

**Евтушенко А. А.<sup>1</sup>,**

*преподаватель*

*кафедры физической подготовки*

*Сибирского юридического института МВД России*

**Силантьев В. В.<sup>2</sup>,**

*преподаватель*

*кафедры физической подготовки*

*Сибирского юридического института МВД России*

## **К ВОПРОСУ УКРЕПЛЕНИЯ И СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ В РАМКАХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКОЙ**

На сегодняшний день в современном обществе физическая культура, в том числе и физическая подготовка, является одним из ведущих направлений социальной жизни. Это и социальный феномен, часть общей культуры социума, и социальный институт, активно интегрирующийся в образование, здравоохранение, культуру, многие виды профессиональной деятельности и т. д., удовлетворяя потребности населения в физическом развитии и поддержании здорового образа жизни.

Основные направления реализации государственной политики в области развития физической культуры и спорта имеют законодательное закрепление и определяют значительную роль физической культуры в развитии человеческого потенциала России, улучшения качества жизни.

Служебная деятельность в силовых ведомствах правоохранительных органов предъявляет к сотрудникам высокие требования к их физической подготовленности и всестороннему развитию, где уровень его физического здоровья должен находиться в гармонии с его психоэмоциональным состоянием.

Однако на практике часто все происходит по другому сценарию, так как большой объем работы в интенсивном режиме и постоянно с экстремальной нагрузкой сказывается на общем состоянии здоровья сотрудников правоохранительных органов и значительно отстает от необходимых параметров.

Для решения данной проблемы в приказе МВД России от 01.07.2017 № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах

---

<sup>1</sup> © Евтушенко А. А., 2021.

<sup>2</sup> © Силантьев В. В., 2021.

внутренних дел Российской Федерации» была обозначена одна из задач, которая должна решать специальная физическая подготовка. Эта задача заключается в реализации направления по укреплению и поддержанию здоровья сотрудников, сохранения продуктивного уровня общей работоспособности в целях повышения устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов служебной деятельности [1].

Этой задачей МВД России показывает свою заинтересованность к здоровью сотрудников правоохранительных органов, где основная роль отводится физической подготовке и самостоятельным регулярным занятиям физической культурой и спортом, которые положительно влияют на организм человека.

В правоохранительной деятельности физическая культура является самостоятельной и профессионально важной составляющей. Согласно нормативным документам физическая подготовка в органах внутренних дел является частью служебной деятельности, осуществляется на специально организованных занятиях по профессиональной служебной и физической подготовке еженедельно.

В органах и подразделениях МВД России физическая культура уже должна входить в систему ценностей сотрудников, независимо от преобладающего мотива, будь то эстетический либо административный, так как требуемый уровень физической подготовки является условием успешного выполнения оперативно-служебных задач.

Физическая подготовка – незаменимый элемент общей культуры, фактор социальной адаптации, сохранения здоровья, мощное средство формирования личности.

Физическая культура наделена определенными обязанностями, выражающимися в ее основных функциях: ценностно ориентированной, эстетической, нормативной, информационной, коммуникативной, нравственной, образовательной, социализирующей. Рассматривая основные функции физической культуры сквозь призму правоохранительной профессиональной деятельности, можно убедиться в ее ресурсном значении, огромном ценностном потенциале для сотрудников полиции [2, с. 231].

В деятельности сотрудников правоохранительных органов физическая культура занимает важное место, выполняя служебное предназначение. Физическая подготовка – физической культуры, неотъемлемый элемент профессиональной подготовки, включена в состав должностных обязанностей сотрудников.

Именно уверенность в своей защищенности и безопасности обеспечивает сотруднику благоприятный эмоциональный фон. Такое чувство защищенности достигается путем освоения приемов самообороны, и осознания способности постоять за себя и граждан.

Сотрудники, осуществляющие оперативно-разыскную деятельность, ежедневно испытывают различные физические нагрузки.

Зачастую физическую силу им приходится применять во время задержания правонарушителей, особенно когда приходится задерживать правонарушителя, находящегося в состоянии наркотического опьянения; ведь человек, находящийся в таком состоянии не отдает отчета своим действиям, у него притупляются все ощущения, в том числе ощущения боли и страха.

Помимо этого, оперативный сотрудник должен быть готов и к тому, что задерживаемый может проявить психологическую нестабильность: невротизм, истерия, нахождение его в состоянии опьянения, может привести к потере им самообладания, у него могут наблюдаться приглушение болевых порогов и галлюцинаторное восприятие действительности [4, с. 106].

