

равновесия¹. Схожий психологический метод – метод идеомоторной тренировки, заключающийся в том, что в течение занятия обучающийся неоднократно при помощи мыслительной деятельности, прокручивает у себя в голове разучиваемый прием.

Если обучающиеся будут применять вышеуказанные методы, то они смогут быстрее и качественнее освоить технику выполнения движений или приемов, которые впоследствии сформируют у них устойчивые навыки точной и результативной скоростной стрельбы.

Таким образом, основными задачами психологической подготовленности курсантов и слушателей в процессе обучения являются:

- обучение стрелка преодолению боязни или ожидания выстрела;
- обучение стрелка преодолению волнения при выполнении упражнений;

- обучение и тренировка психологической устойчивости и помехоустойчивости;
- совершенствование побудительной волевой функции при выполнении скоростных стрелковых контрольных упражнений.

Таким образом, подводя итоги, можно сказать о том, что тревожность выступает одним из основных негативных аспектов, мешающих обучающимся в усвоении материала и последующей выработке профессиональных навыков при применении оружия, а именно технике и результатах стрельбы. Несмотря на это, тревожность можно значительно снизить, это достигается за счет использования психологических приемов и методов как преподавательским составом, так и самими обучающимися. Важно отметить, что эффективность будет лишь тогда, когда методы будут использованы в совокупности как одной стороной (преподавателем), так и другой (обучающимися).

Шиманович Е.В.,

кандидат юридических наук
Сибирский юридический институт МВД России (г. Красноярск)

Носов С.А.

Сибирский юридический институт МВД России (г. Красноярск)

СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНОЙ СПОРТ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Совершенствование физической подготовленности курсантов и слушателей является неотъемлемой и одной из важнейших задач при их обучении. Это обусловлено тем, что при дальнейшем прохождении службы и выполнении служебных задач они столкнутся с ситуациями, в которых им будет необходимо применять физическую силу, специальные средства и огнестрельное оружие. При этом физическая подготовленность в данном списке должна занимать первое место, так как без нее будет невозможно эффективно применить ни огнестрельное оружие, ни специальные средства.

Одними из способов совершенствования профессиональных навыков сотрудников, в

частности уровня физической подготовленности, являются занятия различными видами спорта. Речь идет о единоборствах, которые в большей степени могут пригодиться сотруднику при пресечении преступных посягательств или правонарушений.

По мнению Ю.В. Горшкова, В.Е. Баева, А.А. Карпова, такой вид единоборств, как самбо, является родоначальником боевых приемов борьбы, которые разрабатывались для сотрудников правоохранительных органов. Кроме боевых приемов борьбы, авторы указывали на значимость бросковой техники при пресечении противоборства². С позицией авторов возможно согласиться лишь частично, так как они не учитывали того

¹ Каримов А.А. Применение методики обучения, разработанной «Федерацией практической стрельбы России» в огневой подготовке сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации : учебно-методическое пособие. Иркутск : ВСИ МВД России, 2017. 78 с.

² Горшков Ю.В., Баев В.Е., Карпов А.А. Самбо как универсальное единоборство // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов : сборник статей. Орел : Орловский юридический институт МВД России имени В.В. Лукьянова, 2017. С. 72-75.

фактора, что не всегда получится сблизиться с противником и совершить бросок для последующего задержания.

М.А. Ефременко утверждает, что рукопашный бой является многофункциональным видом боевого единоборства, который помогает в комплексе отточить навыки ведения поединка во время оказания сопротивления правонарушителю¹. Таким образом, рукопашный бой помогает освоить ударно-борцовские техники, что позволит применять боевые навыки как в стойке, так партере.

Кроме боевых приемов борьбы, сотрудник полиции должен уметь применять как специальные средства, так и огнестрельное оружие. Верным считаем мнение А.В. Пугачева, который полагает, что каждый сотрудник полиции должен уметь пользоваться огнестрельным оружием в совершенстве. Однако не всегда сотрудник полиции сможет воспользоваться огнестрельным оружием эффективно, особенно после интенсивной нагрузки². Так, в большинстве случаев даже те курсанты и слушатели, которые на «отлично» выполняют упражнения стрельб в спокойном состоянии, после интенсивной нагрузки не могут показывать кучную и меткую стрельбу³.

Разработанный в 2022 году ГУРЛС МВД России комплексный вид спорта служебно-прикладной спорт стал одним из способов решения обозначенной проблемы, так как занятия им позволяют совершенствовать одновременно общую физическую подготовленность, навыки боевых приемов борьбы и использование огнестрельного оружия.

Служебно-прикладной спорт регламентируется правилами служебно-прикладного вида спорта «Служебно-прикладной спорт», утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 17 июля 2024 года № 683 и включает в себя две дисциплины троеборье и полоса препятствий со стрельбой.

Так, программа троеборья состоит из трех этапов, каждый из которых проводится в разные дни. В первый день – стрельба из пистолета боевого, во время которого участники выполняют упражнение ПБ-4. Данное упражнение состоит из двух серий, в каждой из которых участнику за 20 секунд необходимо преодолеть 25 метров до огневого рубежа, после чего извлечь оружие и выполнить пять прицельных выстрелов с переносом огня по фронту (по 1 выстрелу в каждую из 5 мишеней) с огневого рубежа 25 метров. Отличие двух серий друг от друга лишь в мишенях, по которым выполняется упражнение. В первой серии это мишень № 4 (грудная фигура с кругами), во второй серии – мишень № 3 (фигурная со смещенным центром).

