

УДК 796.1

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК ОСНОВНОЙ КОМПОНЕНТ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ
СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ**

**PHYSICAL CULTURE AND SPORT AS THE MAIN A COMPONENT
OF IMPROVING PROFESSIONALLY IMPORTANT PHYSICAL QUALITIES
OF LAW ENFORCEMENT OFFICERS**

Струганов Сергей Михайлович

кандидат педагогических наук, доцент

кафедра физической подготовки

Восточно-Сибирский институт Министерства внутренних дел России

г. Иркутск, Россия

Struganov Sergey Mikhailovich

Ph. D., associate professor

department of physical training

East Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia

Irkutsk, Russia

Глубокий Владимир Анатольевич

кандидат педагогических наук, доцент

кафедра физической подготовки

Сибирский юридический институт Министерства внутренних дел России

г. Красноярск, Россия

Glubokiy Vladimir Anatolyevich

department of physical training

Siberian Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia

Krasnoyarsk, Russia

Гаврилов Дмитрий Анатольевич

преподаватель

кафедра физической подготовки

Восточно-Сибирский институт Министерства внутренних дел России

г. Иркутск, Россия

Gavrilov Dmitry Anatolyevich

lecturer

department of physical training

East Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia

Irkutsk, Russia

Аннотация. В статье показана значимость физической культуры и спорта в подготовке курсантов, слушателей образовательных организаций Министерства внутренних дел (МВД) России и сотрудников правоохранительных органов. Показаны наиболее распространенные формы и средства, на которые необходимо обращать внимание в образовательном и воспитательном процессе при подготовке высоко-

квалифицированных специалистов в области правоохранительной деятельности, способствующие развитию и формированию умений и навыков физической и профессиональной подготовке.

Abstract. *The article shows the importance of physical culture and sports in the training of cadets, students of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia and law enforcement officers. The most common forms and means that need to be paid attention to in the educational and educational process in the preparation of highly qualified specialists in the field of law enforcement activities contributing to the development and formation of skills and abilities of physical and vocational training are shown.*

Ключевые слова: *физическая культура; спорт; физические качества; сотрудники правоохранительных органов; физическая подготовка; профессиональная подготовленность; здоровый образ жизни; спортивно-массовые мероприятия.*

Keywords: *physical culture; sports; physical qualities; law enforcement officers; physical training; professional readiness; healthy lifestyle; mass sports events.*

Физическая подготовка играет большую роль в профессиональном становлении сотрудников органов внутренних дел. Спорт, как составляющая физической культуры способствует воспитанию в человеке волевых качеств, укрепляет здоровье, повышает уровень физической готовности сотрудников к выполнению оперативно-служебных задач, обеспечивает высокий уровень работоспособности в процессе служебной деятельности. Помимо общей физической подготовки МВД России уделяет особое внимание профессиональной подготовке сотрудников.

Рассмотрим составляющие данного понятия. Физическая подготовка – обязательная часть учебного процесса в образовательных организациях МВД России, направленная на поддержание и укрепление здоровья, формирование необходимых физических навыков, а также выработку волевых качеств и личностных ориентаций у курсантов и слушателей [3, с. 95]. Служебно-прикладная подготовка также является элементом учебного процесса, которая ориентирована на выработку и совершенствование профессионально важных физических и личностных характеристик, от которых зависит в последующем уровень производительности труда сотрудников органов внутренних дел (ОВД).

Актуальность данного исследования подтверждается тем, что физическое развитие продолжается на всем протяжении работы в органах внутренних дел, так как физическая культура и спорт неразрывно связаны со служебными обязанностями сотрудников и являются элементом обязательной подготовки должностных лиц.

Физическое развитие сотрудников полиции имеет обширную научную базу, так, в данной области деятельности имеется много работ, среди которых следует выделить Л. П. Матвеева, Л. М. Куликова, В. Н. Платонова, Ф. П. Сулова, Ю. В. Верхошанского, В. Н. Селуянова, Н. Г. Озолина и другие. В их работах рассматриваются общие проблемы развития и совершенствования физических качеств человека, а также прослеживаются наиболее эффективные методы освоения учебной программы и методы проведения учебно-тренировочных занятий.

