть к людям публичным, чья деятельность неразрывно связана с непосредственным общением с народом. Другое дело обеспечение личной безопасности бизнесменам, круг общения которых достаточно узок и определен спектром решаемых вопросов бизнеса. Безусловно, работать телохранителю при мягком способе охраны гораздо тяжелее: пресечение противоправных действий третьего лица при уже состоявшемся его контакте с охраняемым лицом требует от сотрудника личной ф3 постоянной готовности к активным действиям и адекватной реакции. Естественно, что если бизнесмен или банкир баллотируется, скажем, в органы власти, то меняется и способ охраны – из жесткого в мягкий.

При обеспечении безопасности охраняемого лица используются и различные формы охраны. Изменение формы охраны при пешем сопровождении зависит от количества сотрудников в группе личной охраны, от плотности людского потока, перемещении по улицам или нахождения в здании, а также при изменении оперативной обстановки.

Форма охраны – это расположение постов охраны с учетом внешних факторов, оказывающих влияние на систему безопасности охраняемого лица. Форма охраны может быть:

- стандартная
- видимая открытая
- видимая закрытая
- невидимая
- комбинированная.

- *Стандартной* формой охраны является наиболее оптимальное расположение сотрудников относительно охраняемого лица. Оптимальность определяется следующими факторами: удобством увода ОЛ с линии атаки и проведением его экстренной эвакуации (фото 13).



Фото 13

Отсутствие пересечения секторов ответственного наблюдения в процессе сопровождения и секторов стрельбы в результате нападения; создает прямолинейное перемещения для ОЛ, когда ему никто не мешает при ходьбе. Данная форма охраны является основной в работе сотрудника ФЗ и используется повсеместно, трансформируясь в другие формы охраны в соответствии с изменением оперативной обстановки.

При обеспечении безопасности охраняемого лица одним сотрудником сектор ответственного наблюдения составляет 360 градусов, другими словами сотрудник несет персональную ответственность за ВСЁ, что происходит по отношению к ОЛ: от противоправных посягательств на его жизнь и здоровье до дружеских контактов. В случае, если сотрудник правша (а их, естественно, подавляющее большинство) он следует за ОЛ слева сзади от него на дистанции не более 1 метра или на расстоянии вытянутой руки.

Это расстояние является *рабочей дистанцией* и превышает только в случаях крайней необходимости. Месторасположение сотрудника определяется в данном случае физиологическим удобством экстренной

эвакуации ОЛ или сталкивания его с линии атаки с одновременным извлечением служебного оружия (фото 14).



Фото 14

Кроме того, правши обычно носят служебное оружие в кобуре, закрепленной на пояском ремне с правой стороны, что при пешем сопровождении слева сзади охраняемого лица позволяет сотруднику достаточно незаметно для окружающих положить правую руку на оружие в случае обнаружения потенциальной угрозы. Естественно, что обеспечивая безопасность ОЛ, сотрудник будет перемещаться и вправо. Это может быть вызвано необходимостью перекрыть.

Построения наряда охраны при пешем сопровождении О.Л. от 1-го до 6-ти сотрудников ФЗ *(вопрос отрабатывается практически);*

- тактика действий наряда при пешем сопровождении О.Л. на улице, в помещении, в местах массового скопления людей *(вопрос отрабатывается практически);*

- тактика действий наряда при входе, выходе из здания О.Л., при посадке и выходе из автомобиля *(вопрос отрабатывается практически);*

- тактика действий наряда при возникновении экстремальных ситуаций *(вопрос отрабатывается практически).*

Вопросы, требующие многократного повторения и разбора возможных событий:

- попытка группы агрессивно настроенных неизвестных лиц приблизится к ОЛ.
- при подходе наряда к входу в здание дверь заблокирована.
- при выходе из автомобиля ОЛ встречает группа агрессивно настроенных неизвестных лиц.

2.4. Опережающие факторы работы по предотвращению угрозы.

1. *Визуальное блокирование* – подбор сотрудников с одинаковыми физиологическими данными похожими на ОЛ, подбор одинаковой формы одежды.

2. *Физическое блокирование*– создание препятствия между ОЛ и нападающим. Если нападающий своими действиями создает угрозу жизни и здоровья ОЛ, то применяются приемы *силового противодействия*.

Оказание силового противодействия при возникновении экстремальных ситуаций; (*вопрос отрабатывается практически*) техника эвакуации О.Л.:

1. Тактическая эвакуация ОЛ с удержанием головы через его левое плечо, оружие направлено при эвакуации в сторону противника (четкие, громкие команды ОЛ), увод за ближайшее укрытие, контроль ОЛ с одновременным ведением огневого контакта (фото 15).



Фото 15

2. Тактическая эвакуация ОЛ (с извлеченным оружием) с прихватом за одежду, толкание вперед за ближайшее укрытие. *Сбивание ОЛ с линии огня* (при применении противником огнестрельного оружия, смещение в другую сторону с одновременным извлечением оружия, ведение огневого контакта и последующее перемещение в сторону ОЛ).

3. Экстренная эвакуация (без извлечения оружия) за ближайшее укрытие, контроль ОЛ, извлечение оружия, ведение огневого контакта.

Способы отражения нападения и эвакуации охраняемого лица напрямую будут зависеть от особенностей сложившейся экстремальной ситуации. Например, особенностей места, где произошло нападение, наличия рядом каких-либо укрытий, посторонних лиц, числа нападающих и оружия нападения. В связи с этим существует определенное количество разнообразных методов, способов и рекомендаций для сотрудника ФЗ - одиночки, как действовать в экстремальной ситуации ближнего боя при совершении нападения на охраняемое лицо. В любом случае необходимо исходить из целесообразности того или иного действия. Нецелесообразно вести огонь в движении по противнику, который находится на дистанции более 15-20 метров. Гораздо эффективнее поразить противника на такой дистанции, приняв одну из основных стрелковых позиций — стойку или

положение для стрельбы с колена, разместив ОЛ за собой, а затем быстро переместиться, выполнив уход с места возможного поражения (фото 16).



Фото 16

Отметим, что в случае огневого контакта, главной задачей сотрудника при стрельбе — является точность поражения противника за минимальное время. Поэтому исходя из развития экстремальной ситуации, условий окружающей обстановки и следует принимать решение, как необходимо действовать: стрелять в движении или с кратковременной остановкой, а затем снова выполнить перемещение. Все будет зависеть от практического опыта сотрудника, как стрелка и дистанции до цели (противника). Важной особенностью схемы «Беги» — является умение сотрудника управлять телом охраняемого лица во время эвакуации. Правильная техника позволит, не путаясь в движениях, достаточно быстро увести клиента в безопасное место.

Основные рабочие схемы и методы защиты, которые предлагают на сегодняшний день школы личной охраны специально для сотрудников обеспечивающих физическую защиту ОЛ заключается в отталкивании охраняемого лица с линии огня и смещении сотрудника в противоположную сторону с одновременным извлечением оружия, приведением его в боевую готовность и открытием огня по нападающему. Сотрудник и его охраняемое лицо для киллера превращаются из одной цели в две, которые продолжают

двигаться и одна из которых открывает ответный огонь. Сотрудник производит толчок охраняемого лица левой (правой) рукой примерно под углом в 45° к линии огня. Согласно технике выполнения, после толчка корпус охраняемого лица сворачивается, и он выполнит вынужденный шаг в направлении толчка. Одновременно сотрудник смещается в противоположную от клиента сторону, извлекает оружие, приводит его в боевую готовность и открывает огонь по противнику. После нейтрализации противника, сотрудник выполняет рывок к охраняемому лицу и эвакуирует его в безопасное место. В схеме «раздвоение цели» также очень важно громко и четко подавать команды охраняемому лицу во время осуществления с ним каких-либо манипуляций.

При возникновении угрозы, сотрудник подает команду охраняемому лицу, например:— Стой!!! Угроза!!! Лево́й рукой уводит клиента за себя (производит жесткий контроль за руку, шею, одежду) с одновременным извлечением и заряданием оружия, и открытием огня по противнику. После нейтрализации угрозы эвакуирует охраняемое лицо в безопасное место.

Противник с ножом. В некоторых случаях во время отражения атаки с ножом целесообразней применить приемы рукопашного боя, чем пистолет (для преодоления дистанции в 5-10 метров агрессору с холодным оружием достаточно всего нескольких секунд). Все перебежки с охраняемым лицом от укрытия к укрытию должны быть очень быстрыми. Перед перебежкой необходимо оценить время, для совершения броска. На открытом месте не следует находиться более 1 максимум 2 секунд, таково время прицельного захвата цели среднестатистическим стрелком. Перед перебежкой нужно убедиться в отсутствии опасности за намеченным укрытием. Главное помнить! Противник не будет стоять на месте. При совершении нападения на охраняемое лицо в местах массового скопления людей, при стрельбе у сотрудника существует опасность промахнуться и попасть в невинных людей (прохожих). Кроме того, прохожих тоже можно использовать как укрытие, но это особо крайние методы. Отработку данных методов необходимо

начинать с незаряженным оружием. Упражнения лучше всего отрабатывать в тройке — нападающий (киллер), сотрудник ФЗ и охраняемое лицо. После наработки необходимых приемов и достижения определенных результатов в технике и скорости переходить к занятиям в тире. Если есть возможность, очень полезны занятия с помощью пейнтбольного оружия.

В рассмотренных нами способах существуют свои множественные модификации и дополнительные приемы. Но, отметим, что ни одна из этих схем не дает сотруднику никаких гарантий успешного отражения нападения в случае возникновения экстремальной ситуации.

ГЛАВА III. СПОСОБЫ ОТРАЖЕНИЯ ПРИ НАПАДЕНИИ НА ЗАЩИЩАЕМОЕ ЛИЦО И СОТРУДНИКА

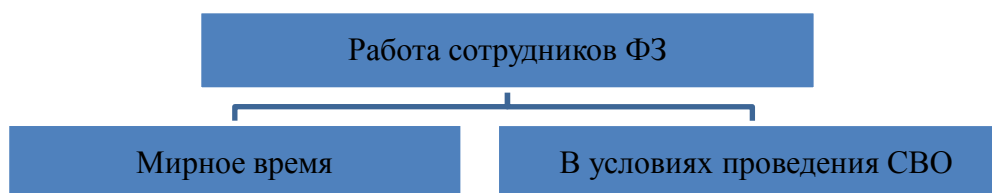
В данной главе мы рассмотрим теоретические вопросы и практические упражнения, которые направлены на совершенствование знаний умений и навыков в данной области.

3.1. Виды опасностей в условиях мирной жизни и в условиях проведения Специальной военной операции.

Сотрудники физической защиты это сотрудники полиции МВД РФ или сотрудники Росгвардии (СОБР или ОМОН), основная задача это охрана и сопровождение охраняемого лица, в пешем порядке и на транспортном средстве.

Работу сотрудников физической защиты можно разделить на две составляющие, которые показанных на схеме 1.

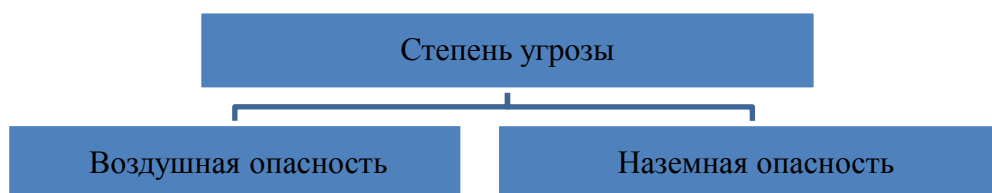
Схема 1



- **в мирное время** – это охрана работников прокуратуры, которая в большинстве состоит с сопровождения с места проживания до места работы, с размещением сотрудника в кабинете, а второй сотрудник размещается в транспортном средстве. Как правило, для этой работы применяется гражданская форма одежды, из вооружения пистолет скрытого ношения, возможно наличие бронежилета скрытого ношения, средства связи. Транспортные средства, штатные – без бронезащиты.

- **в условия проведения Специальной военной операции** – это охрана работников системы МВД РФ и военно-гражданской администрации, на освобожденных территориях. Для работы применяется автоматическое оружие, бронежилеты и защитные шлема, средства связи. Транспортные средства это бронированные джипы(УАЗ и другие транспортные средства иностранного производства). Степень угрозы, которая может возникнуть показана на схеме 2.

Схема 2



3.2. Воздушная опасность.

На схеме 3 показаны воздушные опасности, с которыми приходится сталкиваться сотрудникам физической защиты.

Схема 3



3.2.1. Ракетная опасность.

По команде «Ракетная опасность» сотрудники физической защиты начинают действовать:

1. Группа располагается в пункте временной или постоянной дислокации, по команде оповещения «Ракетная опасность», группа выдвигается за пределы места дислокации на заранее запланированные места стоянки, их может быть до 5 мест. После отмены «Ракетная опасность» группа машин ещё какое-то время остается на месте и только после этого может выдвигаться к прежнему месту пребывания (на усмотрения руководителя или самого охраняемого лица).

2. Группа располагается на выезде: трасса, возможно административные здания, медицинские центры (госпиталя, санчасти и т.д.).

3.2.2. Опасность от беспилотных летательных аппаратов (БПЛА).

Информация актуальна на момент написания данного учебного пособия. В настоящий момент опасность от беспилотного летательного аппарата достаточно актуальна и набирает свои обороты. Угроза бывают двух типов показанных на схеме 4.

Схема 4



Данная опасность возникает, когда противник располагается где-то недалеко от места дислокации.

Данные летательные аппараты осуществляют функции:

1. Разведка;
2. Корректировка при нанесении артиллерийского огня;
3. Несение заряда (ВОГ, гранаты и т.д.) для поражения живой силы и транспортных средств противника;
4. В ближайшее время возможно перенос отдельных бойцов по воздуху на определенное расстояние.

