

нервной системы, а также механизмами гуморальной регуляции функций организма¹.

В наших исследованиях² была выявлена связь стрессоустойчивости и проявления умственной работоспособности в условиях стрессового воздействия психологического характера, с типологическими свойствами и состоянием нервной системы. Показано, что выполнение корректурной пробы у лиц с симпатикотоническим вариантом исходного вегетативного тонуса сопровождалось

стрессовой реакцией, в то время как у ваготоников стресса не возникало. При этом показатели умственной работоспособности у ваготоников были выше, чем у симпатикотоников.

Вышеизложенное позволяет в структуре индивидуальной готовности сотрудника ОВД к применению огнестрельного оружия в экстремальных ситуациях рассматривать стрессоустойчивость как одну из составляющих психофизиологического компонента³ его подготовки и готовности.

Юсупова О.А.,

кандидат педагогических наук, доцент
Сибирский юридический институт МВД России (г. Красноярск)

Условия достижения высоких результатов в стрельбе сотрудниками органов внутренних дел

Умение эффективно применять табельное оружие в служебной деятельности сотрудниками органов внутренних дел является необходимым условием их профессиональной подготовленности. В ситуациях, требующих применения оружия в соответствии с основаниями, предусмотренными Законом «О полиции», наибольшее значение зачастую имеют сформированные навыки быстрого приведения оружия в готовность и производства выстрела в очень ограниченное время.

В огневой подготовке полицейских эффективно могут применяться методические подходы, которые используют при подготовке спортсменов в служебно-прикладных стрелковых видах спорта, которые по содержанию схожи с

практической деятельностью сотрудника в ситуации применения оружия. Грамотные технические и тактические действия с оружием, умение осуществлять контроль своего психического состояния, метко поражать цели на различных дистанциях, в том числе после передвижения или смены изготровки – навыки, формируемые в процессе тренировок и соревнований в условиях состязательности.

Ежегодно в системе МВД России проводятся чемпионаты по служебно-прикладным видам спорта среди территориальных управлений МВД России и среди ведомственных образовательных организаций.

В образовательных организациях МВД России с курсантами, включенными в группы спортивного совершенствования

1 Зуйкова А.А. Методология и теоретические основы комплексного анализа адаптационных возможностей организма человека при стрессовых ситуациях различного генеза : дис. ... докт. мед. наук. Воронеж, 2006. 298 л.

2 Трифонов В.В, Каранкевич А.И. Особенности проявления умственной работоспособности у лиц с ваготоническим и симпатикотоническим вариантом исходного вегетативного тонуса в условиях стресса // Современные вопросы биомедицины. 2025. Т.9. № 1(31).

3 Марченко Б.И. Психофизиология экстремальных ситуаций : учебное пособие. Ростов-на-Дону ; Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2020. 115 с.

вания по прикладным видам спорта, организуются круглогодичные тренировки для подготовки к различным соревнованиям регионального и всероссийского уровня. Отбор спортсменов в сборные команды по видам спорта, включающим стрельбу из боевого оружия, осуществляется из числа курсантов, показывающих лучшие результаты на занятиях по дисциплине «Огневая подготовка». В рамках таких занятий преподаватели осуществляют педагогическое наблюдение за действиями и результатами выполнения упражнений стрельб обучающимися и могут отбирать курсантов, обладающих нужными качествами.

Для достижения высоких результатов в стрельбе из боевого оружия нужно учитывать, что стрелку приходится непрерывно анализировать и контролировать действия и положение тела во время выполнения упражнений. Так как пулевая стрельба относится к сложно координационным видам спорта, одним из условий выполнения качественного выстрела является умение стрелка сконцентрировать свое внимание на контроле за правильным выполнением элементов техники выстрела. Умение концентрироваться и продолжительное время удерживать внимание на своих действиях существенно влияют на время усвоения техники выстрела, то есть помогают стрелку быстрее довести эти действия до автоматизма.