Служба в органах внутренних дел неизбежно связана с высоким уровнем стресса. Особенно остро эта проблема стоит на начальных этапах служебной деятельности, а именно при поступлении в ведомственную образовательную орга-

низацию. Первокурсники проходят период адаптации к новым условиям, ведь жизнь с момента поступления кардинально меняется. Резкая смена обстановки – уже сам по себе сильно сказывается на эмоциональном и психическом состоянии курсантов. Это связано с четким исполнением уставов и регламентов, ненормированным графиком службы, непривычными условиями проживания и многими другими особенностями службы в органах внутренних дел, которые несут в себе иногда пагубные влияния на физическое и духовное состояние курсантов, наряду с которыми необходимо проводить различные комплексы мероприятий, способствующие адаптации, сплочению коллектива.

Для успешного преодоления всех трудностей и решения поставленных задач, которые возникают во время службы и учебы, курсантам необходимо контактировать между собой, объединять усилия и сплоченно работать. Вместе с этим от сотрудников образовательных организаций, занимающихся морально-психологическим климатом необходимо помочь первокурсникам быстрому формированию их психо-логической устойчивости и служебной деятельности в коллективе.

Одной из наиболее эффективных форм являются различные спортивно-массовые мероприятия, особенно предпочтение отводится командным соревнованиям, например, эстафеты, марш-броски, игровые виды спорта, туристические походы и так далее, которые помогают быстро установить доверительные отношения между их участниками, учат сплоченной и коллективной работе, помогать друг другу для достижения положительного результата в неформальной обстановке. Данная практика помогает молодым сотрудникам адаптироваться к новой среде без долгих нудных бесед и участия большого количества посторонних лиц, что способствует формированию у них способности быстро реагировать на изменения окружающей среды, принимать решения и налаживать контакт с различными типами личностей [2, с. 72].

Систематические занятия физической подготовкой оказывают глубокое и всеобъемлющее влияние на физическое совершенствование и подготовленность курсантов, положительно влияют на состояние их здоровья. Физическое развитие необходимо для полноценного проявления и совершенствования применения всех функций человеческого организма. Результатом физического развития являются положительные изменения возможностей организма, их расширение. Систематическая тренировка физических навыков позволяет развивать их и добиваться стабильных результатов. Упор делается на развитие одновременно всех физических качеств: силы, выносливости, ловкости, быстроты. Комплексное развитие физических качеств организма способствует формированию стабильной базы двигательных навыков [5, с. 12].

В учебных заведениях МВД России физическая подготовка включена в педагогический процесс, который формируется с учетом приоритета наиболее важных качеств, необходимых для профессиональной деятельности в органах внутренних дел.

Именно особенности службы определяют задачи, которые стоят перед профильной подготовкой обучающихся. Система образования подразумевает последовательное и постепенное совершенствование навыков и умений.

Данный этап начинается с формирования необходимой базы знаний. Далее на их основе осваиваются прикладные навыки. Следующим этапом, на фундаменте уже полученных теоретических знаний и практических навыков, происходит прививание курсантам осознания необходимости выполняемых действий, формирование психофизических качеств, а также специальных качеств, которые понадобятся им в процессе дальнейшей службы.

В рамках занятий, курсанты осваивают необходимый минимум, состоящий из основ владения боевыми приемами борьбы, использованием специальных средств, а также развитие и совершенствование физических качеств. Однако это не восполняет в полном объеме требования рабочей программы: помимо физических данных, сотруднику необходимо на высоком уровне овладеть моральными качествами, которые требуются от него для прохождения службы. В данное понятие входят способность самостоятельно и оперативно принимать решения, сохранять самообладание в стрессовых ситуациях, проявлять тактичность при обращении с гражданами и ряд других качеств и умений, которые способствуют формированию положительного морального облика сотрудника органов внутренних дел в глазах общественности [1, с. 38].