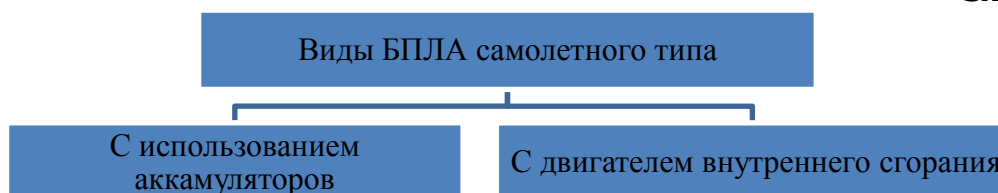
Для борьбы с БПЛА разработано и продолжают развиваться разработки по борьбе с данной техникой. Самое примитивное средство для борьбы:

1. Ружьё стреляющей дробью. При использовании сам БПЛА частично приходит в негодность;

2. Ружьё «дронобойка». Основная задача подавить сигнал управления данным аппаратом и посадить его на землю.

БПЛА самолетного типа бывают 2 видов показанных на схеме 5.

Схема 5



Для изучения данных беспилотных летательных аппаратов необходимо изучить литературу и проанализировать новостные ленты социальных сетей и телевидения. Глубокий анализ позволит более детально разобраться в данной теме.

3.3. Наземная опасность.

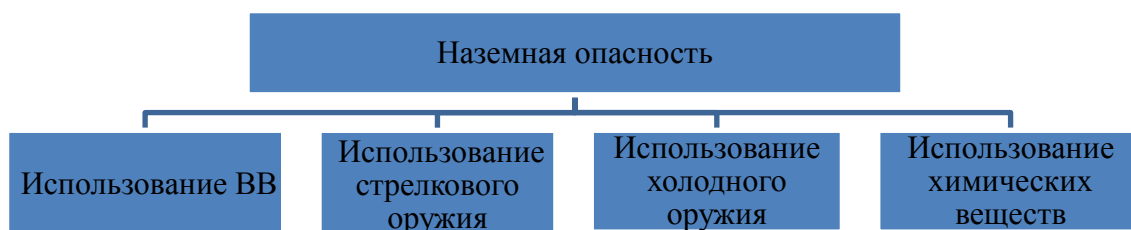
Наземная опасность может быть двух видов:

- дистанционно (взрывчатые вещества, стрелковое оружие, химические вещества);

- на короткой дистанции (холодное оружие, химические вещества (газовый баллончик), электрошоковое оружие, палки, биты).

Второй вид опасности, с которым перестой столкнуться сотрудникам физической защиты, показан на схеме 6.

Схема 6



1.Использование взрывчатых веществ, закладки на деревьях, транспортных средствах, под землёй, под водой.

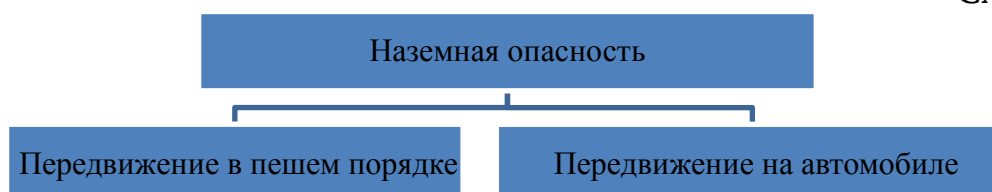
2. Использование стрелкового оружия: пистолеты, ружья, автоматы, пулеметы, луки, арбалеты.

3. Использование холодного оружия на ближней дистанции.

4. Использование химических веществ: отравляющие газы, дымовая завеса.

Наземная опасность происходит в двух случаях, показанных на схеме 7.

Схема 7



3.3.1. Вид опасности наземного характера «передвижение в пешем порядке», нападение на охраняемое лицо во время передвижения в пешем порядке:

1. Наезд автомобилем, мотоциклом для причинения вреда здоровью охраняемого лица.

2. Ведение огня из огнестрельного оружия.

3. Нападение с использованием холодного оружия на ближней дистанции.

4.Нападение с использованием взрывчатых веществ, закладки на деревьях, транспортных средствах, под землёй, под водой.

5. Нападение с использованием химических веществ: отравляющие газы, дымовая завеса для нейтрализации или похищения охраняемого лица.

3.3.2. Вид опасности наземного характера «передвижение на автотранспорте»

Нападение на транспортное средство во время перемещения, в котором находится охраняемое лицо:

1. Наезд, таран для повреждения автомобиля и причинение вреда здоровью и имуществу охраняемого лица.

2. Ведение огня из огнестрельного оружия по автомобилю.

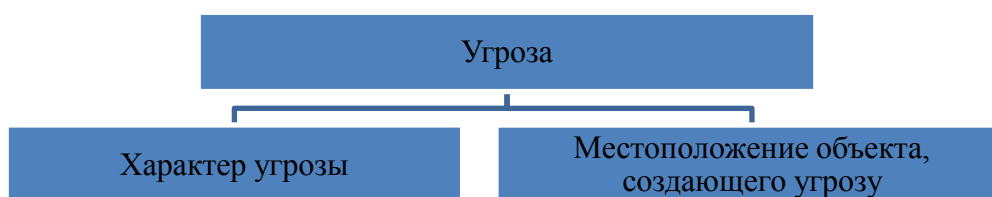
3. Использование взрывчатых веществ в виде закладок на деревьях, транспортных средствах и под землёй (фугас).

После определения видов опасностей переходим к определению и наличия угрозы.

3.4. Определение наличия угрозы (опасности).

При обеспечении безопасности защищаемого лица все сотрудники физической защиты должны четко определять степень угрозы при возникновении чрезвычайных обстоятельств. Так как расположение или позиция сотрудников физической защиты вокруг защищаемого лица изменяется, один из сотрудников может заметить угрозу, которая не видна другим сотрудникам. Для того чтобы, предупредить об угрозе, необходимо быстро и ясно передать определенную информацию, указывающую на схеме 8.

Схема 8



Сотрудник, который видит объект угрозы, должен сообщить об этом достаточно громким голосом, чтобы его услышали все сотрудники группы защиты, при этом он не должен поворачивать голову или отводить глаз от объекта угрозы.

3.4.1. Определение характера угрозы (опасности).

При определении характера угрозы целесообразно не пользоваться закодированными словами, а называть всё своими именами. Кроме того,

необходимо сформулировать взаимосогласованные термины для систематизации характера угрозы:

- предметы, которые держат в руках (оружие, нож, дубинка, кирпич, бутылка и т.д.);

- объекты, находящиеся на определенном расстоянии (автомашина, грузовик, мотоцикл, люди, мужчина, женщина, окно, балкон, дверной проем и т.д.);

- предметы в воздухе (любая летящая вещь должна обозначаться как команда «воздух»). Те, кто слышит слово «воздух», уже знают, что угрозу представляет летящий предмет. Исключением является слово «граната».

3.4.2. Местоположение угрозы (опасности).

Для того чтобы обозначить местоположение угрозы для других сотрудников физической защиты принято использовать систему «циферблата часов». При применении системы «циферблата часов» направление движения защищаемого лица указывает всегда на 12 часов.

При определении угрозы ее направление дается как час циферблата часов, показан на рисунке 1. Таким образом, команда «Оружие, 3 часа» означает, что угроза находится справа под углом 90 градусов от защищаемого лица команда: «Нож, 6 часов» указывает, что угроза находится сзади от защищаемого лица и так далее. Каждый сотрудник физической защиты, воспринимая информацию о месте угрозы, должен сопоставить ее со своим положением относительно защищаемого лица.

Система «циферблата часов» для определения местоположения угрозы.

Сочетая слова, определяющие характер угрозы и систему «циферблата часов» для обозначения местоположения угрозы, можно быстро и точно делать краткие, но конкретные предупреждения о возникновении опасности.

3.4.3. Обозначение угрозы по высоте.

Для обозначения местоположения угрозы по высоте используется система Рис. 1

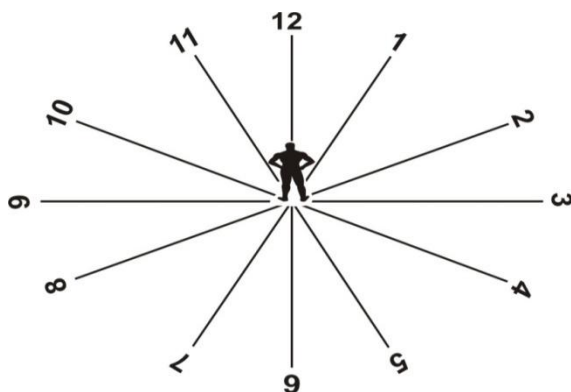


Рис. 1

В которой рост человека рассматривается в качестве исходного уровня. Любая угроза выше исходного уровня обозначается «выше», любая угроза ниже этого уровня - командой «ниже», показано на рисунке 2.



Рис. 2

Уровни высоты, используемые в системе «циферблата часов» для определения местоположения угрозы.

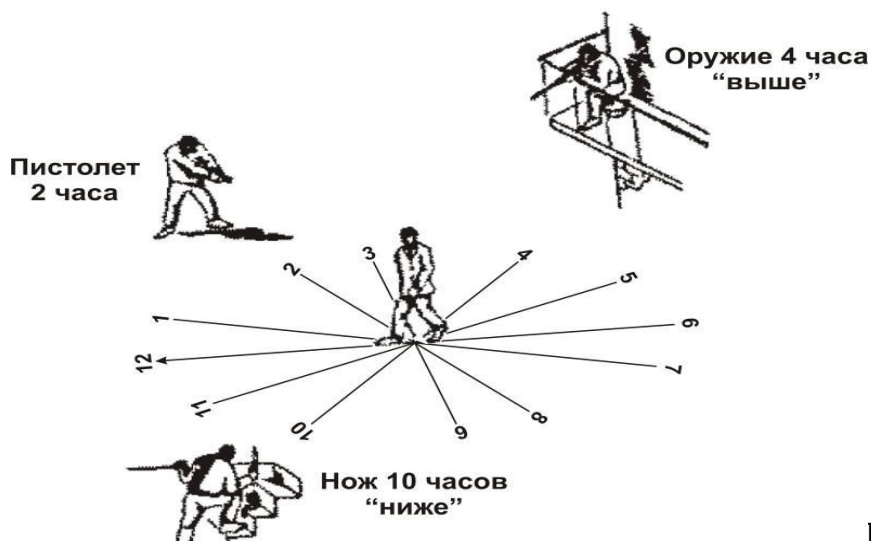


Рис. 3

Терминология, используемая для обозначения характера угрозы, порядок определений местоположения угрозы по «циферблату часов» и по высоте составляют систему четкого и краткого целеуказания, как показано на рисунке 3. Указание местоположения угрозы при помощи голоса.

3.4.4. Определение наличия угрозы (опасности).

Определение наличия опасности является одной из наиболее сложных задач для сотрудников физической защиты, обеспечивающих безопасность защищаемого лица.

Механизм определения наличия угрозы условно можно разделить на 3 фазы:

- наблюдение;
- оценка обстановки;
- решение на порядок действия.

В реальной ситуации после определенной тренировки эти фазы сливаются в одну, так как определение наличия угрозы фактически должно происходить мгновенно.

Наблюдение.

Наиболее эффективным при ведении наблюдения является панорамный метод обзора. Он включает в себя ведение наблюдения по зонам отдаленности от защищаемого лица.

Дальняя зона: Необходимо попытаться определить места возможных укрытий противника (узкие проходы, углы, окна, дверные проемы). Если место укрытия обнаружено, следует продолжать наблюдать за ним, используя панорамный метод обзора по мере продвижения к нему.

Средняя зона: Необходимо следить за любым человеком или предметом, который приближается или может приблизиться к объекту защиты, следить за любым движением по направлению к защищаемому лицу.

Ближняя зона: Необходимо составить общее впечатление о каждом человеке (внешний вид, положение тела, выражение лица) и конкретно обратить внимание на положение рук.

Исключительно важно, чтобы сотрудник физической защиты пользовался панорамным методом обзора, вместо того, чтобы беспорядочно переводить взгляд с одного человека на другого. Панорамный метод обзора позволяет сотруднику уловить «ритм» окружающей обстановки и выделить любое лицо, выпадающее из этого «ритма». Если в поле зрения обнаружен подозрительный человек, не следует смотреть на него пристально. Если сотруднику необходимо получить дополнительную визуальную информацию, он должен смотреть «поверх» или «в сторону» от этого человека, с тем, чтобы не вызывать у него подозрения, что он находится под наблюдением. Тщательное рассматривание любого человека должно занимать не более двух секунд.

При ведении наблюдения необходимо сосредоточить внимание на том, что указывает на наличие скрытого ношения оружия, на телодвижения этого человека, объекте его внимания и его руках.

Оценка обстановки.

В то время как глаза продолжают осуществлять пристальное наблюдение, собранная и поступившая в мозг информация должна оперативно анализироваться и оцениваться. Необходимо сконцентрировать своё внимание только на тех вещах, которые могут представлять собой угрозу для защищаемого лица:

- «Что это за тень в дверном проеме?»
- «Почему этот мужчина выглядит сердитым?»
- «Собака без поводка в 15 метрах отсюда!»
- «Сейчас жарко, а человек одет в теплую куртку?»

Возникающие вопросы должны быть быстро оценены. В некоторых случаях такие вопросы вызывают необходимость сообщить что-либо другим сотрудникам физической защиты. Может так же возникнуть необходимость получить дополнительную информацию и, возможно, поставить дополнительные вопросы. При оценке дополнительной информации потребуется принятие решения на действия в пределах следующих 3-5 секунд.

