

Гричанов А.С.¹

доцент кафедры уголовного права,
уголовного процесса и правоохранительной деятельности
Российского университета транспорта,
кандидат педагогических наук, доцент

Панов Е.В.²

доцент кафедры физической подготовки
Сибирского юридического института МВД России
кандидат педагогических наук, доцент.

ИНТЕГРАЦИЯ ВСЕСТОРОННЕГО ПОДХОДА В ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС ПОЛИЦЕЙСКИХ-САМБИСТОВ

В связи с особенностями оперативно-служебной деятельности сотрудникам полиции наравне с общефизической подготовленностью необходимо владеть специальными двигательными навыками, включающими владение техникой единоборств, развитыми скоростными качествами и ловкостью, обеспечивающей эффективное маневрирование в экстремальных ситуациях [5, с.87]. Поэтому, специализированные разделы физической подготовки образовательных организаций МВД России, включающие занятия спортивными единоборствами, содержат расширенную методику совершенствования профессиональных компетенций, соответствуют всем требованиям реалий практической деятельности сотрудников полиции и направлены на повышение эффективности выполнения служебных обязанностей [4, с.209].

Характеризуя элементы спортивных единоборств, которыми занимаются сотрудники полиции в стенах образовательных организаций МВД России, следует отметить их ближнюю дистанцию (в большинстве случаев – вплотную), обуславливающую высокий уровень неопределенности, максимальный уровень интенсивности усилий, что предъявляет повышенные физические, технико-тактические и психологические требования к

¹ © Гричанов А.С., 2026

² © Панов Е.В., 2026

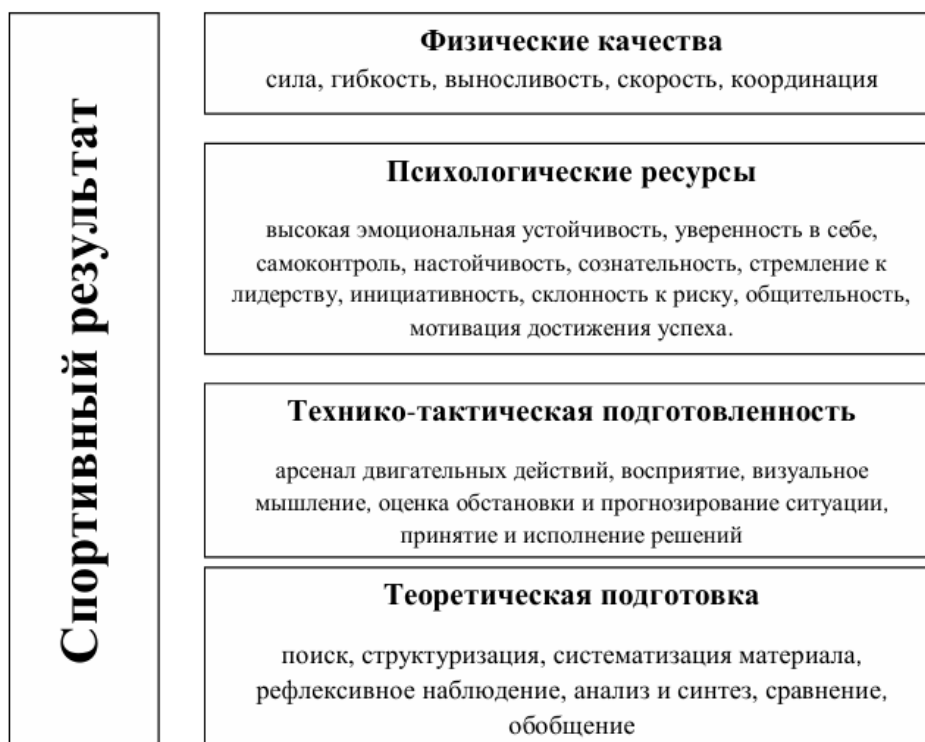
обучающимся, сложность в определении объемов и контроле уровня их подготовленности. Такая проблематика встает особенно остро, когда обсуждается возможность принятия участия в соревнованиях по борьбе наиболее подготовленных полицейских.

Учитывая, что основной функцией полиции является нейтрализация и задержание правонарушителей, применяемая ими техника борьбы преимущественно базируется на методиках захвата, бросков, болевых воздействий на суставы, сковывающих приемах и техниках удушения. Самбо выступает традиционным российским видом боевых искусств, наиболее соответствующим специфическим требованиям полицейской службы. Безусловно, интенсивные тренировки и систематическое участие сотрудников полиции в борцовских турнирах способствуют формированию комплекса профессионально значимых качеств, включая физическую выносливость, координацию, силовые показатели, гибкость опорно-двигательного аппарата, эмоционально-волевую устойчивость, способность оперативно принимать обоснованные решения в условиях стрессогенной обстановки [2, с.146]. Данные психофизические характеристики приобретают значимость в особых условиях несения службы, когда от скорости адекватного восприятия ситуации и рациональности действий зависит успешность выполнения профессиональных обязанностей. В связи с этим, целью проведенного исследования стало изучение влияния комплексного подхода в тренировочном процессе полицейских-самбистов выявление перспективных путей совершенствования педагогического обеспечения физической подготовки сотрудников полиции.