Отдельное внимание следует уделить профессиональной спортивной деятельности курсантов и слушателей, которую они совмещают с учебной и служебной деятельностью. Высокие требования к уровню физической подготовленности сотрудников предъявляются еще на этапе отбора кандидатов на обучение, поэтому не удивительно, что среди обучающихся есть множество курсантов, которые имеют спортивные звания и разряды разным видам спорта.

В ведомственных вузах профессиональное занятие спортом всячески поощряется, но, при условии, что успехи в спорте не идут в ущерб усвоению общей образовательной программы. В противном случае, руководством образовательной организации могут быть применены ограничительные меры в отношении спортсмена, например, запрет на посещение учебно-тренировочных занятий и участие в соревнованиях до устранения академических задолженностей. Спортсмены могут принимать участие в соревнованиях как в составе сборной, представляющей интересы образовательной организации или Министерства внутренних дел, так и в составе государственных сборных разного уровня, также спортсмен может представлять личные интересы [4, с. 79].

Нужно отметить, что в образовательных организациях МВД России уделяется основное внимание профилирующим видам спорта, которые входят в спартакиаду образовательных организаций МВД России: самбо, рукопашный бой, бокс, лыжные гонки, служебное двоеборье, легкоатлетический кросс, служебный биатлон, мини-футбол, стрельба из боевого стрелкового оружия, преодоление полосы препятствий со стрельбой, плавание.

Как уже было сказано ранее, профессиональная физическая подготовка уже действующих сотрудников органов внутренних дел осуществляется регулярно и реализуется по месту службы, или в специальных организациях, специализирующихся в данной сфере. Профессиональная переподготовка осуществляется с целью совершенствования профессиональных умений и навыков, повышения уровня зна-

ний, которые необходимы для успешного выполнения оперативно-служебных задач в профессиональной деятельности.

Контроль за организационным и методическим обеспечением профессиональной подготовки проводят кадровые подразделения, правовые подразделения, а также иные подразделения, осуществляющие надзор за оперативно-служебной деятельностью.

Служебная подготовка содержит непосредственное изучение нормативно-правовых актов, согласно которым осуществляется профессиональная деятельность, регламентирующие меры личной безопасности при выполнении служебных задач. В профессиональную подготовку входит обучение сотрудников тактическим приемам несения службы, правилам оказания первой помощи, правилам эксплуатации технических средств и специального снаряжения, действиям в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, а также в режиме военного времени [6, с. 264].

В программу специальной физической подготовки входят такие элементы, как боевые приемы борьбы (в том числе и с автоматом), различные удары и защита от них, броски и кувырки, приемы освобождений от захватов и обхватов и так далее. Также данная программа может включать упражнения из легкой атлетики, а также разнообразные спортивные игры, включая баскетбол, футбол, волейбол.

Профессионально-прикладная подготовка имеет тенденцию к непрерывности. Она проводится регулярно в различных формах. Первоначальная подготовка дается в образовательных организациях МВД России или специальных центрах подготовки. Среди действующих сотрудников организуется комплекс физкультурных и спортивных мероприятий, направленных на повышение профессионализма.

Подводя итог, следует отметить, что физическая культура и спорт играют большую роль при подготовке сотрудников правоохранительных органов, которые широко распространены не только в органах внутренних дел, но и других силовых ведомствах. Также здесь проводится пропаганда активного и здорового образа жизни, которая является составляющей для сотрудников в повседневной жизни с целью поддержания высокой работоспособности и укрепления организма к неблагоприятным факторам служебной деятельности.