Решение на порядок действий.

На базе анализа ситуации делаются выводы о возможной угрозе, что является основой для принятия решения на действия по обеспечению безопасности защищаемого лица.

Механизм принятия решения:

1: Информация: «Сзади меня идёт шумная группа лиц».

Угроза: Они могут причинить ущерб защищаемому лицу.

Варианты защиты:

- жестом направить группу в сторону от защищаемого лица,
- жестом предложить остановиться;
- занять положение, вынуждающее группу изменить направление движения и обойти защищаемое лицо;
- остановить группу с помощью физического воздействия.

Дополнительная визуальная информация: группа лиц - подростки, двигаются медленно, улыбаются, видят меня.

Решение на действие: слегка изменить позицию (ближе к защищаемому лицу) и жестом направить подростков в сторону от защищаемого лица.

2: Информация. «Собака, не на привязи, впереди на расстоянии 15 метров».

Угроза: собака может напасть, укусить, залаять или зарычать. Объект защиты может столкнуться с собакой, упасть (при обычной темпе ходьбы 15 метров будут пройдены за 5 секунд).

Варианты защиты:

- замедлить движение, чтобы собака могла уйти;
- остановиться, чтобы собака могла уйти;
- твердым голосом приказать собаке: «Домой» (это часто действует);
- слегка изменить позицию и направить объект защиты в сторону от собаки;
- занять позицию между собакой и защищаемым лицом и сохранять ее до тех пор, пока собака не останется сзади.

Дополнительная визуальная информация: собака весом 25-30 кг с обрывком веревки на ошейнике. Собака идет к машине, обнюхивая землю.

Решение на действие: слегка замедлить движение, изменить позицию и направить защищаемое лицо в сторону от собаки. Занять позицию между собакой и объектом защиты и сохранять ее до тех пор, пока собака не останется позади.

Приведенные примеры дают представление о механизме принятия решения на действие по обеспечению безопасности защищаемого лица. Скорость принятия решения и выбор наиболее оптимального решения чаще всего зависят от опыта работы в данной сфере.

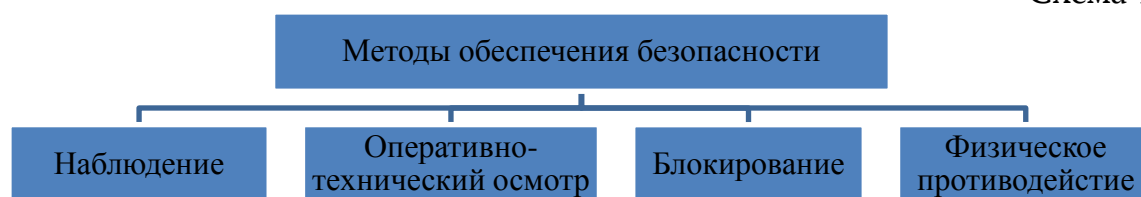
Понимание языка жестов и мимики.

В практике обеспечения безопасности защищаемых лиц сотрудникам физической защиты необходимо знать язык жестов для того, чтобы по жестам, манере поведения, мимике и т.д. определять состояние окружающих людей и на этой основе определять степень опасности.

3.5. Способы обеспечения безопасности защищаемых лиц.

При обеспечении безопасности защищаемых лиц сотрудники физической защиты используют следующие методы, показаны на схеме 9.

Схема 9



Блокирование.

Сущность блокирования заключается в расположении преграды или создании условий, при которых теряется зрительный контакт нападающей стороны с объектом нападения. Блокирующие действия делятся на два основных вида – **визуальное** и **физическое**.

Визуальное блокирование.

При визуальном блокировании создаются условия, которые способствуют потере визуального контакта нападающей стороны с объектом нападения. При визуальном блокировании может использоваться:

- имитация броска или бросок, какого - либо предмета в сторону противника;
- осветительные приборы с целью ослепления противника;
- изменение размеров защищаемого лица путем его наклона или перевода в положение лежа;
- одинаковые тона и фасон одежды защищаемого лица и сотрудников физической защиты.

Физическое блокирование.

Под физическим блокированием понимается создание физического препятствия между противником и защищаемым лицом. При физическом блокировании применяется:

- быстрое смыкание сотрудников физической защиты вокруг защищаемого лица;

- продвижение через большое скопление людей плотным кольцом;
- нейтрализация оружия.

Быстрое смыкание сотрудников физической защиты вокруг защищаемого лица.

В случае нападения на защищаемое лицо, сотрудники физической защиты, находящиеся ближе других к нему, должны схватить его за руки, плечи и пригнуть его к земле или сбить с ног. При этом они должны быть обращены лицом к защищаемому лицу. Удерживая объект защиты в согнутом положении, они должны вплотную приблизиться к нему, прикрывая его верхней частью тела. При этом, сотрудники физической защиты не должны поворачивать голову в сторону нападающего, а должны смотреть на защищаемое лицо и далее, обозревать зону перед собой. Сотрудник физической защиты, стоящий лицом к противнику, должен оценить ситуацию на данный момент, выбрать целесообразное направление движения и увести группу из опасной зоны.

Продвижение плотным кольцом через большое скопление людей.

Если нападение произошло в месте большого скопления людей, сотрудники физической защиты должны быть готовы к тому, чтобы отстранять бегущих в панике людей, одновременно прикрывая защищаемое лицо. В такой ситуации целесообразно передвигаться плотным кольцом. Каждый из сотрудников (желательно не менее трех) кладет руки на плечи стоящих по обе стороны от него сотрудников. Таким образом, образуется плотное кольцо. Или двое сотрудников одной или двумя руками держат защищаемое лицо. Сотрудник, находящийся позади объекта защиты, выступает в роли впередсмотрящего и выводит группу по менее опасному маршруту. Сомкнутые руки улучшают стабильность продвижения группы и мешают толпе приблизиться к защищаемому лицу или оттеснить от него сотрудников физической защиты.

Нейтрализация оружия.

Если оружие в пределах досягаемости сотрудника физической защиты, то сначала он должен занять такое положение, чтобы создать визуальное или физическое блокирование, а затем действовать против оружия, а не лица, его применяющего. При этом задача состоит в том, чтобы крепко схватить оружие или руку нападающего, держащую оружие, отвести ее в сторону от защищаемого лица и при первой возможности попытаться нанести удар рукой, ногой или коленом в болевую точку, нарушив тем самым позицию, которую занял противник для атаки.

Физическое противодействие.

Сущность физического противодействия заключается в отражении нападения на защищаемое лицо и нейтрализации противника. В зависимости от степени угрозы физическое противодействие может проводиться:

- с использованием физической силы;
- с использованием средств активной обороны;
- с использованием огнестрельного оружия.

При выборе того или иного способа физического противодействия сотрудник физической защиты должен оценить:

Схема 10



В любом случае сотрудник физической защиты должен применять адекватные действия в отношении нападающей стороны, с целью не только обеспечить безопасность защищаемого лица, но и нейтрализовать противника.

Огнестрельное оружие применяется как крайняя мера и только тогда, когда степень угрозы очень велика, например, когда противник угрожает

оружием, замахнулся для нанесения удара ножом или другим предметом и нет времени на применение других способов физического противодействия.

При любых обстоятельствах применение физической силы, специальных средств или огнестрельного оружия должно осуществляться в строгом соответствии с Законом «О полиции».

Следует обратить внимание еще на один факт, что в ходе физического противодействия, когда сотрудник физической защиты вступает в контакт с окружающими:

- не затрагивающий правовые отношения;
- затрагивающий правовые отношения.

Команды, подаваемые голосом, с просьбой к окружающим выполнить то или иное действие, не затрагивают правовых отношений.

Использование физической силы, специальных средств и оружия, которое ведет к ограничению конституционных прав граждан, затрагивает правовые отношения. Поэтому сотрудники физической защиты должны знать и соблюдать законные права граждан и действовать в соответствии с законом.

3.5.2. Порядок действий сотрудников физической защиты при внезапном нападении.

Порядок согласованных действий сотрудников зависит от:

- условий местности, где произошло нападение;
- степени угрозы.

В зависимости от условий местности, в которых совершено нападение, сотрудники должны предпринимать действия для физической и визуальной защиты защищаемого лица. Условия местности определяют порядок действий и перемещений сотрудников. Для эвакуации защищаемого лица с линии огня используются особенности строений:

- подъезды, проходы, подвалы и т.д.;
- рельеф местности (ямы, канавы и т.д.), зеленые насаждения (деревья, кустарники и т.д.);

- транспортные средства.

При сопровождении защищаемого лица основной задачей является выявление потенциальной угрозы путём ведения наблюдения.

Определение степени угрозы является наиболее сложной задачей сотрудников физической защиты, потому что решение на выбор того или иного способа противодействия, зависит именно от того, насколько правильно была определена угроза в отношении защищаемого лица.

При определении степени угрозы (опасности) следует учитывать:

- дистанцию (расстояние) до противника;
- вид оружия, применяемого противником.

Следует помнить, что в первую очередь нейтрализуются лица, представляющие реальную опасность, то есть те, которые вооружены огнестрельным оружием и находятся ближе к защищаемому лицу. Особенно следует подчеркнуть, что решение на применение оружия принадлежит лично сотруднику физической защиты. Только он, определив степень угрозы, в считанные доли секунды предпринимает действия на отражение нападения с использованием различных имеющихся у него средств.

Во всех случаях действия должны быть направлены на:

- увод защищаемого лица с линии огня;
- визуальное, физическое блокирование защищаемого лица;
- отражение нападения;
- эвакуация защищаемого лица из зоны (района) нападения.

Увод защищаемого лица с линии огня (атаки) противника.

Эту задачу всегда выполняет сотрудник, который находится рядом с защищаемым лицом. Он же является старшим группы сопровождения. Увод с линии огня защищаемого лица может производиться толчком, сбиванием с ног, с использованием различных искусственных и естественных препятствий и заграждений.

Визуальное и физическое блокирование.

Эту задачу выполняют сотрудники группы сопровождения. Цель данного маневра - потеря визуального контакта противника с защищаемым лицом. Маневр связан с перемещениями сотрудников группы физической защиты перед противником и защитой объекта путем его прикрытия своим телом. При этом следует защищать наиболее жизненно важные органы объекта. Прикрытие защищаемого лица производит старший группы, он же контролирует зону, противоположную направлению атаки.

Отражение нападения.

В зависимости от степени угрозы сотрудники группы сопровождения отражают нападение с использованием различных средств, сопоставляя свои действия с конкретной обстановкой. Затем смыкаются вокруг защищаемого лица и контролируют зону вокруг него.

Эвакуация защищаемого лица.

После смыкания сотрудники физической защиты уводят защищаемое лицо в безопасную зону. Эвакуация производится либо маневром «кольцо (квадрат)», либо два сотрудника берут объект защиты под руки и за плечи, пригибают его и следуют за впереди идущим сотрудником, контролируя зону вокруг - каждый в своем секторе.

3.6. Учебно-боевая практика.








Поединки, моделирующие ситуации пресечения сопротивления правонарушителей.

Поединки или специальные задания, имитирующие типовые ситуации пресечения сопротивления правонарушителей, в том числе их активное и пассивное неповиновение.

Комплексные задания, моделирующие поиск (выявление угрозы), блокирование, отход в безопасное место для дальнейшего передвижения.

Далее будут показаны схемы использования движения групп, в случае возникновения угрозы нападения на охраняемое лицо.

Условные обозначения:

-  - сотрудник ФЗ;
-  - защищаемое лицо;
-  - нападающая сторона;
-  - направление прямолинейных движений;
-  - движение с поворотом кругом через левое (правое) плечо;
-  - сектор наблюдения (стрельбы);
-  - направление увода защищаемого лица из опасной зоны.

Порядок действий при сопровождении защищаемого лица двумя сотрудниками.

Нападение с фронта.

Сотрудник №1 (старший):

- в зависимости от расположения, по отношению к защищаемому лицу, с шагом левой (правой) ногой вперед в сторону, быстро достаёт табельное оружие (при необходимости);
- с шагом другой ноги сбивает (толкает) плечом или рукой защищаемое лицо в сторону;
- закрывает защищаемое лицо своим телом и контролирует зону, противоположную направлению нападения;
- поддерживает визуальный контроль над защищаемым лицом и находится в готовности к применению оружия (при необходимости).

Защищаемое лицо:

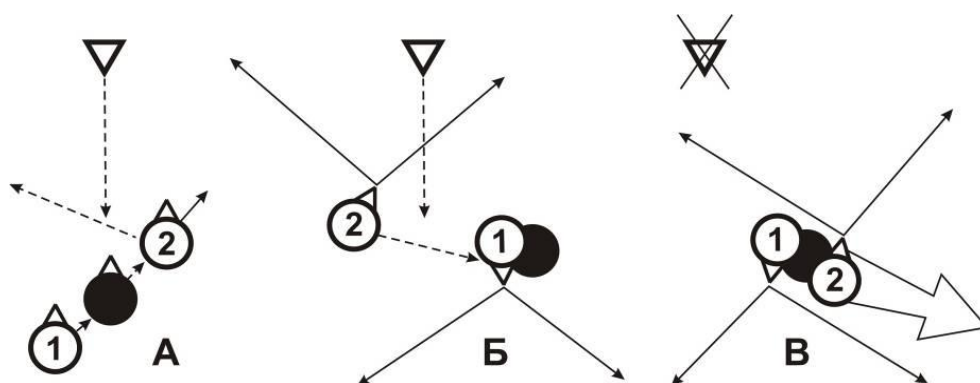
- по сигналу (толчку) делает 2-3 шага вперед в сторону и принимает положение сидя (лежа);
- в дальнейшем действует по командам сотрудника №1;
- перемещается в согнутом положении.