В рамках подготовки к соревнованиям некоторые авторы отмечают важность комплексной подготовки спортсменов, занимающихся спортивными единоборствами, объединяя совершенствование каждого из компонентов спортивной тренировки (физического, технико-тактического, физиологического и психологического) и позволяя им проявить свой максимальный потенциал в соревнованиях [3, с.65]. Совершенствование физических компонентов борца должно преследовать цель улучшения его предсоревновательной подготовки [1], повышения общего спортивного уровня.

Исследование научной литературы позволило переосмыслить и сгруппировать наиболее важные качества и способности спортсмена-борца (табл. 1).

Комплексный подход в тренировочном процессе борца



Представленные компоненты необходимы и, следовательно, должны рассматриваться как взаимосвязанные, образующие единое целое. Таким образом, в рамках одного тренировочного занятия важно учитывать их комплексное применение, основанное на функциональной корреляции, оптимальном сочетании и интеграции для достижения поставленных целей. Данный подход обеспечивает эффективное использование ресурсов и способствует повышению качества тренировочного процесса через консолидацию научных знаний и практических методик.

Обобщение педагогического опыта в рассматриваемой области позволил сделать выводы о том, что комплексная физическая подготовка полицейских-самбистов имеет определенные особенности:

- методология комплексной физической подготовки требует от борца высокого уровня технической и тактической подготовленности, которые представляют собой базис для улучшения психологических и физических навыков;
- моделирование тренировочного процесса должно быть основано на принципе необходимости работать над теми качествами и способностями, которые требуются во время соревнований;

- существует определенная специфика формирования и поддержки мотивации;
- восприятие спортивной борьбы как универсального единоборства, имеющего прикладной характер в профессии полицейского.

В заключении следует отметить, что интеграция комплексного подхода в тренировочный процесс полицейских-самбистов, основанного на интеграции, синергии и консолидации различных методик, является перспективным направлением оптимизации системы физического совершенствования сотрудников МВД России. Использование такого рода подхода будет обеспечивать эффективное развитие силовых показателей, тактико-технических способностей, а также повышение гибкости не только у высококвалифицированных полицейских-самбистов, но и у других категорий полицейских, имеющих разные степени физической тренированности, а также входящих в различные возрастные категории. Вместе с этим, комплексирование тренировочных методов выходит за пределы традиционного образовательного формата и предусматривает углубленную индивидуализацию тренировочного процесса тех сотрудников полиции, которые активно участвуют в спортивных соревнованиях.

Литература

1. Верещака В.Р., Тациян А.А. Теоретическое обоснование влияния эмоциональных состояний на эффективность выполнения технико-тактических действий самбистов / Физическая культура, спорт и туризм в высшем образовании. Сборник материалов XXXII всероссийской научно-практической конференции студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых, профессорско-преподавательского состава. Ростов-на-Дону, 2021. С. 28-33.
2. Гуралев В.М., Дворкин В.М., Осипов А.Ю., Лепилина Т.В. Изучение влияния специфичных интервальных тренировок на показатели физической и соревновательной готовности борцов дзюдо // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2025. № 1(239). С. 141-148.
3. Зинкевич Д.А. Совершенствование методики силовой подготовки борцов на основе комплексного подхода // Оптимизация учебно-воспитательного процесса в образовательных организациях физической культуры. Челябинск: Уральский государственный университет физической культуры, 2017. С. 65-67.
4. Пивоваров В.Н., Гричанов А.С. К проблеме совершенствования технико-тактических действий борьбы самбо на этапе первоначальной подготовки курсантов в образовательных организациях МВД России // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. 2021. № 1(40). С. 208-210.

5. Шеенко Е.И., Балакин Ю.П., Клочков Р.В., Воробьева О.И. О необходимости коррекции физической подготовки будущих сотрудников полиции на основе моделирования экстремальных ситуаций профессионального характера // Право и образование. 2021. № 11. С. 86-94.

УДК 796.011.3

Егоров С.Н.¹

Доцент кафедры физической подготовки
учебно-научного комплекса специальной подготовки
Московского ордена Почета университета
МВД России имени В.Я. Кикотя

Перескоков И.Е.²

Преподаватель кафедры физической подготовки
учебно-научного комплекса специальной подготовки
Московского ордена Почета университета
МВД России имени В.Я. Кикотя

**ВЛИЯНИЕ ВНЕДРЕНИЯ БОЕВЫХ ПРИЕМОВ БОРЬБЫ В ПРОЦЕСС
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ В МУ МВД РОССИИ
ИМ. В.Я. КИКОТЯ НА РАЗВИТИЕ ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ**

В Московском ордена Почета университете МВД России имени В.Я. Кикотя дисциплина «Физическая подготовка» является ключевым элементом профессионального становления будущих сотрудников правоохранительных органов. Учебный процесс и программа в университете построены таким образом, чтобы обеспечить подготовку квалифицированных кадров, способных эффективно выполнять служебно-оперативные задачи в различных условиях [7, с. 325].

Особую актуальность приобретает исследование данной проблематики в контексте изменений нормативно-правовой базы и новых требований к физической подготовке сотрудников, вступивших в силу в период 2024 года [3, с. 33].

¹ © Егоров С.Н., 2026

² © Перескоков И.Е., 2026