Мозг человека работает как суперсовременный компьютер, но его возможности не беспредельны. Слишком много процессов, протекающих в теле человека, приходится контролировать и управлять ими, реагировать на малейшие изменения внешних условий. Поэтому стрелку зачастую очень сложно осуществлять должный контроль за своими действиями по производству выстрела, одновременно разговаривая с соседом по огневому рубежу. Отвлекаясь на разговор или на решение каких-ли-

бо проблем, не имеющих отношения к стрельбе, стрелок обязательно упускает из-под своего контроля элементы техники стрельбы, а в результате будет делать неудачные выстрелы. И если не будет найдена причина ошибки, то она будет повторяться. Многократное повторение ошибок приведет к наработыванию вредных навыков, от которых потом будет сложно избавиться.

Наилучших результатов в стрельбе достигают не те спортсмены, кто сначала показывал результаты выше остальных. Как правило, наиболее мотивированные и дисциплинированные, готовые усиленно тренироваться и внимательно работать над своими ошибками, не впадать в уныние от неудачных выстрелов, добиваются хороших показателей на соревнованиях.

Те же требования распространяются и на сотрудников органов внутренних дел, кто хочет на хорошем уровне освоить технику стрельбы и уверенно поражать цели из своего табельного оружия. Но зачастую некоторые сотрудники прибывают в тир на занятие по огневой подготовке и при этом торопятся побыстрее выполнить упражнение и уйти в связи с тем, что необходимо еще решать многие служебные задачи, и мысли в основном об этом. При подготовке к выполнению упражнения они, как правило, отвлекаются, с кем-то разговаривают или отвечают на телефонные звонки. Однако при входе в тир следует отключиться от проблем, не связанных со стрельбой. Времени на работу с оружием во время занятий не так много, и в процессе тренировки следует бороться с желанием пообщаться с коллегами на отвлеченные темы. Если же необходимо ответить на телефонный звонок или срочно решить какой-то вопрос, следует убрать оружие и выйти из тира, не отвлекая других сотрудников. На тренировках должен вырабатываться рефлекс – если в руках оружие, вся энергия должна быть направлена на ос-

воение техники прицельного выстрела и соблюдение правил безопасности. Если же сотрудник все время отвлекается, трудно ожидать высоких результатов в стрельбе, так как контроль за действиями по производству технически правильных выстрелов не осуществляется. После стрельбы такому сотруднику бывает удивительным увидеть свои промахи, ведь он считает, что «все делал правильно».

Что мы понимаем под концентрацией внимания? Можно это считать психологическим контролем за своими действиями в момент их выполнения. К сожалению, концентрация внимания не является врождённым свойством человека. Если вам приходилось разговаривать с маленьким ребёнком, то вы замечали, что ребёнок не может более нескольких секунд говорить на одну и ту же тему. Постепенно с возрастом, в процессе учёбы в школе, занятий спортом и различными увлечениями, у человека эта способность развивается.

Большинство людей могут сосредотачивать свое внимание лишь на каком-либо одном действии, а при освоении техники выстрела приходится контролировать многие функции своего организма. Добиться устойчивого внимания к выполнению своих действий при стрельбе на огневом рубеже можно только самодисциплиной во время тренировочных занятий и стрельб.

И еще раз о концентрации внимания. Сложность психологического контроля в стрельбе состоит ещё и в том, что приходится контролировать в основном внутренние процессы – неизменность мышечных напряжений при удержании оружия, плавное движение указательного пальца и другие. Именно поэтому нужно на тренировках учиться контролировать свои действия в правильной последовательности их выполнения. Особенно тем, кто не владеет техникой стрельбы и приемами обра-

щения с оружием на уровне «уверенного пользователя», каждый раз следует контролировать то, насколько устойчивую изготовку принял, а большую часть внимания сосредоточить на стабильности хвата пистолета, выравнивании мушки и правильности воздействия на спусковой крючок. Вначале обработку спуска следует выполнять в медленном темпе, а затем в ограниченное время. Постепенно будет вырабатываться модель правильных действий «идеального выстрела» и в случае отклонения от этой модели внимание будет автоматически концентрироваться на неправильных действиях. Это поможет быстрее обнаружить и исправить ошибку. Соответственно, избавившись от грубых ошибок при стрельбе без ограничения по времени, уже легче будет переходить к более сложным видам двигательных действий при скоростной стрельбе.