Сотрудник №2:

- подает сигнал тревоги;
- одновременно быстро достаёт оружие и делает движение вперед в сторону перед фронтом защищаемого лица;

- принимает положение для стрельбы, стоя (широкая фронтальная стойка), отражает нападение;
- перемещается к защищаемому лицу и закрывает его, контролируя зону с фронта;
- подает команду на движение в безопасном направлении.

Схема 11



Порядок действий двух сотрудников при нападении с фронта.

Нападение с правого фланга.

Сотрудник №1:

- с шагом левой ноги вперед правой рукой захватывает защищаемое лицо;
- с движением туловища и правой руки вправо вниз сбивает защищаемое лицо в сторону, противоположную нападению;
- накрывает защищаемое лицо, принимает положение для стрельбы (при необходимости), контролирует зону, противоположную направлению нападения;
- следит за защищаемым лицом, подает команды на движение в безопасном направлении.

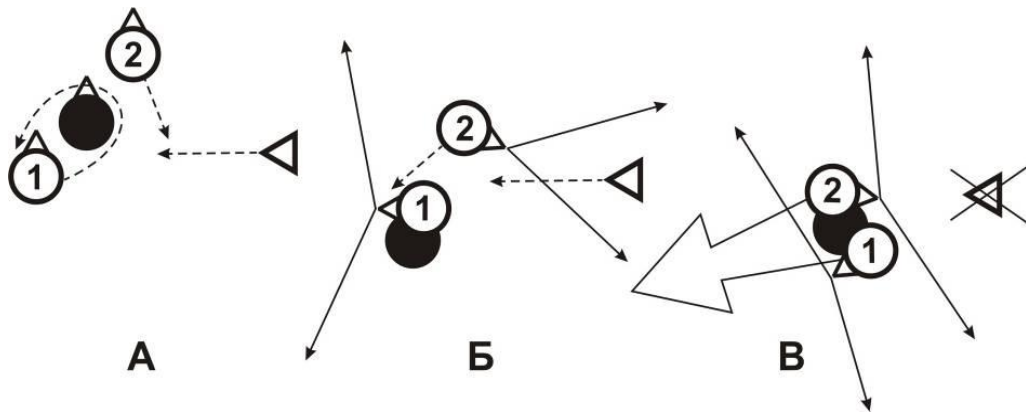
Защищаемое лицо:

- принимает положение сидя (лежа),
- выполняет команды сотрудника №1;
- перемещается в согнутом положении.

Сотрудник №2:

- подает сигнал тревоги, совершает маневр перед фронтом защищаемого лица;
- принимает положение для стрельбы, стоя (широкая фронтальная стойка), отражает нападение и перемещается к защищаемому лицу.

Схема 12

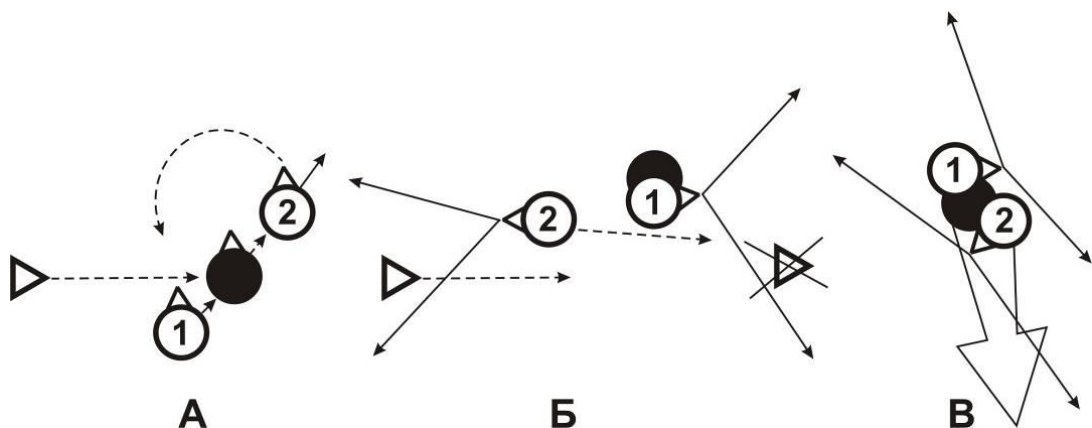


Порядок действий двух сотрудников при нападении с правого фланга.

Нападение с левого фланга.

Сотрудники №1, №2 и защищаемое лицо действуют аналогично (зеркально) ситуации, рассмотренной выше.

Схема 13



Порядок действий двух сотрудников при нападении с левого фланга.

Нападение с тыла.

Сотрудник №1:

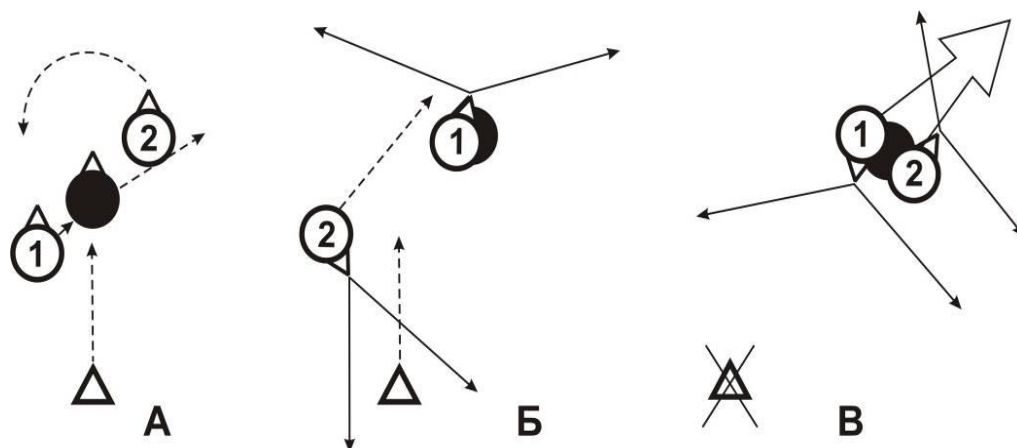
- с шагом левой (правой) ноги вперед с движением корпуса сбивает защищаемое лицо левой (правой) рукой вперед влево (вправо);
- накрывает защищаемое лицо, принимает положение для стрельбы, стоя (при необходимости);
- контролирует зону перед собой;
- следит за защищаемым лицом, подает команду на движение.

Защищаемое лицо:

- принимает положение, сидя (лежа);
- выполняет команды сотрудника №1;
- передвигается в согнутом положении.

Сотрудник №2:

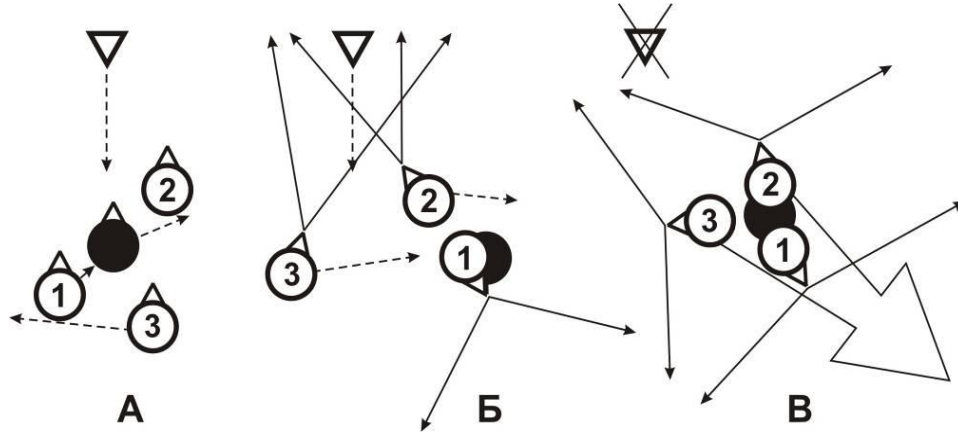
- выполняет маневр ухода с линии огня и с разворотом кругом, с одновременным доставанием оружия;
- принимает положение для стрельбы, стоя (широкая фронтальная стойка);
- отражает нападение и перемещается к защищаемому лицу;
- выполняет команды старшего группы.



Порядок действий при сопровождении защищаемого лица тремя сотрудниками.

Нападение с фронта.

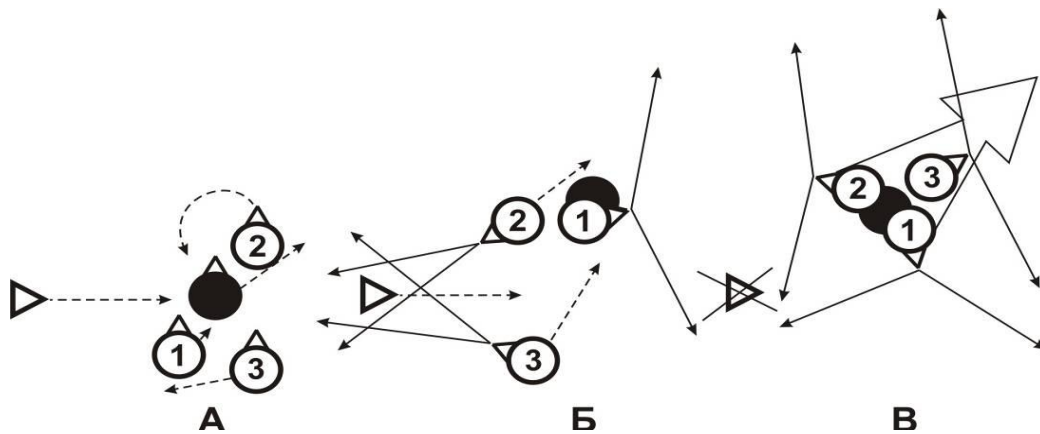
Схема 15



Порядок действий трех сотрудников при нападении с фронта.

Нападение с левого фланга «Угроза на 9 часов» показано на схеме 16.

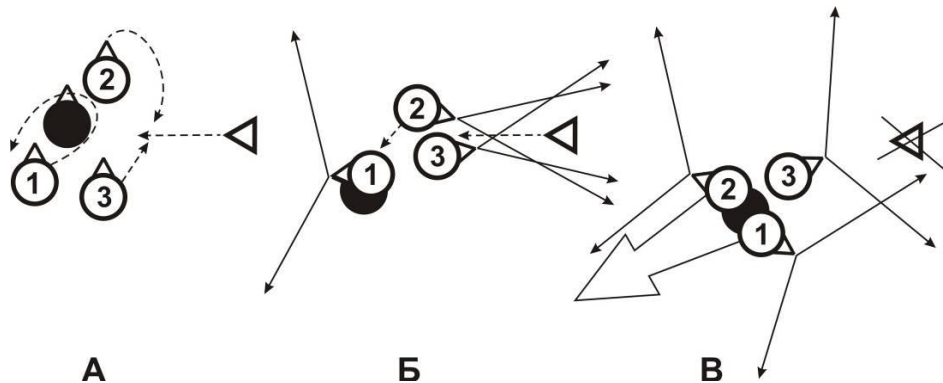
Схема 16



Порядок действий трех сотрудников при нападении с левого фланга.

Нападение с правого фланга.

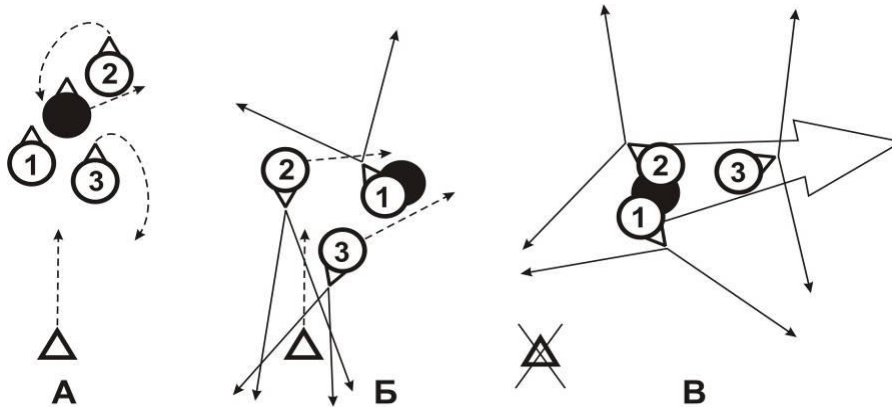
Схема 17



Порядок действий трех сотрудников при нападении с правого фланга.

Нападение с тыла.

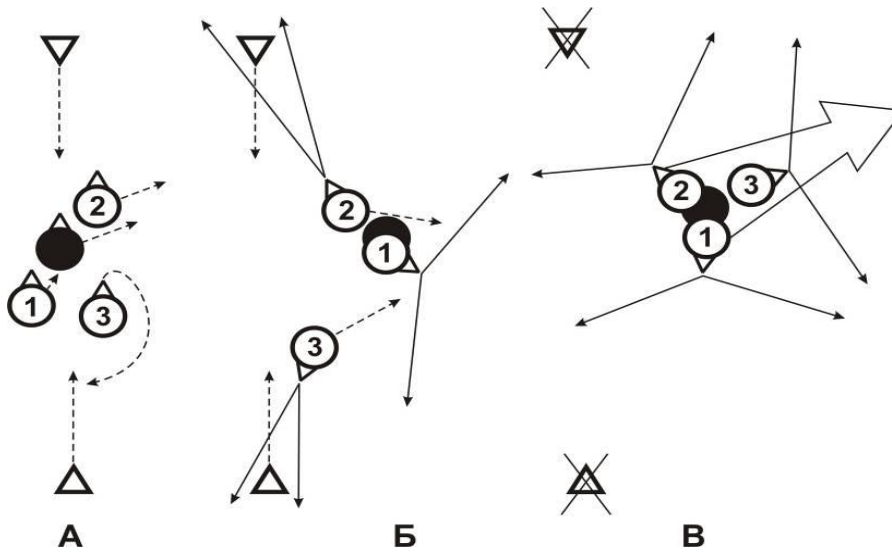
Схема 18



Порядок действий трех сотрудников при нападении с тыла.

