

метод комплексной тренировки. Данный метод позволяет изучить приемы и действия из различных разделов программы обучения, формировать служебно-прикладные двигательные навыки с одновременным развитием физических качеств, что, на наш взгляд, максимально приближает процесс обучения к реалиям оперативно-служебной деятельности.

Также при разработке программ учебно-тренировочных занятий следует учитывать степень сформированности служебно-прикладных двигательных навыков, уровень развития физических качеств, материально-техническую базу, научный и практический потенциал преподавательского состава, контингент обучающихся.

### **Библиографический список**

1. Глубокий, В.А. Высокоинтенсивный многофункциональный тренинг в физической подготовке сотрудников ФСКН России / В.А. Глубокий // Вестник Сибирского юридического института ФСКН России. – 2012. – № 1 (10). – С. 129-133.

2. Дворкин, В.М. Особенности формирования служебно-прикладных двигательных навыков у сотрудников органов наркоконтроля / В.М. Дворкин // Вестник Сибирского юридического института ФСКН России. – 2014. – №2 (15). – С. 133-136.

3. Разработка современных методик оперативно-боевой и физической подготовки сотрудников органов наркоконтроля : отчет о научно-исследовательской работе / В.М. Дворкин и [др.]. – Красноярск : СибЮИ ФСКН России, 2013. – 63 с.

*М.О. Ердяков*

### **СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ НАДЕВАНИЯ НАРУЧНИКОВ СОТРУДНИКАМИ ПОЛИЦИИ В ПОЛОЖЕНИИ СТОЯ У СТЕНЫ**

Статья 21 Федерального закона от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ «О полиции» дает право сотрудникам полиции применять средства ограничения подвижности – наручники – в следующих случаях:

– для пресечения сопротивления, оказываемого сотруднику полиции;

– для задержания лица, застигнутого при совершении преступления и пытающегося скрыться;

– для доставления в полицию, конвоирования и охраны задержанных лиц, лиц, заключенных под стражу, лиц, осужденных к ли-

шению свободы, лиц, подвергнутых административному наказанию в виде административного ареста, а также в целях пресечения попытки побега, в случае оказания лицом сопротивления сотруднику полиции, причинения вреда окружающим или себе. [1]

Понятие «сопротивление», примененное в данной статье, по нашему мнению, означает, что лицо, в отношении которого применяются наручники, может с большой долей вероятности нанести физический вред сотруднику полиции при их контакте, вплоть до причинения смерти. При этом вред может наноситься внезапно как безоружным лицом, так и с применением данным лицом различных предметов, которые могут оказаться у правонарушителя, вплоть до огнестрельного оружия. Поэтому тема безопасного для сотрудника полиции надевания наручников является актуальной.

Порядок надевания наручников в положении стоя у стены осуществляется следующим образом:

подвести ассистента к стене, поставить его так, чтобы он упирался в нее тыльными сторонами ладоней широко разведенных в стороны рук, растопырил пальцы, максимально широко расставил ноги, отвел их как можно дальше от стены, прогнулся в пояснице, повернул голову вправо;

поставить свою правую ногу к нему между ног сзади к левой ноге (стопа к стопе) так, чтобы при необходимости можно было выполнить выбивание ее наружу;

удерживая наручники правой рукой, завести своей свободной рукой его левую руку за спину и надеть первое замковое устройство на запястье сверху (подвижной дугой вниз), с тыльной стороны ладони, замочной скважиной в сторону локтя;

удерживая левую руку ассистента (второе замковое устройство) своей левой рукой, поменять положение ног, поставив левую ногу к нему между ног сзади (стопа к стопе), повернуть его голову влево. Завести своей правой рукой его правую руку за спину и аналогичным способом надеть второе замковое устройство. Произвести дожим и фиксацию замковых устройств наручников. [2]

Анализ предложенной в данном пункте технике надевания наручников приводит к выводу, что описание предложенной техники не дает однозначной схемы действий сотрудника полиции и может трактоваться по-разному.

Так, абсолютно не понятно, на какой угол должны быть подняты «широко разведенные» руки правонарушителя, чтобы правонарушитель имел минимальную возможность оттолкнуться от стены. Что значит максимально широко расставленные ноги правонарушителя,

каков должен быть прогиб поясницы правонарушителя? Где и в каком положении находится «вторая» нога сотрудника полиции, при контакте «первой» ноги с ногой правонарушителя? Где находятся руки сотрудника полиции перед надеванием наручников?

Вторая часть вопросов касается непосредственно работы с наручниками. Для чего сотрудник полиции ограничивает свободу своих действий, замыкая пальцы одной кисти на наручниках до заведения руки правонарушителя за спину, оставаясь в положении безболевого контроля правонарушителя, при этом имея только одну свободную руку? Каким образом сотрудник полиции должен взять руку правонарушителя для заведения ее за спину, чтобы предотвратить попытку оказания сопротивления?

Совершенно не понятно, каким образом сотрудник полиции удерживает наручники перед надеванием? Для чего надевая наручники на руку правонарушителя, удерживать его левую руку своей левой рукой, а наручники – правой, что приводит к тому, что появляется необходимость перехватывать наручники другой рукой? Ведь в момент перехвата наручников практически теряется контроль над правонарушителем, а также, учитывая, что в этот момент вторая рука правонарушителя свободна, а руки сотрудника полиции заняты перехватом наручников, – сотрудник полиции сам предоставляет правонарушителю свободу действий, что может привести к нежелательным последствиям для сотрудника полиции.

