

УДК: 37.037.1

ГРНТИ 10.71

DOI 10.24412/2409-3203-2021-27-93-98

## **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ И СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СОТРУДНИКА ПОЛИЦИИ**

**Евтушенко Александр Анатольевич**

преподаватель кафедры физической подготовки

**Силантьев Виктор Владимирович**

преподаватель кафедры физической подготовки

Сибирский юридический институт МВД России

Россия г. Красноярск

**Аннотация.** Актуальность данной темы заключается в том, что в настоящее время Министерством внутренних дел Российской Федерации активно проводится работа по улучшению качества физической подготовки и укреплению здоровья рядового и начальствующего состава сотрудников органов внутренних дел.

Применение средств физической подготовки играют важнейшую роль в формировании психологической устойчивости сотрудников ОВД при решении задач оперативно-служебной деятельности.

**Ключевые слова:** Министерство внутренних дел РФ, физическая культура, физическая подготовка, здоровье, личная безопасность, сотрудники полиции, профессиональная подготовка, правоохранительная деятельность.

## **PHYSICAL CULTURE AS A MEANS OF STRENGTHENING AND PRESERVING THE HEALTH OF A POLICE OFFICER**

**Yevtushenko Alexander Anatolyevich**

lecturer of the department of physical training

**Silantiev Viktor Vladimirovich**

lecturer of the department of physical training

Siberian Law Institute MIA

Russia, Krasnoyarsk

**Annotation.** The relevance of this topic lies in the fact that currently the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation is actively working to improve the quality of physical training and strengthen the health of ordinary and commanding staff of employees of internal affairs bodies.

The use of physical training tools plays a crucial role in the formation of psychological stability of police officers when solving tasks of operational and service activities.

**Keywords:** Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, physical culture, physical training, health, personal safety, police officers, professional training, law enforcement.

В современном обществе физическая культура является одним из ведущих направлений социальной жизни. Это и социальный феномен, часть общей культуры социума, и социальный институт, активно интегрирующийся в образование, здравоохранение, культуру, многие виды профессиональной деятельности и т.д., удовлетворяя потребности населения в физическом развитии и поддержании здорового образа жизни.

Основные направления реализации государственной политики в области развития физической культуры и спорта имеют законодательное закрепление и определяют

значительную роль физической культуры в развитии человеческого потенциала России, улучшения качества жизни.

Уровень физического, психологического и психического здоровья сотрудников правоохранительных органов, на сегодняшний день вызывает большие опасения в их тяжелой и экстремальной работе [2, с.129].

Служебная деятельность в силовых ведомствах правоохранительных органов предъявляет к сотрудникам высокие требования к их физической подготовленности и всестороннему развитию, где уровень его физического здоровья должен находиться в гармонии с его психоэмоциональным состоянием.

Однако на практике часто все происходит по другому сценарию, т.к. большой объем работы в интенсивном режиме и постоянно с экстремальной нагрузкой сказывается на общем состоянии здоровья сотрудников правоохранительных органов и значительно отстает от необходимых параметров.

Поэтому, для сотрудников ОВД особенно актуально в целях улучшения работоспособности и повышения уровня здоровья, уделять особое внимание профилактическим мероприятиям, которые положительно сказываются на организме, способствуя адаптации к стрессовым ситуациям и воздействиям неблагоприятных факторов в процессе служебной деятельности [10, с.226].

Для решения данной проблемы в приказе МВД России от 01.07.2017 № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» была обозначена одна из задач, которая должна решать специальная физическая подготовка. Эта задача заключается в реализации направления по укреплению и поддержанию здоровья сотрудников, сохранения продуктивного уровня общей работоспособности в целях повышения устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов служебной деятельности [1].

Этой задачей МВД России показывает свою заинтересованность к здоровью сотрудников правоохранительных органов, где основная роль отводится физической подготовке и самостоятельным регулярным занятиям физической культурой и спортом, которые положительно влияют на организм человека.