Нападение с фронта и тыла одновременно.

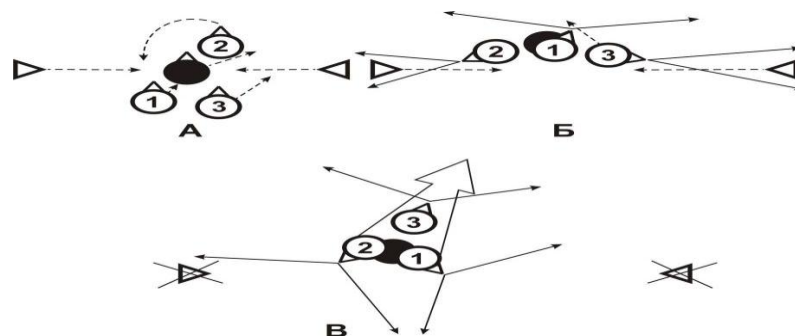
Схема 19



Порядок действий трех сотрудников при нападении с фронта и тыла.

Нападение с левого и правого фланга одновременно.

Схема 20



Порядок действий трех сотрудников при нападении с левого и правого фланга одновременно.

Защита от нападения с огнестрельным оружием на расстоянии 4-5 метров. Данный способ позволяет использовать при работе втроем на не большой площадке когда охраняемое лицо находится не близко к угрозе.

1 способ. Уход падением в бок с одновременным извлечением пистолета из кобуры и открытием огня по противнику (фото 1;2).

На счет «Раз»: Резко отвести вооружённую руку противника движение своей разноименной руки внутрь с одновременным поворотом туловища.



Фото. 1

Фото. 2

На счет «Два»: Захватив запястье противника разноименной рукой, сильно ударить основанием ладони своей одноименной руки в тыльную сторону кисти противника, стремясь выбить оружие. Независимо от того выбито оружие или нет, захватить запястье руки противника обеими руками и провести рычаг руки внутрь с дожимом кисти.

На счет «Три»: Травмировать захваченную руку рычагом руки внутрь, пока противник не бросит оружия. Затем перейти на загиб руки за спину и подобрать оружие.

2-й способ. Уход падением на спину с одновременным извлечением пистолета из кобуры и открытием огня по противнику. Применяется, когда не имеет возможным уйти другими способами от случайной встречи (фото 4;5).



Фото. 4

Фото. 5

Сотрудники физической защиты или сотрудники личной охраны применяют данный багаж знаний, умений и навыков. По тематике были рассмотрены воздушные и наземные опасности в условиях мирной жизни и в условиях проведения специальной военной операции.

В данной главе рассмотрели тактические вопросы: теорию определения наличия угрозы (опасности) и способы обеспечения безопасности защищаемых лиц, и практический раздел это учебно-боевая практика, в котором рассмотрены ситуации, которые отрабатываются с группами на практических занятиях.

Как показывает практика подготовки сотрудников по данному направлению необходимо еще, и проводить инструктаж с охраняемым лицом и отработкой, хотя бы один раз по направлениям, это действия по посадке в автомобиль или в случае нападения на улице. Необходимо это, чтобы человек, которого охраняют, знал как себя вести в подобного рода ситуациях.

ГЛАВА IV ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ КАК ОСНОВНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ САМОЗАЩИТЫ СОТРУДНИКА

"Послушание, обучение, дисциплина, чистота, здоровье, опрятность, бодрость, смелость, храбрость – победа" (А.В. Суворов).

Тактика самозащиты в большей степени не может быть сведена к набору стандартных действий. Тактическое мастерство развивают поединки с двумя и большим количеством нападающих, а также ситуации, имитирующие вооруженное нападение правонарушителя на сотрудника полиции используя как холодное, так и огнестрельное оружие. Выбирая тактику самозащиты, следует учитывать такие факторы, как например: время года, состояние климатических условий, место и время нападения, количество нападающих и их физическое состояние, степень опасности нападения, уровень личной подготовленности.

4.1. Основы тактических действий.

1. Постоянно поддерживать высокую бдительность, общаясь с лицом вызывающим подозрения не отвлекаться даже в самой рядовой ситуации.

2. Особое значение имеет умение правильно оценить обстановку и применять правильные решения.

3. Всегда учитывать физические возможности правонарушителя.

4. Стараться занять безопасное положение.

5. Качественно планировать свои действия, следить за тем, чтобы от ваших действий не пострадали посторонние граждане.

6. Ослабить бдительность за счет отвлекающих действий.

7. Не доверять смирению правонарушителя, так как чаще всего оно является уловкой для неожиданного перехода к активному сопротивлению.

Все перечисленные тактические действия составляют тактическое мастерство сотрудника полиции. Тактическое мастерство формируется на практических занятиях, путем создания моделирующих ситуаций практической направленности деятельности сотрудника полиции.

В случае угрозы с применением короткоствольного огнестрельного оружия, необходимо для отвлечения внимания использовать абстрагирующие действия, показывающие подавленное состояние (испуг,

растерянность и т.п.) Не стоит в качестве отвлекающего фактора использовать следующие действия: бросание любого предмета находящегося в руках, загребающий бросок песка (почвы) носком обуви в лицо правонарушителя. Все перечисленные действия могут вызвать агрессию со стороны правонарушителя угрожающего оружием и привести к тяжелым последствиям.

Выполняя защитные действия от угрозы огнестрельным оружием в первую очередь необходимо по кратчайшему пути сместиться с линии направления ствола оружия, после чего провести захват руки с оружием. Осуществляя захват необходимо учитывать конструкцию оружия, технические возможности его подвижных частей во избежание получения травмы. Во время проведения защитных действий особое внимание уделять направлению ствола оружия. Не направлять ствол оружие на себя и в направление, где в случае выстрела могут пострадать третьи лица.

4.2.Тактические действия, обеспечивающие личную безопасность при выполнении оперативно-служебных задач.

В настоящее время прослеживается не только рост преступности, но и ее агрессия, учащаются случаи дерзких вооруженных нападений с применением, как холодного, так и огнестрельного оружия. Жертвами нападений становятся не только мирные граждане, но и сотрудники полиции. Зачастую сотрудник полиции, идя на задержание вооруженного правонарушителя, не может своими действиями обезопасить себя от нападения, что приводит в конечном итоге к получаемым сотрудником полиции ранениям. Данный факт связан не столько с профессиональным риском, сколько с нежеланием соблюдать нехитрые требования к мерам личной безопасности или их незнанием. Самонадеянность и пренебрежительное отношение к порядку действий, соблюдению дистанции приводят к ранениям и гибели сотрудников. На фоне происходящего, возникает злободневность вопроса личной безопасности сотрудника,

актуальность совершенствования и развития способов обеспечения личной безопасности, являясь первостатейной задачей в подготовке сотрудников полиции.

Одними из главных причин порождающих ранения и гибель сотрудников являются:

1. При возникновении ситуации связанной с задержанием вооруженного правонарушителя, сотрудники полиции самонадеянно отказываются от ношения средств индивидуальной защиты, игнорируют необходимость вооружаться табельным огнестрельным оружием в ходе задержания вооруженного правонарушителя;

2. Беззаботность в выборе места перед дверью помещения, где находится вооруженный огнестрельным оружием преступник;

3. Использование специальных средств, применение боевых приемов борьбы, угроза извлеченным табельным оружием в нарушении требований предусмотренных статьями 20, 21, 23 Закона РФ “О полиции”, что приводит к агрессивным действиям, сопровождающихся агрессивными поступками в отношении к сотрудникам правоохранительных структур;

4. Неправомерное поведение сотрудников полиции, выразившееся в употреблении ненормативной и жаргонной лексики, в не подтвержденных фактами обвинениях в совершении преступления или правонарушения, в оскорбительных и унижающих достоинство высказываниях, использование в разговоре угроз в расправе с использованием должностных полномочий, что служит раздражающими факторами и вызывает протест, неподчинение требованиям сотрудников полиции;

5. Проведение, не согласованных действий по задержанию преступника, освобождению находящихся у него заложников без подготовительных мероприятий, в отсутствии разрешения руководства и с нарушением алгоритма проведения специальных операций.

6. Медлительность руководства, дежурных служб не своевременно среагировавших на сообщение о помощи сотрудника, проводящего

задержание преступника или отражающего нападение вооруженного правонарушителя.

7. Несанкционированное нарушение порядка несение службы, выразившееся в уходе с постов охраны порядка, маршрутов патрулирования как пеших, так и авто патрулей, что приводит к несвоевременному оказанию помощи или в невозможности ее оказания;

8. В ходе осмотра помещений, где по предположениям укрываются разыскиваемые лица, сотрудники полиции проявляют халатность, беззаботность, поворачиваясь спиной к предметам мебели, без их досмотра, к темным местам в комнате, тем самым изначально ставят себя в невыгодное положение в случае нападения и провоцируют правонарушителя к активным атакующим действиям;

9. Прибыв на место, по сообщению о конфликтной ситуации связанной с дракой и входя в жилое помещение, сотрудник полиции игнорирует меры личной безопасности, проявляет халатность, своим самонадеянным поведением дает повод лицам, находящимся в состоянии аффекта к активным действиям, провоцируя их к нападению, не используя при этом стены и интерьер квартиры как прикрытие.

10. Неуверенность в своих действиях при применении физической силы и боевых приемов борьбы, не квалификационное использование спецсредств и огнестрельного оружия позволяет правонарушителю завладеть табельным оружием или специальными средствами и использовать против сотрудника полиции;

11. Не своевременное или неправильное применение боевых приемов борьбы при задержании правонарушителя и сопровождении правонарушителя, влечет за собой агрессивное поведение, активное сопротивление, направленное против действий сотрудника полиции;

12. Сотрудник полиции не своевременно, нечетко, и не убедительно представился и предупредил правонарушителя о применении им физической

силы, специальных средств или огнестрельного оружия, что приводит в итоге к трагическим обстоятельствам.

13. Сотрудник полиции со слабыми навыками или по своей самонадеянности не правильно использовал спецсредств сковывания движения, тем самым способствовал освобождению задержанного, спровоцировав его к нападению;

14. Осмотр местности, строения, помещения сотрудник полиции осуществляет в одиночном порядке без прикрытия сотрудников входящих в состав его полицейского наряда, тем самым проявляя халатность и инициируя правонарушителя к активным атакующим действиям с использованием фактора неожиданности;

15. Отсутствие взаимодействия, согласованности в действиях, отсутствие или несвоевременная поддержка, пренебрежительное отношение к подстраховке, провоцирует заминку в задержании правонарушителя и толкает его к активным мерам против сотрудника полиции, оставшимся один на один с преступником;

16. Растерянность сотрудника полиции столкнувшегося с нестандартной ситуацией, при обнаружении взрывного устройства на месте происшествия, не позволяет грамотно, лаконично подать команду сотрудникам своего наряда для укрытия себя и граждан, а также самому укрыться от осколков или взрывной волны за естественными преградами местности, улицы;

17. Ведение огня из табельного оружия в условиях тумана, темноты сотрудником полиции по плохо различимым передвигающимся целям, в некоторых случаях приводит к гибели других сотрудников либо граждан;

На основании вышеизложенного, становится понятным, что исходя из текущего момента в той или иной ситуации, соблюдение правил личной безопасности в разы не только повышает степень безопасности сотрудника при исполнении им служебных обязанностей, связанных с задержанием правонарушителя, выезде к месту происшествия по сообщению о

семейном скандале или драке, минимизирует желание правонарушителя к активному сопротивлению и снижает риск простых обывателей к получению травм, ранений в ходе проведения задержания полицейскими нарядами нарушителя общественного порядка и общественной безопасности.

Опасность и угроза понимаются, как слова синонимы, но разница между ними имеется. Угроза это стадия, при которой потенциальная опасность переходит в реальную стадию причинения различного ущерба.

Опасность можно разделить на следующие виды:

- а) потенциальная;
- б) мнимая;
- в) спровоцированная;
- г) реальная.

Любое общение с правонарушителем таит в себе опасность, которую непосредственно можно отнести к потенциальной опасности, скрывающей угрозу нападения, которое может привести к утрате табельного оружия, угрозе здоровья, а в худшем случае жизни. Это обстоятельство вырабатывает у сотрудника полиции высокую бдительность, осторожность в действиях, недоверие.

Мнимая, не существующая опасность, созданная самим сознанием сотрудника, не подтвержденная действиями и сложившимися обстоятельствами, что может привести к неправильному решению поставленной задачи, завышению значимости проблемы и повлечь обострение ситуации при контакте с правонарушителем.

Спровоцированная опасность, созданная самим сотрудником против себя, которая может вызвать тяжелые последствия. Возникает из-за нарушения законности самим сотрудником полиции, может выразиться в виде грубости, не справедливости, хамстве, жестокости, что в свою очередь может спровоцировать нападение со стороны других лиц.

Реальная опасность, содержит реальную угрозу жизни, здоровью сотрудника полиции. Угроза это - то условие, при которой сотрудник полиции должен действовать незамедлительно, принимать грамотные решения в наикратчайший временной срок.

Опасность является определяющим признаком для выделения особой группы ситуаций служебной деятельности, то есть опасных ситуаций.

