

навыка – выполнение серий, работу в заданном темпе, сохранение качества техники при умеренном утомлении. На третьем этапе реализуется прикладной перенос, когда ударные действия включаются в ситуационные задания, моделирующие элементы служебной деятельности. Подобная логика соответствует данным исследований по совершенствованию технико-тактических действий курсантов МВД России¹.

Практика показывает, что значительный эффект дает включение упражнений на точность попадания и дозированной скоростно-силовую работу по мишеням. Такие задания развивают способность управлять усилием, что важно с точки зрения правомерности применения силы. Кроме того, целесообразно использовать краткие регламентированные раунды с конкретной задачей (например, работа сериями с обязательным защитным действием после каждого удара). Это формирует у обучающихся привычку не «зависать» после атаки и сохранять готовность к дальнейшим действиям.

Не менее важным является систематический текущий контроль. Он может включать тестовые задания на точность, серийность и устойчивость техники. Фиксация типичных ошибок и инди-

видуальная коррекция позволяют повысить эффективность обучения и снизить риск закрепления неправильных двигательных стереотипов. В работах, посвященных рукопашному бою в системе МВД, подчеркивается, что соревновательные и зачетные формы контроля положительно влияют на мотивацию обучающихся и качество освоения техники.²

Таким образом, совершенствование ударной техники курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России следует рассматривать как комплексную педагогическую задачу, объединяющую техническую, физическую и тактическую подготовку. Анализ научных источников позволяет выделить ключевые направления повышения эффективности: поэтапное обучение с прикладной направленностью, алгоритмизация техники, вариативность упражнений, использование адаптированных боксерских средств и регулярный контроль качества выполнения. Реализация этих положений в учебном процессе способствует формированию более надежных и управляемых ударных навыков, повышает прикладную готовность обучающихся и соответствует задачам профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел.

Фомин С.А.

Сибирский юридический институт МВД России (г. Красноярск)

Особенности физической подготовки экипажей мотобата подразделения ДПС для эффективного выполнения должностных обязанностей

Патрулирование службами дорожной полиции с использованием в качестве транспортных средств мотоциклов

стало неотъемлемой частью организации дорожного движения. Мотоцикл обладает исключительной маневренно-

1 Насадюк Е.В. Особенности совершенствования технико-тактических приемов рукопашного боя курсантами МВД России // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. 2024. № 8.

2 Особенности технической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России, занимающихся рукопашным боем / Г.Л. Аракелян, Н.В. Бичан, И.Н. Блудова, С.В. Никифоров // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2021. № 4(87).

стью, способностью оперативно перемещаться в условиях дорожных пробок и плотного движения, преследовать и осуществлять оперативные меры по задержанию мототранспорта нарушителей ПДД. Для уверенного движения на мотоцикле и выполнения специфических профессиональных функций водитель-сотрудник ДПС должен обладать определенными антропометрическими, физическими и профессиональными навыками.

Одним из основных качеств сотрудника полиции является его физическая подготовка. В различных подразделениях структуры МВД требования к сотрудникам зависят от занимаемой должности и специфики выполнения служебных задач, так, например, подразделение ДПС Госавтоинспекции требует наличия высокого уровня физической подготовки как для сотрудников, так и для кандидатов на должность.

В настоящее время в подразделении ДПС г. Красноярска действует рота мотовзвода, где задачами сотрудников являются – выявление и пресечение административных нарушений на дорогах общего пользования. Служба в мотобате имеет ряд своих особенностей, например, необходимость освоения навыков экстремального и контраварийного вождения, поскольку профессиональный уровень инспектора должен быть существенно выше, чем у рядового пользователя мотоцикла, а средства патрулирования должны быть качественными (в виде мототехники высокого класса), что требует от сотрудника особых навыков управления. Для успешного выполнения должностных обязанностей такие сотрудники должны обладать не только высокой психологической устойчивостью и умением управлять таким видом транспорта, но и иметь хорошее здоровье и отличную физическую подготовку.

Повышение уровня физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации и непосредственно в подразделениях госавтоинспекции является основным направлением профессиональной подготовки сотрудников полиции. Профессиональная подготовка подразделяется на общую и специальную физическую.

Согласно литературным данным¹, специальная физическая подготовка нацелена на усовершенствование умений (навыков), которые используются для выполнения служебных задач. Особенности этой подготовки заключаются в ежедневных тренировках, направленных на формирование физической формы.

Общая физическая подготовка – это организованная система занятий физическими упражнениями, при которой развиваются все определенные волевые и физические качества. Данный вид подготовки нацелен на укрепление здоровья, закаляет иммунитет, а также является «фундаментом» для специальной физической подготовки.

Приказом МВД России от 2 февраля 2024 г. № 44 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации» выделены основные направления, которые развивают необходимые физические навыки и способности сотрудника Госавтоинспекции.

Специфика деятельности Госавтоинспекции направлена на предотвращение преступности и правонарушений в области безопасности дорожного движения. Таким образом, можно сделать вывод, что сотрудники ДПС, выполняя свои должностные обязанности, вероятно могут находиться в условиях, связанных с высоким риском для жизни и здоровья, и им необходимо быть постоянно в хорошей физической форме, быть го-

1 Славко А.Л., Витютнев Е.Е. Совершенствование процесса физической подготовки сотрудников органов внутренних дел // Вестник Краснодарского университета МВД России. 2018. № 2(40). С. 42.