Как научиться концентрировать свое внимание на нескольких элементах техники выстрела одновременно? О чем думает стрелок в момент производства хорошего выстрела? Ученые не могут в полной мере дать ответ на вопрос о том, как протекает мыслительный процесс. По каким же тогда признакам можно определить, умеет ли стрелок контролировать свои действия при выполнении выстрела? Первое умение – «делать отметку» своего выстрела, то есть запоминать свои действия и положение мушки в прорези целика в момент вылета пули, и на основании анализа после выстрела делать вывод о месте расположения пробойны на мишени. По тому, насколько точно стрелок указывает место расположения пробойны на мишени, можно судить о степени его концентрации внимания над выстрелом. Второе умение стрелка – описать действия, выполняемые им при выполнении выстрела. Хороший результат в стрельбе в первую очередь определяется техническим мастерством владения оружием. Стрелок

должен не только контролировать свои двигательные действия, но и запоми-

нать их, чтобы после выстрела оценить правильность их выполнения.

Лисихина Н.В.,

кандидат медицинских наук

Сибирский юридический институт МВД России (г. Красноярск),
Красноярский государственный медицинский университет
имени проф. В.Ф.Войно-Ясенецкого Минздрава России

Галактионова М.Ю.,

доктор медицинских наук, доцент

Красноярский государственный медицинский университет
имени проф. В.Ф.Войно-Ясенецкого Минздрава России

К вопросу совершенствования подготовки сотрудников полиции к несению службы в особых условиях

Знание и грамотное использование навыков оказания первой помощи и взаимопомощи сотрудниками полиции при несении службы в особых условиях являются основой их личной безопасности и залогом выполнения поставленной служебно-боевой задачи. Сотрудники переводятся на особые условия несения службы при введении военного или чрезвычайного положения, режима контртеррористической операции, при наличии специальных и иных угроз общественной безопасности, критически по степени опасности и последствиям для граждан, общества и государства.¹

Наиважнейшей задачей спасательных мероприятий является исключить необратимые изменения в организме человека до оказания им квалифицированной медицинской помощи в полевых или стационарных условиях. Без знаний алгоритмов действий, умений и практических навыков в этот короткий промежуток времени пострадавший может потерять шанс выжить или у него разовьются тяжелые нарушения в организме, которые негативно повлияют

на процесс дальнейшего лечения и реабилитации. Как показывает практика, своевременно начатое оказание первой помощи и самопомощи даже при самых тяжёлых неотложных состояниях и внезапных заболеваниях в дальнейшем сохраняет жизнь и здоровье большинству пострадавших с последующим возвращением их в строй. В связи с этим сотруднику правоохранительных органов необходимо владеть знаниями и умениями, позволяющими ориентироваться в сложных ситуациях при оказании первой помощи при выполнении оперативно-служебных задач в особых условиях, что возможно только при условии качественной подготовки в обычных условиях.

С целью выявления проблемно ориентированных аспектов подготовки сотрудников полиции при выполнении оперативно-служебных задач, начавших обучение по программе «Повышение квалификации сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации, привлекаемых к несению службы в особых условиях», опрошены 100 чело-

1 Особенности обучения основам тактической медицины сотрудников полиции Калининградской области для несения службы в особых условиях / П.Г. Шостак, О.И. Рубанова, А.В. Лаврентьев [и др.] // Медицинский вестник МВД. 2025. Т. 134. № 1(134). С. 75-79.