В терминологии используются понятия: «экстремальные ситуации», «чрезвычайные ситуации». Но не каждая экстремальная ситуация является опасной для жизни и здоровья сотрудников полиции. Понятие «чрезвычайная ситуация» преимущественно связывается с деятельностью ОВД в условиях стихийного бедствия, катастрофы или ведения военных действий. В опасной ситуации создается реальная угроза жизни и здоровью сотрудников ОВД.

К числу распространенных опасных ситуаций в деятельности сотрудников ОВД следует отнести:

- преследование и задержание вооруженных преступников;
- побег правонарушителей из-под стражи с применением насилия в отношении охраны или конвоя;
- нападение на сотрудников полиции с целью завладения огнестрельным оружием;
- активное физическое сопротивление сотрудникам полиции и др.

Каждый случай насильственной смерти или ранение сотрудника полиции - это трагедия: семейная, служебная, общественная. Нередко уходят из жизни молодые, здоровые, полные сил и энергии люди.

Практика показывает, что чаще всего риску нападения подвергаются сотрудники полиции общественной безопасности, участковые инспектора полиции, оперуполномоченные УР, сотрудники ДПС ГИБДД, Росгвардии.

Личная безопасность представляет собой систему правовых, защитных, тактических и психологических мер, позволяющих обеспечить сохранение жизни и здоровья сотрудников органов внутренних дел при условии поддержания высокого уровня эффективности профессиональных действий.

Личная безопасность сотрудника органов внутренних дел основывается на достаточном уровне профессиональной подготовленности, предполагающем также владение безопасными методами труда, сформированной личностной установкой на выживание, психологических качествах, позволяющих адекватно оценивать обстановку, принимать быстрые и правильные решения и не терять самообладания в опасных ситуациях.

4.3. Защитные действия с использованием вариативной техники обезоруживания правонарушителя вооруженного пистолетом.

1. Пресечение действий при угрозе пистолетом спереди в упор.

Ассистент направляет пистолет (макет пистолета) спереди в упор к голове или в область груди (фото 1). По команде «прием» поднимая обе руки вверх целесообразно выполнить уход с линии направления ствола (фото 2), делая шаг левой ногой вперед - влево и захватить руку ассистента в районе кисти, исключая возможность ее движения (фото 3). После нанести расслабляющий удар ногой (фото 4), и, отставляя ударную ногу назад в сторону, повернуться вправо для проведения скручивания руки внутрь (фото 5) либо отставляя левую ногу назад в сторону, повернуться влево и провести скручивание руки наружу. Дожимая кисть вооруженной руки противника обезоружить его (фото 6) и перейти к загибу руки за спину, произвести имитацию подбора пистолета и сопроводить противника в подконтрольном положении 3-4 шага с подачей команд в подконтрольном положении: "Левую руку за голову, голову влево, с левой ноги шагом марш!".



Пресечение действий при угрозе пистолетом сзади в упор

Ассистент направляет пистолет (макет пистолета) сзади в упор к голове или в спину (фото 7;8). По команде «прием» поднимая обе руки вверх целесообразно выполнить уход с линии направления ствола, разворачиваясь одновременно через плечо, отбить вооружённую руку в сторону. Захватить вооружённую руку ассистента в районе кисти, исключая возможность ее движения, после нанести расслабляющий удар ногой либо рукой и отставляя ударную ногу назад в сторону, повернуться для проведения скручивания руки внутрь (фото 9;10) либо отставляя левую ногу назад в сторону, повернуться влево и провести скручивание руки наружу. Дожимая кисть вооружённой руки противника обезоружить его и перейти к загибу руки за спину, произвести имитацию подбора пистолета и сопроводить противника в подконтрольном положении 3-4 шага с подачей команд в подконтрольном

положении: "Левую руку за голову, голову влево, с левой ноги шагом марш!".

«ВАРИАНТ СКРУЧИВАНИЕМ (РЫЧАГОМ) РУКИ ВНУТРЬ»



Пресечение действий при попытке достать оружие из нагрудного кармана.

По команде «прием» ассистент вооруженный пистолетом имитирует попытку извлечения огнестрельного оружия (макета) из нагрудного кармана (фото 11). Незамедлительно выполнить левой ногой шаг вперед, одновременно захватывая правую руку ассистента (фото 12). Обозначить ногой расслабляющий удар (фото 13), и отставляя ударную ногу назад в сторону, повернуться направо, провести скручивание руки внутрь (фото 14) либо отставляя левую ногу назад в сторону, повернуться влево и провести

скручивание руки наружу. Дожимая кисть вооружённой руки ассистента обезоружить его и перейти к загибу руки за спину, произвести имитацию подбора пистолета и сопроводить его в подконтрольном положении 3-4 шага с подачей команд в подконтрольном положении: "Левую руку за голову, голову влево, с левой ноги шагом марш!".



Пресечение действий ассистента при попытке обезоружить (изъять оружие из кобуры) при подходе спереди.

По команде «прием» ассистент выполняет имитацию обезоруживания (изъятия) пистолета из кобуры при подходе спереди (фото 15). Незамедлительно захватить правой рукой кисть ассистента, а левой за предплечье для дальнейшего осуществления скручивания руки внутрь (фото 16). Обозначить ногой расслабляющий удар, и, отставляя ударную ногу назад

в сторону, повернуться для проведения скручивания руки внутрь (фото 17;18). В случае завладения ассистентом оружия дожимая кисть вооружённой его руки обезоружить и перейти к загибу руки за спину, произвести имитацию подбора пистолета и сопроводить в подконтрольном положении 3-4 шага с подачей команд в подконтрольном положении: "Левую руку за голову, голову влево, с левой ноги шагом марш!".



Пресечение действий ассистента при попытке обезоружить (изъять оружие из кобуры) при подходе сзади.

По команде «прием» ассистент выполняет имитацию обезоруживания (изъятия) макета пистолета из кобуры при подходе сзади (фото 19). Незамедлительно захватить правой рукой кисть ассистента, исключая попытку изъять огнестрельное оружие (фото 20), а левой рукой с разворотом корпуса в сторону ассистента, обозначить расслабляющий удар локтем в область его подбородка (фото 21). Разрешается обозначить расслабляющий удар затылочной частью головы, подошвенной частью ноги, либо ударом прямой руки в пах. После чего отставляя правую ногу назад в сторону, повернуться направо, и провести скручивание руки внутрь (фото 22;23). В случае завладения ассистентом оружия дожимая кисть вооружённой его руки, обезоружить и перейти к загибу руки за спину, произвести имитацию подбора пистолета и сопроводить в подконтрольном положении 3-4 шага с подачей команд в подконтрольном положении: "Левую руку за голову, голову влево, с левой ноги шагом марш!".



На практике существует много способов защитных действий от угрозы огнестрельным оружием. Ниже рассмотрим ряд ситуаций и защитных действий от угрозы пистолетом в упор используя вариативную технику.

Все функциональные задачи, возложенные на сотрудника полиции должны выполняться в различных ситуациях, как в повседневных условиях несения службы, так и в экстремальных, когда присутствует фактор угрозы жизни или здоровья.

Деятельность по обеспечению правопорядка насыщена различными ситуациями где может произойти все, что угодно вплоть до вооруженного нападения на сотрудника полиции.

Обучение защитным действиям от угрозы нападения с огнестрельным оружием должно складываться из нескольких сфер. Это физическая, психическая и интеллектуальная сфера. Сам процесс обучения должен быть творческим, а действия быть логически обдуманными. Во время обучения приемам обезоруживания ряд слушателей относиться к учебному материалу небрежно, надеясь на то, что с ними этого не случиться. Эта самоуверенность может привести к гибели сотрудника в экстремальной ситуации.

Приведенная техника защиты от нападения правонарушителя вооруженного огнестрельным оружием служит дополнительным арсеналом знаний и базируется на других способах, не предусмотренных в Наставлении по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации, рассматривается с точки зрения возникающих ситуаций в реальной обстановке.

4.4. Защитные технико-тактические действия при отражении нападения правонарушителя вооруженного холодным оружием.

Правонарушителями при рукопашной схватки, на практике часто стали использоваться различные виды холодного оружия, а также различные предметы.

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

В ситуациях, когда правонарушитель угрожает холодным оружием, в качестве маневра, отвлекающего внимание, можно использовать мимику лица, выражение глаз, голос, в зависимости, от сложившейся обстановки придав ему различные интонации (оклик несуществующего за спиной нападающего товарища, радостный открытый взгляд со вздохом облегчения или плаксивости). Убедившись, что ситуация позволяет провести задуманные действия по обезоруживанию и задержанию, выполнить их.

Нож является одним из наиболее опасных и часто применяемых орудий нападения. При атаке на ближней и средней дистанциях нож обладает большой поражающей способностью, позволяет наносить колющие и режущие удары в любом направлении, а также обушком в зависимости от конструкции ножа.

При защите от нападающего вооруженного ножом следует проявлять осторожность, поддерживать дистанцию, следить за направлением и глубиной колющих выпадов, не допускать контакта с режущей поверхностью клинка, следует воспользоваться благоприятными моментами, когда противник не готов к противодействию, по возможности использовать подручные средства.

Приемы борьбы с противником, вооруженным ножом, включает в себя: упреждающие, опережающие действия противника; атакующее инициативные, наступательные действия, используемые в поединке; защитные действия.

Упреждающие действия могут быть в виде ударов в уязвимые места и болевых приемов. Атакующие действия осуществляются практически теми же ударами, что и упреждающие действия, а при особо благоприятных условиях и болевыми приемами.

Защитные действия от ударов ножом могут быть пассивные, после которых не выполняются ответные действия, и активные, после которых используются в качестве ответных действий удары и боевые приемы. При этом необходимо учитывать, что блоки и подставки незащищенной рукой в сторону клинка могут привести к серьезным порезам, поэтому защиту безопасней проводить с помощью уходов, отскоков и отбивов вооруженной руки.

При защите от ударов ножом следует обратить внимание на следующие моменты:

- правонарушитель держит в руке нож лезвием со стороны большого пальца, который находится над указательным, в этом случае вероятность удара ножом может быть снизу или сбоку (фото 1)

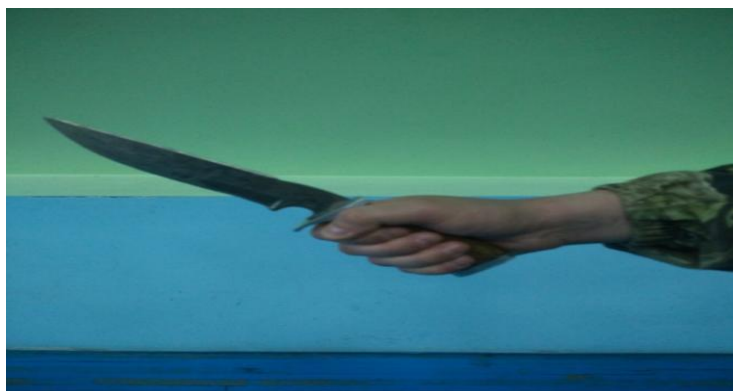


Фото 1

- если правонарушитель нож обращен лезвием со стороны мизинца, то вероятность удара может быть сверху или наотмашь (фото 2)



Фото 2

- если правонарушитель удерживает нож лезвием со стороны большого пальца и большой палец расположен на рукоятке ножа, то могут быть нанесены колющие удары прямо (тычком), сбоку или режущие сбоку и наотмашь (фото 3).



Фото 3

Защитные действия от нападения правонарушителя вооруженного ножом.

Встреча лицом к лицу с вооруженным правонарушителем - очень сильный психологический момент рукопашного боя, особенно если она произошла неожиданно. У безоружного сотрудника могут возникнуть неблагоприятные для него психические состояния, такие, как страх, растерянность, напряженность и другие.

К обучению приемам обезоруживания правонарушителя приступают после того, как обучающиеся освоят все изготровки к бою, защиты руками, удары ногами и руками, болевые приемы и броски, а также приемы самостраховки. В противном случае данные двигательные действия обучаемые будут искажать, появится неуверенность в выполнении приемов обезоруживания и на тренировке они не смогут импровизировать действия, необходимые в реальных условиях.

Основным методом в обучении является метод упражнения с ассистентом, вооруженным макетом холодного оружия, а в дальнейшем для

воспитания уверенности в собственных силах и относительно настоящим оружием.

Особое внимание обучаемых в процессе разучивания обращается на сознательное выполнение всех основных действий: отбивов (отводов) оружия, уходов из зоны поражения, захватов вооруженной руки, ответных контратакующих действий, с помощью которых производится обезоруживание.

При выполнении приема по разделениям обучаемые должны усвоить очередность двигательных актов, каждым из которых они предварительно уже овладели. Поэтому лишних разделений, не свойственных двигательному действию, допускать нельзя, и руководитель при подаче распоряжений и команд это должен учитывать. Подавая распоряжения, он должен определять действия, как ассистента, так и обучаемого. Например: «На счет "раз" ассистент наносит удар ножом сверху, обучаемый, с шагом вперед выполняет защиту подставкой вверх левой рукой. По команде: «Делай - РАЗ»; проверяет правильность действий; затем подает команду «Делай - ДВА» - обучаемый захватывает правой рукой предплечье вооруженной руки противника и обозначает расслабляющий удар ногой и т. д.

При выполнении приема в целом в медленном темпе надо обращать внимание на слитность и безостановочность двигательного действия. Для этого руководитель подает команду: «Обезоруживание правонарушителя в медленном темпе - НАЧИНАЙ». При этом если необходимо, указывает действие ассистента, наносящего удар ножом сверху.