Проведя исследования изложенных проблемных вопросов, мы предлагаем следующее описание техники надевания наручников в положении стоя у стены, сводящей к минимуму, а при правильном исполнении исключаящей сопротивление правонарушителя.

Подвести ассистента к стене, поставить его так, чтобы он упирался в нее тыльными сторонами ладоней большими пальцами вниз. Широко развести в стороны руки ассистента и поднять их на 30-50 градусов вверх. Расставить ноги ассистента в стороны в 2-3 ширины его плеч, отвести стопы ассистента от стены на расстояние 1-2 длины стопы ассистента. Сместить центр тяжести ассистента вперед и вывести его из площади опоры обозначенной стопами ног, прогибая ассистента в пояснице, надавливая ему на крестец вперед и вниз, заставить его коснуться животом стены. Повернуть голову ассистента в сторону противоположную от сотрудника полиции.

При надевании наручников первоначально на правую руку ассистента поставить свою левую ногу к нему между ног сзади и опереться своим левым коленом в правый подколенный сгиб ассистента, так, чтобы при необходимости можно было выполнить подгиб колен-

ного сустава ассистента и выбивание его стопы наружу с последующей фиксацией коленного сустава ассистента на полу. Правая нога сотрудника полиции отставлена в сторону на расстояние ширины голени сотрудника и находится на линии образуемой проекцией центра тяжести ассистента на пол и стопой правой ноги ассистента. Левая рука сотрудника находится на плечевом отделе позвоночника ассистента, контролируя движение его верхней части тела. Правая рука – на правом предплечье ассистента. Положить кисть своей правой руки на кисть ассистента и обхватить его лучезапястный сустав большим и средним пальцем. Завести правую руку ассистента за спину, при этом подкручивая кисть по часовой стрелке, одновременно делая дожим кисти, поднять кисть ассистента как можно выше до болевого эффекта и немного отвести захваченную кисть от спины. Наложить свою левую кисть на правую кисть ассистента, плотно удерживая ее за пястную кость мизинца и оказывая давление своим большим пальцем на основание большого пальца, продолжить дожимая кисть поворачивать ее по часовой стрелке и поднимать в верх. При этом поясница ассистента должна еще более прижаться к стене. Освободить свою правую руку и взять ею наручники. Наручники взять таким образом, чтобы подвижные скобы наручников открывались вперед, а цепочка была плотно зажата средним, безымянным пальцем и мизинцем, не позволяя наручникам вращаться вдоль своей оси, при этом замочные скважины направлены к спине ассистента. Надеть «нижнее» замковое устройство на запястье ассистента сверху (подвижной дугой вниз), не выпуская наручников. Произвести дожим замкового устройства наручников указательным пальцем левой руки. Не выпуская наручников из правой руки, подтянуть наручниками правую руку ассистента вверх до болевого эффекта. Удерживая в таком положении правую руку ассистента, поменять положение ног, поставив правую ногу к нему между ног сзади и отведя свою левую ногу аналогично предыдущему положению. Повернуть голову ассистента вправо. При этом свою левую руку положить на предплечье левой руки ассистента. Положить кисть своей левой руки на кисть ассистента и обхватить его лучезапястный сустав большим и средним пальцем. Завести левую руку ассистента за спину, при этом подкручивая кисть против часовой стрелки, одновременно делая дожим кисти, поднять кисть ассистента как можно выше до болевого эффекта и немного отвести захваченную кисть от спины. Правой рукой надеть сверху второе замковое устройство на лучезапястный сустав левой руки. Произвести дожим замкового устройства наручников указательным пальцем левой руки. Конечное положение после надевания наручников: кисти

ассистента развернуты ладонями наружу, замковые скважины наручников обращены к спине ассистента.

При необходимости сопровождения, продолжая удерживать левую кисть ассистента, отпустить наручники и правой рукой произвести загиб левой руки ассистента за спину, наложив свою правую кисть на его левый локоть. Свою левую руку положить на правое плечо ассистента. Опуская левый локоть ассистента вниз, между своим бедром и бедром ассистента, повернуть его влево относительно захваченного локтя и начать сопровождение.

При надевании наручников первоначально на левую руку ассистента, действия проводятся в симметричном исполнении.

Для удобства извлечения наручников как правой, так и левой рукой их целесообразно располагать на поясе сзади по центру спины. Экстренное извлечение наручников легче производить из-за поясного ремня.

#### **Библиографический список**

1. О полиции : Федеральный закон от 07.02.2011 № 3-ФЗ.
2. Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации : утв. приказом МВД России от 13.11.2012 № 1025 дсп.

*А.А. Зайцев*

#### **ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ ПОВЫШЕНИЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ СРОЧНОЙ СЛУЖБЫ**

Одним из важных вопросов успешного прохождения военной службы является хорошая физическая подготовка военнослужащих и их постоянная готовность к ведению активных противоборствующих действий.

Обобщение научных публикаций и данных, публикуемых в средствах массовой информации, в которых приводятся результаты анализа особенностей прохождения военной службы по призыву, выявило наличие большого числа стресс-факторов, влияющих на адаптацию к воинской службе и выполнение военнослужащими своих обязанностей.

В настоящее время в мировой практике идет переосмысление традиционных подходов к занятиям по физической подготовке и их