

дится в 7 метрах от мишени, держа оружие двумя руками под углом 45 градусов. По команде он выполняет в темпе (3-5 секунд) 6 выстрелов подряд. Первое упражнение считается выполненным, когда все попадания в мишень будут находиться внутри второго круга, имеющего диаметр 20 сантиметров. Второе упражнение выполняется с 3 метров в максимальном темпе до достижения той же точности<sup>1</sup>.

Использование данных методов, безусловно, способствует адаптации полицейского к различного рода ситуациям, стрессам, развитию реакции и внимания, формированию аналогичных умений и навыков. Сотрудник заранее готов к возникновению абсолютно любых ситуаций, благодаря чему чувство страха практически сходит на нет.

Таким образом, от выяснения первоначальных причин, способствующих плохим показателям стрельбы, будет складываться

и техника формирования определенных навыков и умений у сотрудников. При обучении необходимо учитывать не только физические, но и психологические особенности обучаемого, которые могут быть вызваны плохими физическими данными, чувством страха перед выстрелом или же растерянностью, то есть неуверенностью в себе и в своих силах. Для наиболее качественной подготовки курсантов к дальнейшей службе, необходимо воссоздавать реальные условия службы, различного рода неожиданные ситуации, при возникновении которых сотрудник не растеряется, будет действовать решительно и быстро. На наш взгляд, при использовании всех вышеперечисленных способов в методике огневой подготовки у обучаемых (и у сотрудников полиции в целом) сформируются те навыки и умения, которые необходимы для успешного попадания в мишень.

*Хрущев А.В.*

Сибирский юридический институт МВД России (г. Красноярск)

### **Физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел в системе МВД России**

Физическая культура и спорт являются, вне всякого сомнения, одними из главных средств воспитания движений, улучшения их тонкой и определенной координации, формирования важных для человека двигательных физических качеств. В процессе занятий спортом совершенствуются воля, характер, а также умение управлять собой, быстро и верно ориентироваться в различных сложных ситуациях, вовремя принимать решения. Помимо этого, физическая культура влияет и на другие стороны человеческой жизни: авторитет и положение в обществе, трудовую деятельность.

В числе этих элементов хотелось бы выделить культуру выполнения движений и изучения любых двигательных действий. Развитие и формирование психологических механизмов этого компонента, как видно,

является одной из главных психологических задач физического воспитания.

Развитие физических качеств – это внешний результат физической культуры. И если говорить о подготовке сотрудников МВД, то в ней также существует не менее важный внутренний фактор – психологический результат. Физическая подготовка сотрудников направлена на получение умений и навыков, психических и физических качеств, способствующих успешному выполнению оперативно-служебных задач, сохранение высокой работоспособности и включает в себя общефизические упражнения (на быстроту, силу, выносливость), а также служебно-прикладные упражнения (боевые приемы борьбы, преодоление полосы препятствий). Для достижения таких целей предусмотрено решение следующих задач:

---

<sup>1</sup> Рабазанов С.И. Некоторые вопросы анализа зарубежного опыта огневой подготовки сотрудников правоохранительных органов // Педагогические науки. Рязань : Рязанский филиал Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя, 2016. № 50-2.

преодоление разных сложных препятствий в условиях физической опасности;

отработка приемов рукопашного боя, проведение с партнерами учебных схваток; выполнение действий и приемов, требующих взаимопомощи и взаимовыручки; применение средств имитации, световых и звуковых раздражителей (взрывпакетов, дымовых шашек, холостых выстрелов, огневых преград и очагов пожара);

постоянное участие в соревнованиях по военно-прикладным видам спорта<sup>1</sup>.

Повышение эффективности и качества занятий физической подготовкой обучающихся вузов МВД России становится задачей государственной важности, поскольку недооценка ее роли в социокультурных процессах способствует ухудшению не только физической подготовленности, но и состояния здоровья молодежи, ведь физическая подготовка является важным образовательным компонентом в формировании профессиональных навыков и умений будущих специалистов правоохранительных органов<sup>2</sup>.

Приказом МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 утверждено Наставление по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации. Система обучения физической подготовки в МВД России выстроена, опираясь на этот нормативный документ, поэтому учебный процесс создается так, что в среднем время занятий по физической подготовке разделено следующим образом: 50-60% времени – тренировка боевых приемов борьбы, 20-30% – тренировка на выносливость и преодоление препятствий, 10-20% – тренировка по развитию силы. Самостоятельную работу сотрудники планируют сами, исходя из уровня их физической подготовки, при этом будет важна методика обучения любым двигательным действиям.

Занятия по преодолению препятствий направлены на развитие силы, быстроты,

ловкости, выносливости, формирование и совершенствование у сотрудников навыков преодоления естественных и искусственных, горизонтальных и вертикальных препятствий, а также заграждений. При обучении и тренировке преодоления препятствий особое внимание уделяется развитию способностей преодолевать препятствия с учетом допустимого вступления в огневой контакт.

