

*Кравчук А.И.,*

доцент

Сибирский юридический институт  
ФСКН России (г. Красноярск)

### **ЗНАЧЕНИЕ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ НАРКОКОНТРОЛЯ**

Общая физическая подготовка предполагает совершенствование природных, естественных, а также формирование и развитие новых двигательных навыков и физических качеств на оптимальном для жизнедеятельности человека уровне. Базовыми, неизменными двигательными навыками являются ходьба, бег, прыжки, метания, плавание и т.п. В основе их формирования лежат естественные физические способности – сила, выносливость, ловкость и гибкость.

Исходя из этого можно констатировать, что общая физическая подготовка должна обеспечить решение следующих основных задач:

- оптимальное развитие и поддержание на высоком уровне физических способностей (качеств);
- укрепление и сохранение здоровья;
- совершенствование телосложения;
- гармоничное развитие физиологических функций;
- многолетнее сохранение высокого уровня работоспособности;
- формирование различных жизненно важных двигательных умений и навыков;
- приобретение базовых физкультурных знаний научно-практического характера.

Естественно, что решение перечисленных задач актуально не только для сотрудников органов наркоконтроля, но и для других людей вне зависимости от их профессии. Так, всестороннее развитие физических качеств имеет большое значение для любого человека. Широкая возможность их переноса на любую двигательную деятельность позволяет использовать их во многих сферах человеческой деятельности: в разнообразных трудовых процессах, в различных, подчас необычных условиях среды.

Здоровье человека рассматривается как самая большая ценность, как отправное условие для полноценной деятельности, сча-

стливой жизни. На базе крепкого здоровья и хорошего развития физиологических систем организма может быть достигнут высокий уровень развития физических качеств, необходимых сотрудникам органов наркоконтроля при выполнении служебных задач, что особенно важно для тех категорий сотрудников, которые выполняют силовое задержание и обезвреживание правонарушителей.

Регулярное выполнение общеразвивающих физических упражнений обеспечивает долговечное сохранение высокого уровня физических способностей, продлевая тем самым работоспособность и эффективность трудовой деятельности человека. Именно эта задача является первоочередной для тех категорий сотрудников органов наркоконтроля, которые при выполнении профессиональных обязанностей почти не сталкиваются с необходимостью применения приемов рукопашного боя с целью самозащиты или задержания лиц, подозреваемых в совершении преступлений или правонарушений.<sup>1</sup> Как правило, многие из этих сотрудников заняты «бумажной» работой и преимущественно работают сидя, в связи с чем объем их двигательной активности значительно ниже нормы. К тому же в положении сидя мышцы спины и позвоночник человека испытывает длительные статические нагрузки, что вызывает необходимость укрепления мышечного корсета, повышения эластичности и силы мышц, улучшения питания межпозвоночных дисков посредством выполнения специальных физических упражнений. Это в конечном итоге позволяет значительно снизить риск развития остеохондроза и многих других заболеваний.

Понятие «качество специалиста» в избранном виде профессионального труда включает не только знания и умения, но и психофизическую пригодность. Научно доказано, что работник независимо от сферы его деятельности, имеющий крепкое здоровье, хорошую физическую форму и подготовленность, обладает большей работоспособностью и соответственно представляет большую ценность для любого работодателя. Известно, что в подавляющем большинстве случаев чем больше стаж работы специалиста, тем выше и уровень его профессионального мастерства. Поэтому проблема сохранения служебного долголетия средствами физической подготовки и спорта имеет большое значение как для конкретного сотрудника, так и для любого подразделения органов наркоконтроля.

Не менее важна общая физическая подготовка и для тех сотрудников, кто осуществляет задержание правонарушителей. Известно, что общая физическая подготовка является основой профессионально-прикладной физической подготовки.

Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников органов наркоконтроля представляет собой специализированный вид физического воспитания, осуществляемый в соответствии с требованиями и особенностями профессии.

Основное назначение профессионально-прикладной физической подготовки – направленное развитие и поддержание на оптимальном уровне тех психических и физических качеств человека, к которым предъявляет повышенные требования конкретная профессиональная деятельность, а также выработка функциональной устойчивости организма к условиям этой деятельности и формирование прикладных двигательных умений и навыков, преимущественно необходимых в связи с особыми условиями труда. Для сотрудников органов наркоконтроля такими двигательными действиями в основном являются приемы рукопашного боя и навыки ускоренного передвижения.

Известно, что уровень развития физических качеств и состояние здоровья прямо влияют на успешность освоения двигательных действий. В случае недостаточного развития физических качеств у сотрудника органов наркоконтроля, осуществляющего задержание правонарушителя, могут возникнуть трудности с освоением и практическим применением отдельных приемов задержания.<sup>2</sup> Например, физически слабый сотрудник не сможет бросить активно сопротивляющегося правонарушителя на землю, зафиксировать его и удержать до прихода напарника. В другом случае недостаточное развитие быстроты и выносливости не позволит сотруднику результативно осуществлять преследование убегающего правонарушителя. Низкая физическая подготовленность и неуверенность в своих способностях заставляет сотрудника (с целью сохранения собственной жизни и здоровья) избегать подобных ситуаций, причем происходит это в ущерб главной задаче – задержанию правонарушителя. Все это снижает эффективность служебной деятельности как отдельного сотрудника, так и общих показателей всего подразделения органа наркоконтроля.

В рамках физической подготовки сотрудников органов наркоконтроля предусмотрены отдельные учебные занятия преимущественно общефизической и оздоровительной направленности.

Так, в Программе оперативно-боевой и физической подготовки сотрудников органов по контролю за оборотом наркотических средств и психотропных веществ (далее – Программа) присутствуют следующие темы: плавание, лыжная подготовка, легкая атлетика, спортивные игры. Оздоровительные задачи на данных занятиях успешно решаются. Кроме того, общефизическое развитие успешно осуществляется и в процессе занятий по рукопашному бою, который является основным разделом Программы. При условии соблюдения принципов физического воспитания, правильного построения занятий, широкого применения сопряженного метода обучения, специально подготовительных упражнений и игровых заданий на занятиях по рукопашному бою можно и нужно решать оздоровительные задачи.

Исходя из этого можно констатировать то, что принцип оздоровительной направленности может и должен быть реализован на занятиях по физической подготовке с сотрудниками органов наркоконтроля, и этот принцип должен учитываться сотрудниками при организации самостоятельных занятий физической упражнениями, которые как раз и являются основным средством повышения уровня общей физической подготовленности.

Таким образом, значимость общей физической подготовки сотрудников органов наркоконтроля вполне очевидна как с точки зрения оздоровительной, так и с точки зрения прикладной направленности.

---

<sup>1</sup> Кравчук А.И. Оздоровительная направленность физической подготовки как фактор, способствующий эффективной профессиональной деятельности сотрудников органов наркоконтроля // Национальный и международный уровни противодействия наркоугрозе и взаимодействие в сфере реабилитации и ресоциализации наркопотребителей : материалы XVIII международной научно-практической конференции. Красноярск: СибЮИ ФСКН России, 2015. Ч. 1. С. 167-170.

<sup>2</sup> Панов Е.В., Дмитриев Д.К. Физическая подготовка сотрудников органов наркоконтроля как один из факторов борьбы с преступностью и наркоманией // Актуальные проблемы профилактики наркомании и противодействия правонарушениям в сфере легального и незаконного оборота наркотиков : материалы XVI международной научно-практической конференции. Красноярск: СибЮИ ФСКН России, 2013. Ч. 1. С. 271-274.