Хорошая физическая подготовленность зачастую является одним из требований к дальнейшему прохождению и несению службы в органах внутренних дел, которая наряду с хорошим физическим развитием позволяет быстрее адаптироваться к изменяющимся условиям труда и регулярным стрессовым факторам в процессе как обучения в вузе, так и несения службы.

В правоохранительной деятельности физическая культура является самостоятельной и профессионально важной составляющей. Согласно нормативным документам физическая подготовка в органах внутренних дел является частью служебной деятельности, осуществляется на специально организованных занятиях по профессиональной служебной и физической подготовке еженедельно.

Сотрудники, показывающие низкие результаты физической подготовленности, привлекаются к дисциплинарной ответственности. В образовательных организациях системы МВД России физическая культура (физическая подготовка) является учебной дисциплиной и одной из подсистем целостного педагогического процесса. Средствами физической культуры и спорта осуществляется подготовка специалистов к профессиональной деятельности, формирование профессионально важных физических и нравственных качеств, ценностного отношения к выбранной профессии [4, с.99].

В органах и подразделениях МВД России физическая культура уже должна входить в систему ценностей сотрудников, независимо от преобладающего мотива, будь то эстетический либо административный, т.к. требуемый уровень физической подготовки является условием успешного выполнения оперативно-служебных задач.

Физическая подготовка является незаменимым элементом общей культуры, фактором социальной адаптации, сохранения здоровья, мощным средством формирования личности.

Физическая культура наделена определенными обязанностями, выражающимися в ее основных функциях: ценностно ориентированной, эстетической, нормативной, информационной, коммуникативной, нравственной, образовательной, социализирующей. Рассматривая основные функции физической культуры сквозь призму правоохранительной профессиональной деятельности, мы можем в очередной раз убедиться в ее ресурсном значении, огромном ценностном потенциале для сотрудников полиции [3, с.231].

В деятельности сотрудников правоохранительных органов физическая культура занимает важное место, выполняя служебное предназначение. Физическая подготовка как часть физической культуры в целом является неотъемлемым элементом профессиональной подготовки, включена в состав должностных обязанностей сотрудников.

Учитывая специфичность выполняемых оперативно-служебных задач, она служит средством сохранения здоровья и жизни. Кроме того, служебная функция создает условия для развития профессионально важных нравственных, волевых, эмоциональных качеств и определяет активную позицию личности к физической активности не только в профессиональной сфере [6, с.248].

Рассматривая физическую подготовку сотрудника, как средство повышения психологической устойчивости, стоит отметить, что именно уверенность в своей защищенности и безопасности обеспечивает сотруднику благоприятный эмоциональный фон. Такое чувство защищенности достигается путем освоения приемов самообороны, и осознания способности постоять за себя и граждан.

Сотрудник с высокой физической подготовкой уверен в своих силах. Физическая подготовка, навык, отточенный до автоматизма, как правило, позволяют сотруднику так же автоматически оценивать опасность обстановки, успешно действовать в быстро сменяющихся критических ситуациях. У сотрудника должна быть выработана «склонность к разумному риску», это касается не только его физической, но и психологической сторон. Сотрудник полиции, вынужденный применить физическую силу, обязан всегда помнить, что его профессиональная деятельность строго регламентирована существующим законодательством и служебной дисциплиной [5, с.234].

Сотрудники, осуществляющие оперативно-розыскную деятельность, ежедневно сталкиваются с ситуациями, связанными с различными физическими нагрузками.

Зачастую физическую силу им приходится применять во время задержания правонарушителей. Особую сложность вызывают случаи, когда приходится задерживать правонарушителя, находящегося в состоянии наркотического опьянения; ведь человек, находящийся в таком состоянии не отдает отчета своим действиям, у него притупляются все ощущения, в том числе ощущения боли и страха.

