

7. Поощрение учащихся, демонстрирующих ответственное отношение к занятиям спортом, демонстрация спортивных достижений учащихся класса.
8. Агитация и запись учащихся класса в спортивные секции.
9. Организация походов выходного дня,
10. Туристические походы.
11. Организация горячего питания, уроки здорового питания [3].

В перспективе дальнейших исследований по данному вопросу следует обратиться к изучению научно-технологических аспектов интеграции организационно-управленческих, материально-технических, финансовых, кадровых ресурсов, системной реализации досуговой деятельности учащихся общеобразовательных школ на региональном уровне.

### **Литература**

1. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. Киев, 2002.
2. Григоренко В.Г. Теоретические и методические аспекты оптимизации профессиональной подготовки учителя физической культуры. М., 1992.
3. Тациян А.А., Панов Е.В. Анализ психологических методов работы тренера / Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта: сб. научных статей по итогам Междунар. научно-практ. конф. 2023.

© Палади Р.В., 2024

**УДК 796:378.6:351.74**

## **К ВОПРОСАМ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ**

**Толстикова Л.А.**  
Курсант 4 курса факультета подготовки специалистов  
по программам высшего образования  
Сибирского юридического института МВД России

***Научный руководитель:***

**Панов Е.В.**

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

Анализ статистических данных МВД России наглядно демонстрирует, что современная преступность не только постоянно увеличивается, но и неуклонно совершенствуется, приобретая все более жестокие формы, а значит необходимость совершенствования физической подготовки сотрудников, а также повышения эффективности физической подготовки курсантов и слушателей является первостепенной задачей образовательных организаций МВД России.

В связи с этим в высших учебных заведениях МВД России, уделяется особое внимание подготовке кадров для службы в органах внутренних дел. Такая подготовка имеет комплексный характер, включая в себя общую физическую подготовку, т. е. совокупность занятий физическими упражнениями, направленную, в первую очередь, на совершенствование и поддержание профессионально значимых физических качеств (силы, выносливости, скорости, ловкости, гибкости в их сочетании). А также служебно-прикладную физическую подготовку – специализированный вид физической нагрузки, осуществляемый в соответствии с требованиями той или иной профессии.

В целом, физическая подготовка регламентируется, в первую очередь, Федеральным законом «Об образовании», приказом МВД России от 02.02.2024 № 44 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации», которые определяют порядок выполнения каждого конкретного упражнения и содержат перечень всех разделов, которые должен освоить каждый курсант в течение определенного периода времени.

Общая физическая подготовка в институтах МВД России в отличие от гражданских имеет более профессиональный характер (например, прохождение обучающимися специально имитированной полосы препятствий, что также является формой контроля слушателей при окончании учебного заведения). Многие институты МВД России перестают использовать прохождение полосы препятствий как одного из этапов сдачи экзамена по физической подготовке, что, на наш взгляд, является негативной тенденцией, т. к. умение в максимально короткий срок преодолевать непростые препятствия является важнейшим навыком для сотрудника при выполнении его оперативно-служебных задач. Также ОФП включает в себя: легкую атлетику, прикладную гимнастику и атлетическую подготовку, лыжную подготовку и плавание. Можно сказать, что общая физическая подготовка направлена, в первую очередь, на формирование базовых необходимых двигательных качеств, таких как сила, скорость, выносливость, ловкость, морально-волевых качеств, т. е. тех, без которых невозможно качественно выполнять свои служебные обязанности.

Основным видом служебно-прикладной подготовки является обучение курсантов и слушателей боевым приемам борьбы, которое включает в себя непосредственно обучение самой технике борьбы; приемам задержания правонарушителя; способам освобождения от захватов и обхватов противника, навыкам защиты от ударов как руками и ногами, так и иными предметами. Данный вид подготовки направлен на обеспечение личной безопасности будущих сотрудников при выполнении служебного долга, а также воспитание смелости, решительности, находчивости и др.

Переходя к методике повышения физической подготовленности в образовательных организациях МВД России, то нам видится основным направлением, которое требует особого внимания – совершенствование методики обучения двигательным навыкам. Нецелесообразна тенденция к отмене специализированных имитационных трасс, т. е. полосы препятствий как при проведении занятий в течение обучения, так и при сдаче выпускного

экзамена по физической подготовке, т. к. такого рода занятия позволяют обучающимся не только отработать и улучшить свои скоростные и двигательные навыки, но и побороть некоторые психологические барьеры, связанные, например, со страхом высоты или замкнутого пространства, что может в реальной ситуации сыграть с сотрудником злую шутку или вовсе повлечь за собой плачевные последствия.

В части служебно-прикладной физической подготовки, важным является моделирование реально возможных ситуаций. Другими словами мы говорим о том, что отработка приемов без сопротивления по типу «полного подчинения», когда ассистент уже знает дальнейшие действия и, можно сказать, самостоятельно заводит руки за спину, не дожидаясь каких-либо действий выполняющего прием по сути, оказывая ему «медвежью услугу», поскольку столкнувшись в реальной служебной ситуации с сильным противником попросту не сможет эффективно применить тот или иной прием, поскольку даже не знает, на какие болевые точки нужно оказывать давление или как произвести тот или иной захват, – следует отрабатывать боевые приемы борьбы пусть и не с полным сопротивлением, но хотя бы в половину силы, чтобы обучающийся мог прочувствовать правильность своих действий, а также понимать свои ошибки при применении таких приемов.