товыми использовать свои профессиональные умения и навыки для пресечения преступлений и правонарушений¹. При этом сотрудник обязан руководствоваться главой № 5 Федерального закона «О полиции».

В подразделениях Госавтоинспекции особое место в иерархии занимает взвод мотобата, который осуществляет несение дежурства непосредственно на мотоциклах. Управление мотоциклом тесно связано с мотоспортом и умениями управлять мотоциклом в режимах, существенно отличающихся от случаев спокойного повседневного вождения. В экстремальных ситуациях (например, при преследовании преступника) сотрудники мотобата должны оперативно преследовать, догонять и оказывать специфические воздействия по задержанию нарушителя, возможно даже с применением табельного оружия. При управлении мотоциклом требуется высокая концентрация внимания, повышенная умственная и физическая нагрузка, работают различные группы мышц. Так, например, при торможении основная нагрузка переходит на мышцы предплечья и грудную клетку.

При маневрировании и прохождении поворотов задействуются мышцы ног, корпуса и поясницы, так как пилот мотоцикла опирается коленями на бак, при этом создает дополнительное давление на подножки и реактивный момент от общего наклона или поворота корпуса. При интенсивном ускорении водитель держится за грипсы руля, чтобы его не сбросило с техники, при этом задействованы мышцы плечевого пояса и спины. Также для безопасного управления мотоциклом важно укрепление мышц шейного отдела.

Важным аспектом повышения уверенности управления мотоциклом является внимание его специфическим качествам. Так, дорожный мотоцикл

принципиально отличается по техническим возможностям и приемам управления от туристического эндуро. А преследовать, например питбайки, приходится и в условиях пересеченной местности и даже бездорожья. Поэтому на вооружении мотобатов находятся как дорожные мотоциклы, так и мотоциклы повышенной проходимости.

Опираясь на вышеизложенное, можно отметить ряд упражнений, которые способны развивать физическое состояние сотрудника подразделения Госавтоинспекции мотовзвода. В таблице приведены виды физических упражнений, способствующих развитию основных групп мышц, задействованных при эффективной и качественной работе сотрудников ДПС в процессе управления мотоциклом.

Ежедневные тренировки способствуют улучшению физических показателей сотрудника полиции, а также увеличивают шанс на успешное выполнение задач в своей деятельности.

Так, нами были проанализированы основные способы повышения уровня физической подготовки сотрудников подразделения Госавтоинспекции, согласно приказу МВД России от 2 февраля 2024 г № 44 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации» выделены основные направления, которые развивают необходимые физические навыки и способности сотрудника Госавтоинспекции.

Основные программы физической подготовки сотрудников ДПС являются индивидуальными. Были рекомендованы упражнения для сотрудников подразделения мотобата ДПС и предложена программа ежедневных тренировок согласно методическим указанием для повышения физических показателей.

1 Панферов Р.Г. Профессионально-физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел: характеристика и особенности // Наука. 2022. № 1(55). С. 15.

Таблица

Упражнения для сотрудников мотобата

Группа мышц	Вид упражнения	Ссылка (интернет-ресурс) на технологию упражнения
Предплечье	Запястные сжимания	https://bodybuilding-and-fitness.ru/myshcy/ruki/predplechya/uprazhneniya-na-predplechya.html
Грудная клетка	Отжимания под разным углом, в том числе на брусьях	https://cross.expert/programmyrenirovok/uprazhneniya-na-grudnye-myshtsy.html
Мышцы плеч	Жим штанги стоя или сидя	https://cross.expert/programmytrenirovok/uprazhneniya-na-delti.html
Мышцы спины	Подтягивание на перекладине (гимнастический турник)	https://journal.tinkoff.ru/list/back-exercises/
Шейный отдел	Растяжка	https://www.flexsport.ru/blog/fitnes/gimnastika-dlya-sheynogo-otdela/

Блудов И.Р.

Воронежский институт МВД России (г. Воронеж)

**Служебно-прикладная полоса препятствий:
ключевой аспект профессиональной подготовки курсантов и слушателей
образовательных организаций МВД России**

Профессиональная подготовка в органах внутренних дел (далее – ОВД) имеет определяющее значение для формирования профессиональных компетенций, связанных с выполнением оперативно-служебных задач по правомерному и эффективному применению физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия. С учетом динамичности оперативной обстановки в различных регионах нашей страны, требования к профессиональной подготовке сотрудников ОВД непрерывно возрастают. Стоит отметить, что в условиях дефицита кадрового состава в правоохранительной системе, необходимость в специалистахкратно возрастает, при этом штат сотрудников территориальных органов комплектуется преимущественно выпускниками образовательных организаций МВД России.

В этой связи, мы считаем, что необходимо совершенствовать существующие научно-методические технологии образовательного процесса путем использования современных средств и методов обучения курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России.

Служебно-прикладная полоса препятствий (далее – СППП) играет ключевую роль в профессиональной подготовке курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России. Выполняемые упражнения на СППП способствует формированию физической и стрелковой подготовленности, необходимой для выполнения оперативно-служебных задач в профессиональной деятельности. Ряд исследователей и специалистов в сфере профессионального образования отмечают значимость СППП в подготовке обуча-