Во второй соревновательный день участники демонстрируют технику боевых приемов борьбы путем решения пяти поставленных перед ними задач.

На третий соревновательный день участникам необходимо преодолеть в легкоатлетическом манеже на время дистанцию 1000 метров.

Вторая дисциплина служебно-прикладного спорта – полоса препятствий со стрельбой, включает в себя два варианта: с одним и с двумя огневыми рубежами. В первом варианте спортсмену необходимо преодолеть дистанцию 100 метров, включающую в себя 8 препятствий (брусья, стена, пеньки, ров, лабиринт, бум, завал и подземный переход), затем, по прибытии на огневой рубеж, выполнить пять прицельных выстрелов в положении для стрельбы стоя по мишенной установке с пятью черными дисками диаметром 200 мм или по бумажной мишени такого же размера с огневого рубежа 20 метров, после чего преодолеть 100-метровую дистанцию для бега. Во втором варианте участник по команде «Марш» преодолевает дистанцию 2 метра и выполняет пять прицельных выстрелов в положении для стрельбы с колена по мишенной установке с пятью черными

¹ Ефременко М.А., Дементьев В.Л. Болевые приемы стоя в обучении курсантов образовательных организаций МВД России : учебное пособие. М. : «Спорт», 2021. С. 5-11.

² Пугачев А.В. Методические особенности использования тактических упражнений на занятиях по огневой подготовке // Совершенствование методики преподавания специальных профессиональных дисциплин в образовательных организациях МВД России : материалы всероссийской научно-практической конференции. Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2022. С. 343-346.

³ Подр.: Шиманович Е.В. Важность применения скоростно-силовых упражнений при обучении курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России стрельбе // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : сборник материалов XXVI международной научно-практической конференции. Иркутск : Восточно-Сибирский институт МВД России, 2024. С. 383-385.

дисками диаметром 200 мм или по бумажной мишени такого же размера с огневого рубежа 20 метров, затем преодолевает 100-метровую дистанцию для бега, после чего выполняет все те же действия, которые указаны в первом варианте полосы (100 метров с преодолением 8 препятствий, огневой рубеж в положении для стрельбы стоя, бег 100 метров).

Раскрывая значимость каждой дисциплины, можно увидеть, что троеборье помогает в комплексе обучить и применять в профессиональной деятельности навыки стрельбы, боевых приемов борьбы и бега на длинную дистанцию. А дисциплина полоса препятствий со стрельбой помогает во время обучения курсантов и слушателей выполнять сложно-координационные движения, которые требуют скоростно-взрывной и силовой энергии, после которых необходимо осуществить пять прицельных выстрелов из огнестрельного оружия¹.

Можно сделать вывод, что служебно-прикладной спорт – это комплексный вид спорта, направленный на развитие физической и психологической подготовленности, необходимых при выполнении профессионально-служебных обязанностей. Он направлен на развитие ключевых физических качеств, необходимых для успешной службы, включая силу, выносливость, скорость, ловкость и координацию.

Для подготовки к участию в соревнованиях по служебно-прикладному спорту необ-

ходимо уделять внимание занятиям такими видами спорта, как рукопашный бой, самбо, бокс, дзюдо, стрельба из боевого ручного стрелкового оружия, легкая атлетика, акробатика и другие подвижные виды спорта. Эти занятия помогают не только формировать физическую форму, но и развивать важные психофизические качества, такие как стрессоустойчивость, умение работать и быстро принимать решения в сложных ситуациях.

Поэтому перед профессорско-преподавательским составом образовательных организаций МВД России стоит задача во время проведения практических и факультативных занятий повышать уровень общих физических качеств, а именно: силу, быстроту, выносливость и ловкость. Перечисленные физические качества курсанты и слушатели смогут эффективно развивать как раз при занятии служебно-прикладным спортом, который объединяет их.

Таким образом, служебно-прикладной спорт вносит значительный вклад в подготовку курсантов и слушателей к реальным условиям работы, где физическая выносливость, бойцовские навыки и умение эффективно применять огнестрельное оружие после нагрузки могут оказаться решающими. Кроме того, он способствует укреплению морально-психологического состояния, формирует дух соперничества и взаимопомощи.

Колбышев П.Р.

Сибирский юридический институт МВД России (г. Красноярск)

К ВОПРОСУ О НЕКОТОРЫХ ОСОБЕННОСТЯХ ОБУЧЕНИЯ СТРЕЛЬБЕ ИЗ ПИСТОЛЕТА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ

В современных реалиях защиты общества и государства сотрудник полиции должен обладать все большим спектром различных качеств, навыков и умений. Способность оценить обстановку с правовой точки зрения, быстро отреагировать на возникшее событие, сориентироваться в той местности или пространстве, в которых он оказался, правомерно и успешно применить физическую силу, специальные средства или огнестрель-

ное оружие – это лишь часть необходимого набора навыков и умений, которым должен обучиться и успешно реализовывать правоохранитель в ходе несения своей службы.

В последнее время сотрудникам полиции все чаще приходится сталкиваться с применением огнестрельного оружия, как на местах непосредственного прохождения службы, так и в служебных командировках на новых территориях Российской Федерации, при

¹ Подр.: Роль физической подготовки среди курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России и подготовка их к предстоящей профессиональной деятельности сотрудника полиции / С.А. Носов, И.В. Никитина, Т.Д. Пигарев и др. // Обзор педагогических исследований. 2022. Т. 4, № 3. С. 105-109.