Занятия по боевым приемам борьбы проводятся с целью формирования навыков применения боевых приемов борьбы и обеспечения личной безопасности сотрудников, воспитания решительности, смелости. Данные занятия проводятся в зале, который оснащен борцовскими и боксерскими снарядами, на местности либо специально подготовленной яме с песком и опилками.

Многие считают, что физическая энергия должна быть только в период подготовки к деятельности, забывая о том, что она может быстро потерять тонус. Непосредственно активность должна быть в течение всего срока службы. В учебных заведениях формируется уровень профессиональных качеств, умений. В практических органах этот уровень должен поддерживаться как можно более длительный период времени<sup>3</sup>.

В заключение хотелось бы отметить, что концепция физической подготовки имеет большие возможности для усиления профессиональной подготовленности сотрудников органов внутренних дел в процессе их служебной деятельности, но этих возможностей недостаточно в практике. В целях улучшения системы физической подготовки необходимо совершенствовать организационные обеспечения, организовать модернизацию физической подготовки, которая установила бы жесткую взаимосвязь содержания подготовки, а также применение инновационных подходов и технологий обучения сотрудников органов вну-

<sup>1</sup> Троян Е.И. Обучение боевым приемам борьбы в служебно-прикладной физической подготовке слушателей учебных центров МВД России : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08. Тобольск, 2006. 207 с.

<sup>2</sup> Филиппович В.А., Панов Е.В. Организационно-педагогические условия формирования психофизической готовности студентов юридических вузов к профессиональной деятельности : монография. Красноярск : СибЮИ ФСКН России, 2012. 120 с.

<sup>3</sup> Панова О.С., Тезиков Д.А. Основные подходы к организации физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Механизмы решения проблем социально-экономического развития : сборник статей Международной научно-практической конференции. (15 июня 2016 г.) / под общ. ред. Г.Ю Гуляева. Пенза : МЦНС «Наука и Просвещение». 2016. С. 73-80.

тренних дел. Основной целью следует отметить такие качества, как воспитание, сдержанность, честность и терпение. Все

эти качества немаловажны для развития физической подготовки специалистов ОВД.

*Васильева Т.Б.,*

Сибирский юридический институт МВД России (г. Красноярск)

### **К вопросу об использовании тренировки с учебным патроном в методике преподавания огневой подготовки**

В процессе обучения слушателей безопасному обращению с оружием и выполнению различных упражнений курса стрельб рано или поздно наступает такой момент, когда кажется, что оружие уходит из точки прицеливания в последнюю долю секунды до выстрела или даже в момент самого выстрела. Как правило, перед производством такого выстрела стрелок понимает, что при обработке спуска курка с боевого взвода палец остановился и больше не может осуществлять непрерывное, планомерное нажатие. На занятиях преподаватель всегда говорит о том, что такой выстрел можно и даже нужно отложить, если это упражнение стрельбы без ограничения времени.

Но чаще всего на факультете профессиональной подготовки Сибирского юридического института МВД России от слушателей, проходящих первоначальную профессиональную подготовку, можно услышать то, что оружие уходит из точки прицеливания в момент самого выстрела.

При опросе слушателей данная проблема озвучивается следующим образом:  
палец не давит на спусковой крючок;  
на пистолете тяжелый спуск;  
неудобная изготовка, которая влияет на устойчивость.

При производстве стрельбы из пистолета, особенно при нажатии на спусковой крючок, у стреляющего в работу включаются различные мышцы кисти и руки. Таким образом, можно сказать, что при стрельбе из пистолета оружие может отклоняться от линии прицеливания из-за того, что стреляющий перестает контролировать мышцы, удерживающие оружие. Это происходит при обработке спускового

крючка. Именно поэтому так распространено мнение о том, что в неправильном выстреле виноват палец, осуществляющий нажатие на спусковой крючок.

Человек может контролировать одно или два действия, а сконцентрироваться на нескольких элементах техники стрельбы одновременно становится сложно. В связи с этим внимание стреляющего рассеивается, и он может допустить ошибки в каком-либо из элементов техники стрельбы. В огневой подготовке как раз приходится одновременно контролировать как минимум три элемента техники стрельбы: прицеливание, удержание оружия в руке или в руках (хват) и управление (нажатие пальца) спусковым крючком.

При анализе неудачного выстрела у слушателя можно заметить такую закономерность, что стрелок может уверенно удерживать пистолет на линии прицеливания в течение одной или двух секунд, то есть его внимание в этот момент сконцентрировано на таких элементах техники стрельбы, как хват и прицеливание. В случае отклонения частей прицельного приспособления стрелок с легкостью может поправить положение пистолета. Проблема заключается в том, что все внимание стрелка занято процессом прицеливания и удержания оружия, а на один из наиболее важных, на наш взгляд, элементов техники стрельбы – управление спусковым крючком – объема внимания может не хватить. Именно в этот момент стреляющий может начать осознавать, что палец не осуществляет нажатие на спусковой крючок, попросту остановился, и все, что можно сделать в этот момент, – дожать крючок и таким образом «сорвать» выстрел.