Еще одним важным направлением в совершенствовании физической подготовки в образовательных организациях МВД России можно отметить модернизацию аттестационного оценивания. Типичные формы контроля в виде приема установленных физических нормативов и заученного перечня боевых приемов борьбы по билетам без какого-либо моделирования экстремальных ситуаций или рукопашного спарринга, являются неэффективными.

Так Овчинников В.А. предлагает, чтобы по окончании 7 семестра, т. е. в середине четвертого курса, курсанты сдавали экзамен по физической подготовке, итоговая оценка за который складывалась бы из оценок за освоение теоретических разделов физической подготовки (прохождение теста), а также применения практических навыков, полученных в ходе обучения (выполнение

нормативов и комплексного экзаменационного упражнения). Такое комплексное экзаменационное упражнение должно включать в себя, по мнению автора, прохождение имитационной полосы препятствий, спарринга в соответствии с правилами борьбы и бокса, рукопашного боя (с учетом курса обучения), преследование правонарушителя, ведение единоборства, силовое задержание, демонстрацию техники борьбы с несопротивляющимся партнером и стрельбу из пистолета Макарова [2, с. 129].

На 5 курсе слушатели сдают экзамен по физической подготовке, им предлагается решение ситуационной задачи, в которой обозначается исходное положение противника и его атакующие действия. Выбор способа защиты и приемов борьбы, используемых при ответе, остается за ним, при условии – соответствия требованиям нормативных правовых актов, регламентирующих организацию физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации, а также может быть комплексным и включать в себя не только физическую подготовку, но и огневую, тактико-специальную подготовку, что также является необходимым будущему сотруднику для выполнения профессиональных задач.

Не менее важным является и пересмотр учебной программы дисциплины, которая на сегодняшний день, на наш взгляд, не представляет собой эффективную отлаженную систему. Мы отметили основные, по-нашему мнению, направления ее совершенствования, а именно:

1. Включение в рабочую программу выполнения физических упражнений только после совершения определенной физической работы напряженного характера с оружием, в средствах индивидуальной защиты или, например, в средствах бронезащиты (т. к. сотрудники нередко вынуждены решать свои служебно-боевые задачи в условиях изнуряющих физических и психологических нагрузок).

2. На наш взгляд, времени, выделенного на освоение теоретических основ физической подготовки, категорически мало, поскольку понять назначение и сущность физической подготовки, уяснить взаимосвязи общей

физической подготовки и служебно-прикладной физической подготовки, понять ее структуру и функции важно, понимание цели данной дисциплины вызовет у обучающегося желание и мотивацию заниматься, когда он поймет, какое глобальное значение для его будущей деятельности она имеет.

3. Слишком ограниченное количество часов выделено на спортивные и подвижные игры. Наукой давно доказана высокая эффективность внедрения в занятия спортивных игр, как одного из способов развития физических качеств. [1, с. 244].

4. Небольшое, относительно других разделов, количество времени, выделяемое программой на занятия рукопашным боем. Трудно переоценить значение таких занятий, ведь зачастую при нападении правонарушителя сотруднику приходится именно вступать с ним в схватку и порой только таким способом сотрудники МВД России могут обеспечить безопасность как себе, так и окружающим людям.

Таким образом, можно заключить, что не во всех высших учебных заведениях МВД России налажен эффективный механизм проведения занятий по физической подготовке, что является серьезной проблемой при подготовке кадров для территориальных органов МВД России. Поэтому, находим необходимым внесение изменений в методику проведения занятий по физической подготовке, в том числе, предложенных в данной работе.

### **Литература**

1. Корочкин А.В., Левин С.В., Сидоров А.В. Анализ учебной программы по физической подготовке курсантов и слушателей Тюменского высшего военно-инженерного командного училища им. маршала инженерных войск А.И. Прошлякова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. СПб., 2020. № 3(181).

2. Овчинников В.А. Педагогический контроль физической подготовки в высших образовательных учреждениях МВД России // Известия

Волгоградского государственного педагогического университета. 2008.  
№ 4(32).

© Толстикова Л.А., 2024

**УДК 796:351.74**

**ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ:  
СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ**

**Туаршева И.К.**

Курсант 4 курса факультета очного обучения  
Ростовского юридического института МВД России

***Научный руководитель:***

**Бутов В.В.**

Старший преподаватель кафедры физической подготовки  
Ростовского юридического института МВД России

От сотрудников полиции требуется обладание высоким эмоциональным интеллектом, самообладанием и психологической устойчивостью. Сотрудники правоохранительных органов часто сталкиваются с физически стрессовыми ситуациями, такими как преследование и сдерживание отказывающихся сотрудничать подозреваемых. Во время обучения периоды физической подготовки обычно проводятся для развития физической подготовки и устойчивости, необходимых для выполнения физически сложных профессиональных задач. Сотрудники органов внутренних дел (далее – ОВД) часто имеют разный уровень физической подготовки до начала обучения, что может повлиять на интенсивность тренировок, которую они могут выдержать [4].

Снижение способности переносить интенсивную физическую активность может быть фактором, способствующим повышенному риску получения травм у сотрудников ОВД с более низкой физической активности и частоты упражнений. Переход от обычной жизни к высоким физическим, умственным