В процессе задержания правонарушителя оперативный сотрудник сталкивается с проявлением активного сопротивления, выражающегося в попытках скрыться с места происшествия, нанесением ударов сотруднику (в разные части тела), попыткой захватить либо свалить его.

Часто наблюдается и вооруженное сопротивление, сопровождающееся применением в отношении сотрудников полиции различного рода оружия: холодного, ограниченного поражения, огнестрельного. Имеются в судебной практике применения в таких случаях предметов, используемых в качестве оружия: бритв, отверток, бейсбольных бит, ломов, кухонных ножей и т. п.

Помимо этого, оперативный сотрудник должен быть готов и к тому, что задерживаемый может проявить психологическую нестабильность, связанную с

невротизмом, истерией, нахождение его в состоянии опьянения, может привести к потере им самообладания, у него могут наблюдаться приглушение болевых порогов и галлюцинаторное восприятие действительности [8, с.106].

Как показывает практика, задержание правонарушителя является конечной фазой, а предшествует этому проявление скоростных и силовых качеств, в связи с чем на занятиях по тактике применения боевых приемов борьбы целесообразно применять комплексные упражнения, позволяющие сотруднику активнее использовать по своему усмотрению технико-тактические действия при выполнении моделируемой оперативно-служебной задачи.

Указанные навыки можно формировать не только на практических занятиях по физической подготовке, но и тренажах перед заступлением на службу, при правильной организации которых сотрудники должны не только в теоретической форме получить необходимую информацию об изменениях в оперативной обстановке, но и практически отработать боевые приемы борьбы в условиях, имитирующих наиболее типичные для конкретного подразделения служебные ситуации (при проверке документов, остановке автотранспортных средств, доставлении правонарушителей и их задержании в общественных местах, зданиях, транспортных средствах и других объектах инфраструктуры) [7, с.269].

Все вышесказанное свидетельствует о том, что в процессе тренировок оперативный сотрудник должен овладеть навыками, которые способствуют эффективному применению физической силы после нагрузки, в частности бега на короткие (до 100 м) и средние дистанции (до 1000 м), а также действиям в средствах индивидуальной бронезащиты, с чем чаще всего сталкивается сотрудник во время задержания.

Итак, при оказании сопротивления задерживаемый может применять оружие либо предметы, используемые в качестве оружия, поэтому требуется уделять внимание комплексу следующих элементов:

- изучению и отработке навыков противодействия вооруженным правонарушителям после физической нагрузки (бега на расстояние до 100 (1000) м;
- связыванию первого элемента с отработкой расслабляющих ударов и удушающих приемов;
- проведению занятий путем моделирования ситуаций, включающих в себя преследование, силовое противоборство, задержание правонарушителя и сохранения и сбора вещественных доказательств.

Каждый из этих этапов подразумевает наличие определенных профессионально важных способностей умений и навыков. Так, для преследования требуются скоростные, координационные способности и выносливость, для ведения единоборства и силового задержания – скоростно-силовые, силовые способности, умения и навыки владения боевыми приемами борьбы, для контроля подозреваемого и вещественных доказательств преступной деятельности – умение провести наружный досмотр.

Достижение всех этих навыков и умений возможно посредством проведения комплексных тренировок, включающих в себя не только физические навыки, но и средства ситуационного моделирования, развитие профессионально важных психологических качеств, в число которых входят уравновешенность, саморегуляция, стабильность и экстравертность.

Описанный комплекс средств направлен на успешную реализацию оперативно-служебных задач, задержание подозреваемых и обвиняемых, сохранение доказательств, имеющих отношение к совершенному противоправному деянию, без превышения установленных законодательством мер. К тому же, способствует развитию широких адаптационных возможностей сотрудника в кратчайшие сроки, что значительно помогает при осуществлении указанных выше функций [11, с.24].

Учитывая сложность и опасность выполняемых служебных задач, риск и физические нагрузки, сопровождающие службу в органах внутренних дел, сотрудники нуждаются в компенсации как физических, так и психических сил.