Основным упражнением при разучивании является самостоятельное выполнение приема, при котором происходит формирование двигательного навыка, способности стабильно, на удовлетворительном уровне, решать двигательную задачу по обезоруживанию правонарушителя с сознательным контролем всех действий. При этом обучаемый сам выбирает темп выполнения и постепенно убыстряет его. Задача руководителя заключается в устранении индивидуальных ошибок и поощрении индивидуальной манеры

действий у обучаемых. Для самостоятельного выполнения приема руководитель подает команду: «К самостоятельному выполнению приема - ПРИСТУПИТЬ». Количественно нормировать самостоятельное выполнение не следует, так как это снизит активность обучаемых. В процессе самостоятельного выполнения руководитель должен определить момент, после которого можно приступить к выполнению приема в боевом темпе, а затем - и к тренировке. Как правило, он наступает тогда, когда обучаемые на удовлетворительном уровне решают двигательную задачу.

Разучивание проводится сначала с одной шеренгой, а затем - в такой же последовательности и с другой. Обучаемые, которые освоили приём, теперь выступают в роли не только ассистента, но и помощника руководителя в обучении своего партнера. Их внимание сосредоточивается как на своих действиях, так и на действиях партнеров, которым они подсказывают, как исправить и скорректировать действия.

Совершенствование техники приемов производится путем многократного выполнения их на быстроту и точность, в движении и из различных исходных положений, на различных ассистентах, и в сочетании с другими действиями и т. п.

Защита от удара ножом прямо в живот (фото 3;4)



Фото 3.

Фото 4

Ассистент наносит правой рукой удар ножом прямо в живот. Действия защищаемого - смещаясь в сторону отбить левой рукой (ладонью) вооруженную руку ассистента, а правой захватить ее снизу (фото 5).



Фото 5.

Защитные действия от удара ножом прямо в шею проводятся идентично как при защите от удара ножом в живот, только с той разницей, что после смещения в сторону отбить не левой ладонью вооруженную руку ассистента, а левым предплечьем. Далее действовать, как было описано ранее.

Защита от удара ножом сверху

Выполнить шаг левой ногой вперед - в сторону, для ухода с линии атаки. Одновременно отбивая (уклоняясь, ныряя) левой (ближней к ассистенту) рукой ударную руку ассистента (фото 6). Вместе с этим правой (дальней) рукой выполнить захват за руку ассистента, в район лучезапястного сустава (фото 7). Нанести расслабляющий удар сзади стоящей ногой или свободной рукой (фото 8), и отставляя назад - в сторону скрутиться на рычаг (скручивание) руки внутрь/наружу (фото 9). После чего незамедлительно перейти на загиб руки за спину и сопроводить ассистента в подконтрольном положении, с подачей команд - «свободную руку за голову, смотреть влево/вправо» 3-4 метра.



Для защиты от удара ножом сверху в голову, целесообразно сместиться наружу по отношению к атакующему, отбивом (накладкой ладонью) отвести вооруженную руку незначительно в сторону от себя.

Защита от удара ножом снизу

Выполнить шаг левой ноги вперед - в сторону, для ухода с линии атаки, отвести таз назад. Одновременно отбивая (уклоняясь, ныряя) левой (ближней к ассистенту) рукой ударную руку ассистента (фото 10). Вместе с этим правой (дальней) рукой выполнить захват за руку ассистента, в район лучезапястного сустава (фото 11). Нанести расслабляющий удар сзади стоящей ногой или свободной рукой (фото 12), и отставляя назад - в сторону скрутиться на рычаг (скручивание) руки внутрь/наружу (фото 13). После чего незамедлительно перейти на загиб руки за спину и сопроводить ассистента в подконтрольном положении, с подачей команд - «свободную руку за голову, смотреть влево/вправо» 3-4 метра.



Ассистент наносит удар ножом снизу в живот. Целесообразно сместиться наружу по отношению к атакующему.левой ладонью прихватить кисть вооруженной руки ассистента сверху.

На практике существует огромный арсенал защитных действий от нападения вооруженного холодным оружием (ножом). В качестве защиты от удара ножом снизу в живот можно использовать скручивание руки в плечевом суставе (узел плечевого сустава).

Смещаясь влево отбить вооруженную руку ассистента предплечьем левой руки направленной вниз.

Выполнить скручивание руки внутрь (рычаг руки внутрь), дожать кисть отобрать оружие.

Наступить на нож, вынудить ассистента стать на колени. Подобрать нож, под болевым воздействием (загиб руки за спину) перейти на сопровождение.

Защита от удара ножом наотмашь в шею

Выполнить шаг левой ноги вперед - в сторону, для ухода с линии атаки. Одновременно отбивая (уклоняясь, ныряя) левой (ближней к ассистенту) рукой ударную руку ассистента (фото 14). Вместе с этим правой (дальней) рукой выполнить захват за руку ассистента, в район лучезапястного сустава (фото 15). Нанести расслабляющий удар сзади стоящей ногой или свободной рукой (фото 16), и отставляя назад - в сторону скрутиться на рычаг (скручивание) руки внутрь/наружу (фото 17). После чего незамедлительно перейти на загиб руки за спину и сопроводить ассистента в подконтрольном положении, с подачей команд - «свободную руку за голову, смотреть влево/вправо» 3-4 метра



Правоохранительная деятельность и особенно деятельность личного состава ОВД, изобилуют ситуациями неожиданности, внезапности, сопряженными с риском, опасностями, готовностью действовать немедленно и наилучшим образом. Наличие «взрывоопасных» ситуаций, чреватых потенциальными угрозами не только срыва решаемой задачи, но и жизни граждан и самих сотрудников, требует практически от каждого сотрудника правоохранительных органов постоянной бдительности и готовности в любой момент действовать как с применением оружия, так и без него.

Приведенная техника защиты от нападения холодным оружием базируется на требованиях нормативных документов МВД России, однако рассматривается она с точки зрения возникающих в реальной практике ситуаций.

Первоначальной целью профессионального обучения сотрудников органов внутренних дел и подготовки их к выполнению оперативно-служебных задач является высокая результативность в приобретении устойчивых навыков необходимых для пресечения противоправных действий и задержанию лиц их совершивших. Все функциональные задачи, возложенные на сотрудника полиции должны выполняться в различных ситуациях, как в повседневных условиях несения службы, так и в экстремальных, когда присутствует фактор угрозы жизни или здоровья.

Деятельность по обеспечению правопорядка насыщена различными ситуациями где может произойти все, что угодно вплоть до вооруженного нападения на сотрудника полиции.

Обучение защитным действиям от угрозы нападения с огнестрельным и холодным оружием должно складываться из нескольких сфер. Это физическая, психическая и интеллектуальная сфера. Сам процесс обучения должен быть творческим, а действия быть логически обдуманнными. Во время обучения приемам обезоруживания ряд слушателей относиться к учебному материалу небрежно, надеясь на то, что с ними этого не случиться. Эта

самоуверенность может привести к гибели сотрудника в экстремальной ситуации.

Приведенная в данном учебном пособии техника защиты от нападения правонарушителя вооруженного огнестрельным и холодным оружием служит дополнительным арсеналом знаний и базируется на других способах защитных действий, рассматривается с точки зрения возникающих ситуаций в реальной обстановке.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Представленные в данном учебном пособии теоретические и технологические основы физической подготовки являются лишь малой частью того, что можно было бы исследовать в этом отношении.

Цель заключалась не в создании всеобъемлющего учебного пособия, а в передаче того минимума информации, который бы способствовал построению общего представления о проведении занятий по повышению квалификации с сотрудниками оперативного состава и сотрудниками отделов (отделений, групп) физической защиты подразделений по обеспечению безопасности лиц, подлежащих государственной защите по должности служащего «Полицейский».

В заключение можно сказать, что любая деятельность, поступок и поведение человека начинается с мотива, иначе осознанного побуждения. Однако мотив может быть реализован, отложен или вообще не выполнен. Потребность же, в отличие от мотива, - это необходимое и неотложное психическое состояние человека действовать, подкрепленное силой воли. Путь к физическому самосовершенствованию определяется мотивами личностного, социального и профессионального плана. Именно эта троица и является основой потребности сознания, потребности быть достойным не только в нравственном, но и физическом отношении той профессии, которую выбрал. В личном - это здоровье и работоспособность. В социальном - быть

примером для общества. В профессиональном, значит владеть такими качествами, которые гарантируют успешность в выполнении служебных обязанностей. Данное достоинство в количественном отношении всех сотрудников органов внутренних дел складывается в достоинство и способность Российского государства обеспечить своим гражданам безопасность от криминала.

Те знания, которые изложены в данном пособии, послужат небольшой, но основополагающей платформой творческой и научно обоснованной деятельности в физическом самосовершенствовании, самовоспитании и физической самоподготовке. Если есть мотив, реализованный в потребность, и сотрудник вооружен знанием, остается только проявить волю и приступить к работе, и равных в её результатах ему не будет.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Антипов В. Г., Соловьев В. Н. Предупреждение, пресечение групповых правонарушений, посягающих на общественный порядок и общественную безопасность: Лекция. – Домодедово: ВИПК МВД России, 2003.
2. Астафьев, Н.В. Обучение в вузах МВД России специалистов по служебно-боевой подготовке / Н.В. Астафьев // Профессионал. – 2004. – № 5. – С. 28–32.
3. Баркалов С. Н., Герасимов И. В. Тактические особенности применения силовых способов задержания правонарушителей // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 6.
4. Баркалов, С.Н. Учет специфики служебной деятельности в огневой и физической подготовке сотрудников ОВД : моногр. / С.Н. Баркалов, А.В. Баученков, О.В. Харахардин. – Орел : ОрЮИ МВД России, 2006. – 170 с.
5. Батурин, А.Е. Развитие личностных свойств и физических качеств при обучении военнослужащих рукопашному бою : дис. канд. пед. наук / А.Е. Батурин. – СПб., 2006. – 204 с.

6. Бернштейн, Н.А. О построении движений / Н.А. Бернштейн. – М. : Медгиз, 1947. – 254 с.
7. Боген, М.М. Обучение двигательным действиям / М.М. Боген. – М. : изкультура и спорт, 1985. – 192 с.
8. Бондаренко Н. Ф., Горбунов М. В. и др. Формы и методы обеспечения органами внутренних дел правопорядка при проведении массовых мероприятий: учебно-методич. пособие. – Калининград, 2005.
9. Булочко, К.Т. Подготовка бойца к рукопашному бою / К.Т. Булочко // Теория и практика физической культуры. – 1940. – Т. VI. – № 8. – С. 27–30.
10. Дякин, О.В. Повышение эффективности обучения боевым приемам борьбы курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России / О.В. Дякин // Проблемы совершенствования служебно-боевой подготовки сотрудников силовых ведомств : сб. материалов всерос. науч.-практ. конф. (7–8 июня 2007 г.). – Иркутск : Восточно-Сибирский юридический институт, 2007. – С. 44–47.
11. Еганов, В.А. Методика обучения оборонительным тактико-техническим действиям в ситуационных видах единоборств сложнокоординационной направленности / В.А. Еганов, А.О. Миронов, С.В. Олин // Современные проблемы науки и образования. – 2009. – № 2 – С. 29
12. Егоров К. И., Миленин В. М., Минуллин А. З., Рауш В. В., Сафонов Д. Е., Степанов Г. И. Способы взаимодействия сотрудников органов внутренних дел при силовом задержании правонарушителя: учебное пособие. М.: ЦОКР МВД России, 2007.
13. Иванов, С.А. Методика обучения технике рукопашного боя : автореф. дис. ... канд. пед. наук / С.А. Иванов. – М. : ВНИИФК, 1995. – 23 с.
14. Кубышко В.Л. Профессиональная подготовка полицейских: учебник / под общ. ред. – Москва: ГУРЛС МВД России, 2023. Профессиональный цикл. Ч. 1. – 520 с.
15. Кубышко В.Л. Профессиональная подготовка полицейских:

учебник / под общ. ред. – Москва: ГУРЛС МВД России, 2023. Профессиональный цикл. Ч. 2. – 360 с.

16. Кубышко В.Л. Профессиональная подготовка полицейских. Общепрофессиональный цикл. Часть 1 : учебник в 4-х частях / под общ. ред; Министерство внутренних дел Рос. Федерации; Департамент государственной службы и кадров. - Москва : ДГСК МВД России, 2021. - 456 с. - Гриф: доп. МВД России.- Текст: непосредственный.- Текст: электронный. - Режим доступа: Электронный каталог СФ КрУ МВД России (<http://149.255.31.118:82/catalog/fol2>), требуется авторизация.

17. Кубышко В.Л. Развитие профессионального стиля саморегуляции у сотрудников органов внутренних дел : учебное пособие / А. Ю. Федотов, Д. Е. Алексеев [и др.] / под общ. ред. В.Л. Кубышко ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации ; Министерство внутренних дел Российской Федерации ; Главное управление по работе с личным составом Министерства внутренних дел Российской Федерации ; Московский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.Я. Кикотя. - Загл. с титул. экрана. - Москва : МоУ МВД России, 2022. - 342 с. - Режим доступа: Электронный каталог СФ КрУ МВД России (<http://149.255.31.118:82/catalog/fol2>), требуется авторизация. - ISBN 978-5-9694-1157-9.- Текст: электронный

18. Кузнецов, С.В. Тактика действий сотрудников полиции в типовых ситуациях несения службы [Текст] : учебно-практическое пособие / С.В. Кузнецов, Н.Л. Пономарёв ; Департамент государственной службы и кадров МВД России. - М. : ДГСК МВД России, 2015. - 96 с. : ил. - Гриф: доп. МВД Российской Федерации. – Режим доступа: Электронная библиотека СФ КрУ МВД России (http://149.255.31.117/books/2015_ДГСК_ЭР_969.pdf), требуется авторизация.

