

у обучающихся вузов МВД России / Н.Н. Нагорный, Л.А. Нагорная // Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных организациях высшего образования. Здоровый образ жизни как фактор профилактики наркомании : материалы всероссийской научно-практической конференции (18 мая 2019 г.) / отв. ред. Е.В. Панов. – Красноярск: СибЮИ МВД России, 2019. – С. 120-122. – URL : <http://lib.sibli.ru/elib/0058962.pdf>.

4. Троян, Е.И. Моделирование типовых ситуаций служебной деятельности для обучения применению сотрудниками ОВД физической силы и боевых приемов борьбы / Е.И. Троян // Вестник Тюменского института повышения квалификации сотрудников МВД России. – 2015. – № 4. – С. 176-180.

DOI 10.51980/2021\_16\_91

*Е.В. Панов, И.А. Пузий*

## **ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МИНИСТЕРСТВА ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Результат объединения специальных физических упражнений, складывающийся из физической подготовки обучающихся образовательных организаций Министерства внутренних дел Российской Федерации, имеет большое значение в улучшении способностей, умений и навыков, а также в повышении качества работоспособности курсантов и слушателей вузов МВД России и получил такое определение, как «профессионально-прикладная физическая подготовка».

Исследования в области совершенствования профессионально-прикладной физической подготовки обучающихся МВД России являются весьма актуальными, так как физическая подготовка является важнейшей составляющей служебной деятельности сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации.

Для сбора, обработки, обобщения необходимой информации и решения поставленных в исследовании задач были использованы следующие методы исследования: анализ и обобщение нормативных правовых документов Министерства образования и науки Российской Федерации, Министерства внутренних дел Российской Федерации, программ по физическому воспитанию высших учебных заведений как гражданских вузов, так и вузов МВД России, педагогические контрольные испытания уровня физической подготовленности обучающихся.

В отличие от студентов гражданских вузов, прежде чем поступить в образовательную организацию МВД России, кандидаты на обучение

проходят дополнительные вступительные испытания по физической подготовке, где определяется их уровень физической подготовленности.

Исходя из требований приказа МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации», можно сформулировать основные составляющие элементы профессионально-прикладной физической подготовки обучающихся вузов МВД России.

1. Прикладная гимнастика и атлетическая подготовка. На данных занятиях курсанты выполняют упражнения с использованием различных спортивных снарядов (тренажеры, гири, гантели, штанги), упражнения с использованием собственного веса тела (подтягивания на перекладине, выполнение подъемов переворотом на перекладине, сгибание-разгибание рук в упоре лежа и на брусьях). В состав прикладной гимнастики также входят специально-подготовительные и акробатические упражнения.

2. Легкая атлетика и ускоренное передвижение. В содержание данного раздела входят бег на короткие дистанции (челночный бег 10х10 метров или 4х20 метров, бег на 100 метров), бег на средние и длинные дистанции (кросс от 1 до 5 км, марш-бросок). Помимо бега обучающиеся курсанты выполняют упражнения, связанные с прыжками, метаниями, специальные прыжковые и беговые упражнения. Здесь необходимо отметить, что по данному разделу программы обучения курсантов и слушателей вузов МВД России количество выполняемых упражнений может не отличаться от программы студентов гражданских вузов, но требования к нормативам в ведомственных вузах несколько жестче (за исключением факультетов физического воспитания).

3. Лыжная подготовка. В рамках занятий по лыжной подготовке курсанты изучают различные способы передвижения на лыжах и готовятся к выполнению нормативов на различные дистанции. Занятия по лыжной подготовке позволяют развить у курсантов выносливость, сформировать и усовершенствовать навыки передвижения на лыжах. Справедливости ради, надо отметить, что по данному разделу программы в вузах МВД России на обучение техники выполнения лыжных ходов выделяется незначительное количество учебных часов.

4. Плавание. Данный раздел включает в себя изучение способов плавания различными стилями, обучение прыжкам в воду, нырянию, приемам борьбы в воде и оказанию помощи утопающему. В ходе занятий по плаванию у обучающихся вузов МВД России развивается общая выносливость и формируются различные навыки преодоления дистанций вплавь.

5. Боевые приемы борьбы. Данный раздел является основным в профессионально-прикладной физической подготовке обучающихся образовательных организаций МВД России и помогает изучить различные приемы не только нападения и обезоруживания соперника (броски, сваливания, удары руками, ногами и защиты от них, освобождения от захватов и

обхватов), но также приемы самозащиты и приемы, позволяющие избежать различного рода травм во время занятия (выполнение приемов страховки и самостраховки и т.д). Данные упражнения позволяют развить решительность, смелость, а также навыки и умения, позволяющие сотруднику обеспечить как личную безопасность, так и безопасность граждан.

Таким образом, можно сделать вывод, что профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся образовательных организаций МВД России имеет существенные особенности от программ физического воспитания студентов гражданских вузов и играет серьезную роль в служебной деятельности будущих сотрудников ОВД.

DOI 10.51980/2021\_16\_93

*С.В. Паршин*

### **РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ СОТРУДНИКА ОВД ПОСРЕДСТВОМ ЗАНЯТИЯ БОРЬБОЙ САМБО**

Занятия по физической подготовке должны рассматриваться как неотъемлемая часть процесса формирования профессионального мастерства сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации и решать следующие задачи:

1) развитие и поддержание профессионально важных физических качеств на уровне, необходимом для успешного выполнения оперативно-служебных и служебно-боевых задач;

2) формирование двигательных навыков и умений эффективного и правомерного применения физической силы, в том числе боевых приемов борьбы;

3) поддержание и укрепление здоровья, сохранение продуктивного уровня общей работоспособности, повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов служебной деятельности [1].

В МВД России спортивная ориентация определена целью физической подготовки обучающихся, развитие физических качеств неразрывно связано с их реализацией при выполнении боевых приемов борьбы. В связи с тем, что в настоящее время сотрудникам органов внутренних дел приходится иметь дело с достаточно подготовленными преступниками, профессионально-прикладная физическая подготовка не может ограничиваться только изучением и демонстрацией приемов задержания из раздела боевые приемы борьбы по физической подготовке в условно-контактном режиме. Поэтому