Лечебный эффект, коррекция отклонений в состоянии здоровья и профилактика успешно достигается средствами физической культуры – специально разработанными физическими упражнениями, обеспечивающими ликвидацию последствий травм, переутомления.

Следовательно, высокий уровень физической подготовки обеспечивает сотрудникам ОВД необходимую устойчивость психологических функций и высокую умственную работоспособность в критических условиях. Значения этих показателей определяются рядом характеристик. Основными являются следующие: быстрота, точность, автоматизм.

Все характеристики находятся в положительной зависимости друг от друга. Их выработка достигается постоянными занятиями физическими упражнениями, доведением их до совершенства. Стоит помнить, что все вышперечисленное оказывает положительное влияние на физическое и психологическое состояние сотрудника ОВД, играет важную роль в его становлении, как личности и формировании его характера [9, с.62].

Анализируя функции физической культуры, их практическое значение в подготовке сотрудников правоохранительных органов, мы убеждаемся в ее широких возможностях благоприятного воздействия на физическое и психоэмоциональное благополучие, эффективного развития как физических, так и морально-волевых качеств, необходимых для успешного выполнения служебных задач.

#### **Список литературы**

1. Приказ МВД России от 01.07.2017 № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации»// Официальный интернет-портал правовой информации. URL: [http:// www.pravo.gov.ru](http://www.pravo.gov.ru) (дата обращения 06.11.2020).
2. Камнев Р.В. Оздоровительная направленность практических занятий по физической подготовке сотрудников полиции РФ / Р.В. Камнев // В сборнике: Научные достижения и открытия 2020. Пенза, 2020. С. 129-132.
3. Красилов О.В. Психологическая и физическая подготовка сотрудников полиции в современных условиях / О.В. Красилов, С.В. Мананников // Актуальные проблемы борьбы с преступлениями и иными правонарушениями. 2021. № 21-2. С. 231-232
4. Кузьмин А.Н. Физическая подготовка сотрудников МВД России и парадигма психологической причинности: содержание и пробелы правового регулирования / А.Н. Кузьмин, Т.Н. Тимофеева // Пробелы в российском законодательстве. 2020. № 2. С. 99-103.
5. Малиновский А.В. Значение функций физической культуры в профессиональной деятельности сотрудников ОВД / А.В. Малиновский, Д.В. Юркин // Актуальные проблемы борьбы с преступлениями и иными правонарушениями. 2021. № 21-2. С. 234-237.
6. Панова О.С. Физическая подготовка как средство повышения психологической устойчивости в оперативно-служебной деятельности сотрудников полиции России / О.С. Панова // В сборнике: Интеллектуальный капитал XXI века. Пенза, 2020. С. 248-250.
7. Паршин С.В. Роль физической подготовки в профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации / С.В. Паршин, М.Ш. Муслимов // Эпоха науки. 2020. № 22. С. 269-272.
8. Петров К.Н. Физическая подготовка как одна из профессиональных компетенций сотрудника полиции / К.Н. Петров // E-Scio. 2020. № 9 (48). С. 106-110.

9. Троян Е.И. Физическая подготовка сотрудников полиции / Е.И. Троян, А.А. Гусев, Е.А. Лобанин. Учебник для курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России, сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации / Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России. Тюмень, 2020. С. 62.

10. Чмара С.А. Организационно-правовые основы профессионально-прикладной физической подготовки студентов юридических специальностей / С.А. Чмара // В сборнике: Физическая культура, спорт, наука и образование. Под редакцией С.С. Гуляевой, А.Ф. Сыроватской. 2019. С. 226-230.

11. Шевырталов Е.П. Роль физической подготовки в деятельности сотрудника полиции / Е.П. Шевырталов, Д.Г. Басистов // Интернаука. 2020. № 9 (138). С. 24-26.