19. Кутергин, Н.Б. Средства формирования сложногокоординационных навыков у курсантов образовательных организаций МВД России / Н.Б.

Кутергин, А.Н. Кулиничев, А.Н. Воротник // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2014. – № 3 (25). – С. 119-121.

20. Кадочников, А.А. Боевая система А.А. Кадочникова: рукопашный бой / А.А. Кадочников. – М. : АСТ, Астрель, 2008. – 432 с.

21. Кадочников, А.А. Рукопашный бой. Научные основы / А.А. Кадочников. – Пушкино: Грааль, 2003. – 288 с.

22. Караханов Н. В. Деятельность ОВД по обеспечению охраны общественного порядка и безопасности при проведении массовых мероприятий: Учебное пособие. – М., 2001.

23. Касперович Ю. Г. Массовые явления и поведение толпы в экстремальных условиях (социально-психологические аспекты): методич. пособие. – М., 2012.

24. Кливоденко, В.И. Боевая и физическая подготовка : учеб. пособие / В.И. Кливоденко. – Волгоград : ВА МВД России, 2001. – 160 с.

25. Косяченко, В.И. Обеспечение личной безопасности курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России : учеб. пособие / В.И. Косяченко, В.А. Овчинников, В.Г. Гаврилов. – Волгоград : ВА МВД России, 2013. – 156 с.

26. Косяченко, В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел : моногр. / В.И. Косяченко [и др.]. – Волгоград : ВА МВД России, 2012. – 240 с.

27. Косяченко, В.И. Тактика действий ОМОН при проведении специальных операций по пресечению групповых нарушений общественного порядка и массовых беспорядков с использованием специальных средств : учеб. пособие / В.И. Косяченко [и др.]. – Волгоград : ВА МВД России, 2011. – 280 с.

28. Косяченко В. И., Куфтырев С. Г. и др. Организация охраны общественного порядка и безопасности граждан при проведении массовых мероприятий: учебное пособие. – М., 2007.

29. Кочергин, А.Н. Интеграция технико-тактической, физической и психологической подготовки к рукопашному бою : дис. ...канд. пед. наук / А.Н. Кочергин. – СПб., 2011. – 152 с.
30. Кузнецов С. В., Волков А. Н., Воронов А. И. Теоретические и методические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации: учебник / под ред. С. В. Кузнецова. М.: ДГСК МВД России, 2016.
31. Лавров, В.Н. Боевые приемы борьбы : учеб.-метод. пособие / В.Н. Лавров. – Н. Новгород : Нижегород. академия МВД России, 1999. – 143 с.
32. Лавров, В.Н. О совершенствовании системы физической и огневой подготовки сотрудников милиции / В.Н. Лавров // Профессионал. – 2002. – № 2. – С. 25–27.
33. Лавров, В.Н. Основа обучения боевым приемам борьбы – знание техники их выполнения / В.Н. Лавров // Профессионал. – 1999. – № 12. – С. 37–39.
34. Лавров, В.Н. Примерная программа учебной дисциплины «Физическая подготовка» для образовательных учреждений МВД России / В.Н. Лавров, Н.Н. Устюжанин. – М. : ЦОКР МВД России, 2007. – 52 с.
35. Лавров, В.Н. Служебно-боевые приемы : учеб.-нагляд. пособие к разделу «Служебно-боевые приемы» программы учеб. дисциплины «Физическая подготовка» для образоват. учрежд. МВД России / В.Н. Лавров. – Н. Новгород : Нижегород. академия МВД России, 2008. – 125 с.
36. Лавров, В.Н. Совершенствование боевой подготовки сотрудников органов внутренних дел / В.Н. Лавров // Профессионал. – 2002. – № 1. – С. 44–47.
37. Литвин Д. В., Кузнецов А. И., Литвин Д. В., Ахметов Р. С., Украинский С. В. Формирование у сотрудников полиции специальных навыков, необходимых для несения службы в экстремальных ситуациях: учебно-методическое пособие. М.: ДГСК МВД России, 2016.

38. Матвеев, Л.П. Методика физического воспитания с основами теории : учеб. пособие для студ. пед. ин-тов и учащихся пед. училищ / Л.П. Матвеев, С.Б. Мельников. – М. : Просвещение, 1991. – 191 с.

39. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры (Общ. основы теории и методики физ. воспитания, теор.-метод. аспекты спорта и проф.-прикл. форм физ. культуры) : учебник для ин-тов физ. культуры / Л.П. Матвеев. – М. : ФиС, 1991. – 542 с.

40. Мельников С. В., Миленин В. М., Нестругин М. А., Сафонов Д. Е. Тактика применения боевых приемов борьбы: учебно-методическое пособие / под общ. ред. А. В. Карасева. М.: ЦОКР МВД России, 2010.

41. Наставление по физической подготовке (НФП-96) сотрудников органов внутренних дел. – М. : ГУК МВД России, 1996. – 203 с.

42. Непомнящий, С.В. Первоначальная боевая подготовка слушателей и курсантов учебных заведений МВД РФ / С.В. Непомнящий. – Волгоград : ВСШ МВД РФ, 1993. – 23 с.

43. Непомнящий, С.В. Проблемы профессионально-прикладной физической подготовки работников ОВД : автореф. дис. ... канд. пед. наук / С.В. Непомнящий. – М., 1987. – 24 с.

44. Нечипоренко Г. А. Модуль 12. Охрана общественного порядка и обеспечение общественной безопасности при проведении массовых мероприятий: учебно-методич. пособие. – М., 2008.

45. Новиков, А.А. Методика исследования способности борцов к использованию удобных ситуаций для проведения атакующих действий / А.А. Новиков, Р.А. Пилоян // Теория и практика физической культуры.- 1970.-№7-С.5-7.

46. Несин, А.Н. Совершенствование координационных способностей как средство формирования прикладных навыков и умений при подготовке курсантов вузов МВД Украины к профессиональной деятельности / А.Н. Несин, С.В. Петров, Р.А. Венжега, А.С. Сасик // Педагогика, психология и

медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2008. – № 6. – С. 130-132.

47. Овчинников, В.А. Боевые приемы борьбы : учеб. пособие / В.А. Овчинников. – Волгоград : Учитель, 2001. – 75 с.

48. Овчинников, В.А. Воспитание физических качеств сотрудников ОВД : учеб. пособие / В.А. Овчинников. – Волгоград : ВА МВД России, 2001. – 76 с.

49. Овчинников, В.А. Система формирования профессионально-прикладной физической подготовки курсантов и слушателей вузов МВД России : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В.А. Овчинников. – М. : ВА МВД России, 2012. – 48 с.

50. Овчинников, В.А. Управление профессионально-прикладной физической подготовкой курсантов и слушателей высших образовательных учреждений МВД России : моногр. / В.А. Овчинников. – Волгоград : ВА МВД России, 2010. – 304 с.

51. Овчинников, В.А. Физическая подготовка курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России : учеб.-метод. пособие / В.А. Овчинников. – Волгоград : ВА МВД России, 2006. – 232 с.

52. Овчинников, В.В. Основы личной безопасности сотрудников органов внутренних дел : учеб.-практ. пособие / В.В. Овчинников, В.И. Косяченко. – Волгоград : ВА МВД России, 2012. – 116 с.

53. Ожегов, С.И. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений / С.И. Ожегов, Н.Ю. Шведова. – 4-е изд., доп. – М. : Азбуковник, 1999. – 944 с.

54. Ознобишин, Н.Н. Искусство рукопашного боя / Н.Н. Ознобишин. – М. : Изд-во НКВД РСФСР, 1930. – 226 с.

55. Организация деятельности служб и подразделений полиции по охране общественного порядка и обеспечению общественной безопасности: учебник / под ред. В. В. Гордиенко. – М., 2012.

56. Основы теории и методики физической культуры: учеб. для техникумов физ. Культуры / под ред. А.А. Гужаловского. - М., Физкультура и спорт, 1986. - 352 с.
57. Платонов. В.Н. Современная спортивная тренировка / В.Н. Платонов. - Киев, 1980. - 336 с.
58. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. - М. : Советский спорт, 2005. - 820 с.
59. Подлипняк, Ю.Ф. Педагогические основы системы физической подготовки слушателей вузов МВД СССР : дис. ... д-ра пед. наук / Ю.Ф. Подлипняк. - М., 1986. - 430 с.
60. Подлипняк, Ю.Ф. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузах МВД России / Ю.Ф. Подлипняк, В.В. Яншин // Ученые, научные школы и идеи : юбилейный сб. науч. тр. - М. : МЮИ МВД России, 1995. - С. 188-191.
61. Поезжалов В. Б., Черненко И. Н., Газизова О. В. Особенности несения службы нарядами полиции при охране общественного порядка: учебно-методическое пособие. М.: ДГСК МВД России, 2016.
62. Приказ МВД России №81 от 29 января 2008 года «Об организации комплексного использования сил и средств органов внутренних дел Российской Федерации по обеспечению правопорядка в общественных местах».
63. Профессиональное обучение сотрудников органов внутренних дел (профессиональная подготовка полицейских): учебник в 2 ч. / под общ. ред. В. Л. Кубышко. М.: ДГСК МВД России, 2015. Часть 2.
64. Подготовка единоборцев: теория и практика. Сб. материалов IV Всероссийской научно-практической конференции. - Чайковский: ОТ и ДО, 2014. - 153 с.

65. Рябинин, С.П. Скоростно-силовая подготовка в спортивных единоборствах / С.П. Рябинин, А.П. Шумилин. - Учебное пособие. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2007. - 153 с.
66. Сенситивные периоды развития скоростно-силовых способностей/ Электронный ресурс. Режим доступа:<http://www.budenovo.ru/wodis-45-1.html>
67. Суслов Ф.П. Теория и методика спорта / Ф.П.Суслов. - М.: Физкультура и спорт, 1997 г. - 105с.
68. Торопов, В.А. Физическая подготовка : учеб. пособие / В.А. Торопов. - СПб. : Изд-во СПб. ун-та МВД России, 2008. - 311 с.
69. Троян, Е.И. Обучение боевым приемам борьбы в служебно-прикладной физической подготовке слушателей учебных центров МВД России : дис. ... канд. пед. наук / Е.И. Троян. - Тобольск, 2006. - 207 с.
70. Теория и методика физического воспитания: учеб. для ин-тов физ. культуры. Т. 2 / под ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. - 2-е изд., испр. и доп. - М. Физкультура и спорт, 1976. - 256 с.
71. Теория и методика физического воспитания: учеб.для фак. физ. воспитания пед. ин-тов. / под ред. Б.А. Ашмарина - М.. Просвещение, 1979. - 360 с.
72. Троян И. В. Обучение сотрудников ОВД применению физической силы в экстремальных ситуациях служебной деятельности // Успехи современной науки и образования. 2016. Т. 7.
73. Фарфель, В.С. Управление движениями в спорте / В.С. Фарфель. - М. : Физкультура и спорт, 1975. - 208 с.
74. Федеральный закон от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ «О полиции» (в ред. Федерального закона от 2 июля 2013 г. № 185-ФЗ). Доступ из справ-правовой системы «Консультант Плюс».
75. Федеральный закон от 19.06.2004 № 54-ФЗ «О собраниях, митингах, демонстрациях, шествиях и пикетированиях»

(в ред. Федерального закона от 8 июня 2012 г. № 65-ФЗ). Доступ из справ.-правовой системы «Консультант Плюс».

76. Федеральный закон от 25.07.2002 № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности» (в ред. Федерального закона от 25 декабря 2012 г. № 255-ФЗ). Доступ из справ. - правовой системы «Консультант Плюс».

77. Федеральный закон от 6.03.2006 № 35-ФЗ «О противодействии терроризму» (в ред. Федерального закона от 8 ноября 2011 г. № 309-ФЗ). Доступ из справ. - правовой системы «Консультант Плюс».

78. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / под. ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2014.

79. Харлампиев, А.А. Самозащита без оружия «самбо» : учеб. пособие для работников милиции / А.А. Харлампиев. – М. : Физкультура и спорт, 1958. – 96 с.

80. Чой Сунг Мо. Скоростно-силовая подготовка в боевых искусствах / Электронный ресурс. Режим доступа:http://www.e-reading.club/bookreader.php/109084/Мо_-_Skorostno-silovaya_podgotovka_v_boevyh_iskusstvah.html

81. Чумаков, Е.М. Физическая подготовка борца / Е.М. Чумаков. - Учеб. пособие. М.: РГАФК, 1996. - 108 с.

82. Чикуров, И.А. Физическая культура: Учебное пособие / Электронный ресурс. Режим доступа: <http://www.magma-team.ru/biblioteka/biblioteka/fizicheskaia-kultura-chikurov-a-i/5-8-koordinatcionnye-sposobnosti>

83. Шевченко, О.А. Исследование физических качеств, обеспечивающих устойчивую работоспособность военных специалистов // Физическое воспитание студентов творческих специальностей / О.А.

Шевченко. - Сб. научн.тр. под ред. Ермакова С.С. - Харьков: ХГАДИ (ХХПИ), 2004. - №6.

Учебное издание

Авторы - составители

Гайдаш Андрей Иванович
Крестникова Евгения Петровна
Земляной Александр Иванович
Проскурин Сергей Михайлович

Совершенствование специальной подготовки, сотрудников
подразделений физической защиты

Учебное пособие

Издается в авторской редакции

Подписано в печать ____ . ____ . 2025 г. Формат 60x841/16.

Усл. печ. л. ____ Тираж _____ экз. Заказ _____

Ставропольский филиал Краснодарского университета МВД России.
355000, г. Ставрополь, пр-т Кулакова, 43.