



Научно-исследовательский журнал «Modern Humanities Success / Успехи гуманитарных наук»  
<https://mhs-journal.ru>  
2025, № 11 / 2025, Iss. 11 <https://mhs-journal.ru/archives/category/publications>  
Научная статья / Original article  
Шифр научной специальности: 5.8.7. Методология и технология профессионального образования (педагогические науки)  
УДК 37.043.2

## Биатлон как средство подготовки сотрудников внутренних дел к служебной деятельности

<sup>1</sup> Болтенкова Ю.В., <sup>2</sup> Миронова Т.А., <sup>2</sup> Петренко О.В., <sup>2</sup> Соловейченко Е.Г.,

<sup>2</sup> Белгородский юридический институт Министерства внутренних дел  
Российской Федерации имени И.Д. Путилина,

<sup>2</sup> Белгородский государственный национальный исследовательский университет

**Аннотация:** профессиональная деятельность сотрудников органов внутренних дел характеризуется высокими физическими и психологическими требованиями, требующими выносливости, точности и способности эффективно действовать в стрессовых ситуациях. В данном материале исследования рассматривается использование биатлона в качестве средства профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел. Биатлон, сочетающий интенсивные физические нагрузки с точной стрельбой, служит эффективным средством для совершенствования качеств, необходимых для служебной деятельности в правоохранительных органах, включая физическую подготовку, стрессоустойчивость, самодисциплину и умение принимать решения в условиях стресса.

В представленном материале исследования подчеркивается необходимость включения биатлона в систему подготовки, подчеркивается его роль в повышении оперативной готовности, развитии командной работы и повышении устойчивости в сложных условиях служебной деятельности.

Сделан вывод о том, что систематические занятия биатлоном не только повышают эффективность служебной деятельности сотрудников органов внутренних дел, но и способствуют укреплению их состояния здоровья, психологической устойчивости и долгосрочной эффективности служебной деятельности.

Результаты, полученные в ходе исследования, могут быть использованы при организации учебного процесса в учебных заведениях различного уровня.

**Ключевые слова:** биатлон, профессиональная подготовка, сотрудники органов внутренних дел, физическая подготовка, психологическая устойчивость, стрессоустойчивость, владение огнестрельным оружием, командная работа

**Для цитирования:** Болтенкова Ю.В., Миронова Т.А., Петренко О.В., Соловейченко Е.Г. Биатлон как средство подготовки сотрудников внутренних дел к служебной деятельности // Modern Humanities Success. 2025. № 11. С. 182 – 187.

Поступила в редакцию: 12 июля 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 10 сентября 2025 г.; Принята к публикации: 27 октября 2025 г.

\*\*\*

## Biathlon as a means of training internal affairs officers for their professional activities

<sup>1</sup> Boltenkova Yu.V., <sup>2</sup> Mironova T.A., <sup>2</sup> Petrenko O.V., <sup>2</sup> Soloveichenko E.G.,

<sup>1</sup> Belgorod Law Institute of the Ministry of Internal Affairs  
of the Russian Federation named after I.D. Putilin,

<sup>2</sup> Belgorod State National Research University

**Abstract:** the professional activity of law enforcement officers is characterized by high physical and psychological demands that require endurance, precision, and the ability to act effectively in stressful situations. This research paper examines the use of biathlon as a means of professional training for law enforcement officers. Biathlon, which combines intense physical exertion with accurate shooting, serves as an effective means to improve the qualities necessary for official work in law enforcement agencies, including physical fitness, stress tolerance, self-discipline and the ability to make decisions under stress.

The presented research material emphasizes the pedagogical and practical value of including biathlon in the training system, emphasizes its role in increasing operational readiness, developing teamwork and increasing resilience in difficult conditions of professional activity.

It is concluded that systematic biathlon training not only increases the efficiency of the work of law enforcement officers, but also helps to strengthen their health, psychological stability and long-term performance.

The results obtained during the research can be used in the organization of the educational process in educational institutions of various levels.

**Keywords:** biathlon, professional training, law enforcement officers, physical fitness, psychological stability, stress resistance, possession of firearms, teamwork

**For citation:** Boltchenkova Yu.V., Mironova T.A., Petrenko O.V., Soloveichenko E.G. Biathlon as a means of training internal affairs officers for their professional activities. Modern Humanities Success. 2025. 11. P. 182 – 187.

The article was submitted: July 12, 2025; Approved after reviewing: September 10, 2025; Accepted for publication: October 27, 2025.

### Введение

Профессиональная деятельность сотрудников органов внутренних дел предъявляют требования к уровню физической подготовленности, психологической устойчивости и способности эффективно действовать в стрессовых ситуациях. Современные вызовы, где возрастает риск терроризма и возрастает численность межнациональных распри требуют поиска решений повышения качества подготовки специалистов органов внутренних дел. Одним из наиболее эффективных подходов является использование биатлона – вида спорта, который уникальным образом сочетает в себе выносливость, силу и точность.