Как показывает практика, задержание правонарушителя является конечной фазой, а предшествует этому проявление скоростных и силовых качеств, поэтому на занятиях по тактике применения боевых приемов борьбы целесообразно применять комплексные упражнения, позволяющие сотруднику активнее использовать по своему усмотрению технико-тактические действия при выполнении моделируемой оперативно-служебной задачи.

Указанные навыки можно формировать не только на практических занятиях по физической подготовке, но и тренажах перед заступлением на службу, при правильной организации которых сотрудники должны не только в теоретической форме получить необходимую информацию об изменениях в оперативной обстановке, но и практически отработать боевые приемы борьбы в условиях, имитирующих наиболее типичные для конкретного подразделения служебные ситуации (при проверке документов, остановке автотранспортных средств, доставлении правонарушителей и их задержании в общественных местах, зданиях, транспортных средствах и других объектах инфраструктуры) [3, с. 269].

Все вышесказанное свидетельствует о том, что в процессе тренировок оперативный сотрудник должен овладеть навыками, которые способствуют эффективному применению физической силы после нагрузки, в частности бега на короткие (до 100 м) и средние дистанции (до 1000 м), а также действиям в средствах индивидуальной бронезащиты, с чем чаще всего сталкивается сотрудник во время задержания.

При оказании сопротивления задерживаемый может применять оружие либо предметы, используемые в качестве оружия, поэтому требуется уделять внимание комплексу следующих элементов:

- изучению и отработке навыков противодействия вооруженным правонарушителям после физической нагрузки (бега на расстояние до 100 (1000) м;
- связыванию первого элемента с отработкой расслабляющих ударов и удушающих приемов;
- проведению занятий путем моделирования ситуаций, включающих в себя преследование, силовое сопротивление, задержание правонарушителя и сохранения и сбора вещественных доказательств.

Каждый из этих этапов подразумевает наличие определенных профессионально важных способностей умений и навыков. Так, для преследования требуются скоростные, координационные способности и выносливость, для ведения единоборства и силового задержания – скоростно-силовые, силовые способности, умения и навыки владения боевыми приемами борьбы, для контроля подозреваемого и вещественных доказательств преступной деятельности – умение провести наружный досмотр.

Достижение всех этих навыков и умений возможно посредством проведения комплексных тренировок, включающих в себя не только физические навыки, но и средства ситуационного моделирования, развитие профессионально важных психологических качеств: уравновешенность, саморегуляция, стабильность и экстравертность.

Описанный комплекс средств направлен на успешную реализацию оперативно-служебных задач, задержание подозреваемых и обвиняемых, сохранение доказательств, имеющих отношение к совершенному противоправному деянию, без превышения установленных законодательством мер; способствует развитию широких адаптационных возможностей сотрудника в кратчайшие сроки, что значительно помогает при осуществлении указанных выше функций [5, с. 24].

Учитывая сложность и опасность выполняемых служебных задач, риск и физические нагрузки, сопровождающие службу в органах внутренних дел, сотрудники нуждаются в компенсации как физических, так и психических сил.

Лечебный эффект, коррекция отклонений в состоянии здоровья и профилактика успешно достигаются средствами физической культуры – специально разработанными физическими упражнениями, обеспечивающими ликвидацию последствий травм, переутомления.

Следовательно, высокий уровень физической подготовки обеспечивает сотрудникам ОВД необходимую устойчивость психологических функций и высокую умственную работоспособность в критических условиях. Значения этих показателей определяются рядом характеристик. Основными являются следующие: быстрота, точность, автоматизм.

Анализируя функции физической подготовки и её практическое значение в подготовке сотрудников правоохранительных органов, убеждаемся в ее широких возможностях благоприятного воздействия на физическое и психоэмоциональное благополучие, эффективного развития как физических, так и морально-волевых качеств, необходимых для успешного выполнения служебных задач.

### Список литературы

1. Приказ МВД России от 01.07.2017 № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: <http://www.pravo.gov.ru> (дата обращения: 06.11.2020).

2. Красилов, О. В. Психологическая и физическая подготовка сотрудников полиции в современных условиях / О. В. Красилов, С. В. Мананников // Актуальные проблемы борьбы с преступлениями и иными правонарушениями. – 2021. – № 21–2. – С. 231–232.

3. Паршин, С. В. Роль физической подготовки в профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации / С. В. Паршин, М. Ш. Муслимов // Эпоха науки. – 2020. – № 22. – С. 269–272.

4. Петров, К. Н. Физическая подготовка как одна из профессиональных компетенций сотрудника полиции / К. Н. Петров // E-Scio. – 2020. – № 9 (48). – С. 106–110.

5. Шевырталов, Е. П. Роль физической подготовки в деятельности сотрудника полиции / Е. П. Шевырталов, Д. Г. Басистов // Интернаука. – 2020. – № 9 (138). – С. 24–26.