Литература

1. *Влияние методов физического воспитания на адаптацию организма сотрудников силовых ведомств к экстремальным ситуациям профессиональной деятельности / А. В. Балашов [и др.] // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2021. № 4 (194). С. 36-40.*
2. *Служебно-прикладные виды спорта как основа профессионального становления сотрудника ОВД / А. Н. Кулиничев [и др.] // Вестник Белгородского юридического института МВД России имени И. Д. Путилина. 2016. № 1 (27). С. 71-73.*
3. *Осипов Д. В., Самсонова А. Ф., Носов С. А. Физическая подготовка как неотъемлемая часть образовательного процесса в высших учебных заведениях // Наука-2020. 2020. № 6 (42). С. 93-108. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44209917> (дата обращения: 13.05.2022).*

4. Панов Е. В., Данченко А. В. Формирование здорового образа жизни курсантов образовательных организаций системы МВД России // Интеграция теории и практики в общем, дополнительном и профессиональном физкультурном образовании : материалы II Национальной научно-практической онлайн-конференции с международным участием (г. Мытищи, 17 декабря 2020 г.). Москва : Московский государственный областной университет, 2021. С. 77-82.

5. Струганов С. М., Грушко В. М., Глубокий В. А. Повышение позитивного отношения молодежи к физической культуре и спорту как основа воспитания личности (на примере курсантов Восточно-Сибирского института МВД России) // Полицейская деятельность. 2020. № 4. С. 9-17.

6. Филатов А. В., Славко А. Л. Подготовка курсантов вузов МВД России к действиям в напряженных психологических ситуациях средствами физической подготовки // Вестник Московского университета МВД России. 2016. № 7. С. 263-265.

References

1. Balashov A. V. [et al.]. Vliyaniye metodov fizicheskogo vospitaniya na adaptatsiyu organizma sotrudnikov silovykh vedomstv k ekstremal'nym situatsiyam professional'noy deyatel'nosti [The influence of physical education methods on the adaptation of the body of law enforcement officers to extreme situations of professional activity]. Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta - Scientific notes of the P. F. Lesgaft University, 2021, no. 4 (194), pp. 36-40.

2. Kulinichev A. N. [et al.]. Sluzhebno-prikladnye vidy sporta kak osnova professional'nogo stanovleniya sotrudnika OVD [Service and applied sports as the basis of professional formation of an employee of the Department of Internal Affairs]. Vestnik Belgorodskogo yuridicheskogo instituta MVD Rossii imeni I. D. Putilina - Bulletin of the Belgorod Legal Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after I. D. Putilin, 2016, no. 1 (27), pp. 71-73.

7. Osipov D. V., Samsonova A. F., Nosov S. A. Fizicheskaya podgotovka kak neot'em-lemaya chast' obrazovatel'nogo protsessa v vysshikh uchebnykh zavedeniyakh [Physical training as an integral part of the educational process in higher educational institutions]. Nauka-2020 – Science-2020, 2020, no. 6 (42), pp. 93-108. Available at: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44209917> (accessed: 13.05.2022).

3. Panov E. V., Danchenko A. V. [Formation of a healthy lifestyle for cadets of educational organizations of the system of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. Integratsiya teorii i praktiki v obshchem, dopolnitel'nom i professional'nom fizkul'turnom obrazovanii. Materialy II Natsional'noy nauchno-prakticheskoy onlayn-konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem (g. Mytishchi, 17 dekabrya 2020 g.) [Integration of theory and practice in general, additional and professional physical education. Materials of the II National scientific and practical online conference with international participation (Mytishchi, December 17, 2020)]. Moscow, Moscow State Regional University Publ., 2021, pp. 77-82. (In Russia).

4. Struganov S. M., Grushko V. M., Glubokiy V. A. Povysheniye pozitivnogo otno-sheniya molodezhi k fizicheskoy kul'ture i sportu kak osnova vospitaniya lichnosti (na primere kursantov Vostochno-Sibirskogo instituta MVD Rossii) [Improving the positive attitude of young people to physical culture and sports as a basis for educating a personality (on the example of cadets of the East Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia)]. Politseyskaya deyatel'nost' - Police activity, 2020, no. 4, pp. 9-17.

5. Filatov A. V., Slavko A. L. Podgotovka kursantov vuzov MVD Rossii k deystviyam v napryazhennykh psikhologicheskikh situatsiyakh sredstvami fizicheskoy podgotovki [Preparation

of cadets of universities of the Ministry of Internal Affairs of Russia for actions in stressful psychological situations by means of physical training]. Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii - Bulletin of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2016, no. 7, pp. 263-265.