Занятия биатлоном способствуют развитию физической выносливости, одновременно развивая способность сохранять концентрацию и точность стрельбы в процессе и после интенсивных нагрузок. Приведенные условия в точности отражают реальные условия профессиональной службы, где необходимы быстрая адаптация, самоконтроль и ответственность за каждое действие. Кроме того, регулярные занятия биатлоном укрепляют дисциплину, стойкость и командную работу, что напрямую способствует повышению эффективности и выполнения служебных задач сотрудниками органов внутренних дел.

Таким образом, использование биатлона в качестве средства подготовки к выполнению служебных задач не ограничивается только физической подготовкой, занятия биатлоном оказывают многофакторное воздействие на все стороны подготовки сотрудников к сложным и многогранным требованиям их профессиональной деятельности.

### Материалы и методы исследований

Исследование проводилось с использованием теоретического и практического подходов. Теоретическую основу исследования составил анализ научной литературы по физической подготовке

сотрудников правоохранительных органов, публикаций, связанных с методикой подготовки биатлонистов. Также были проанализированы нормативные документы, регламентирующие физическую и профессиональную подготовку сотрудников органов внутренних дел.

Практическая составляющая исследования была основана на наблюдениях за тренировками с элементами биатлона в рамках ведомственных спортивных программ. Были использованы методы опроса и анкетирование сотрудников внутренних дел.

### Результаты и обсуждения

Занятия биатлоном могут быть очень важны для сотрудников органов внутренних дел, как средство профессиональной подготовки, так и с точки зрения общей подготовленности. Биатлон сочетает в себе передвижение на лыжах или бег (без снежный период) со стрельбой из винтовки, что предъявляет требования к состоянию выносливости, скоростно-силовым способностям и координации. Регулярные занятия способствуют улучшению здоровья сердечнососудистой системы, работоспособности и физической подготовленности [1, 4, 5], что является необходимым для сотрудников внутренних дел, которые часто выполняют служебные задачи в сложных условиях служебной деятельности.

Регулярные занятия биатлоном способствуют улучшению навыков владения огнестрельным оружием. Стрельба в условиях физического напряжения, после передвижения на лыжах/бега имитирует стрессовые условия служебной деятельности, где решающее значение имеют точное прицеливание и умение сосредоточиться на выстреле [8, 9, 10]. Для чего сотрудники учатся контролировать дыхание, сохранять самообладание и выполнять точные выстрелы, несмотря на развившееся утомление, это те навыки, которые имеют

непосредственное отношение к деятельности сотрудников правоохранительных органов [2, 7].

Для подтверждения данного фактора был проведен опрос биатлонистов, которые утверждали, что наиболее сложным является совладать с дыханием и сосредоточиться на выстреле после преодоленного участка дистанции.

В процессе занятий формируется умение управление стрессом и психологическая устойчивость. Биатлон способствует формированию умения быстро переключаться с интенсивных движений на концентрацию внимания на производства точного выстрела [2, 7]. Этот навык отражает реальные ситуации, когда сотрудники внутренних дел должны принимать точные и ответственные решения в условиях стресса или физической нагрузки. В процессе бесед с сотрудниками выяснилось, что в процессе преследования сложно выполнить точный выстрел из табельного оружия. Наибольшую сложность представляет необходимость справиться с дыханием и выполнить точный выстрел.

Так же в процессе занятий формируется профессиональная дисциплина и сплоченность команды. Структурированные тренировки по биатлону прививают самодисциплину, настойчивость и умение управлять временем. Участие в групповых занятиях или соревнованиях укрепляет товарищество, взаимное доверие и коллективный дух среди сотрудников. Требования к перевозке, хранению и пользованию оружием способствует формированию дисциплинированности занимающихся биатлоном.

Одним из результатов занятий биатлоном является готовность к экстремальным условиям. Поскольку биатлон относится к зимним видам спорта, сотрудники получают опыт эффективной работы в различных погодных условиях и на открытом воздухе. Эта способность к адаптации необходима при патрулировании, преследовании преступника или реагировании на чрезвычайные ситуации в сложных условиях. Это подготавливает к выполнению заданий в сложных условиях местности и климата, повышая их оперативную надежность [2, 7].

Занятия по биатлону являются комплексным методом подготовки сотрудников органов внутренних дел к тому, чтобы иметь высокий уровень физической подготовленности, действовать в соответствии с законом, в сложных ситуациях, дисциплинированными, быстро и эффективно приспособляющимися, что повышает эффективность служебной деятельности и стрессоустойчивость [2, 6].

Занятия биатлоном способствуют повышению

эффективности работы сотрудников органов внутренних дел несколькими взаимосвязанными способами.

Регулярные занятия биатлоном способствуют совершенствованию физической подготовленности, координационных способностей и состояния здоровья. Физически подготовленный сотрудник выполняет обязанности более эффективно в течение длительного времени и быстро и адекватно реагирует в сложных ситуациях [8, 10].

Занимающемуся биатлоном необходима повышенная точность в условиях стресса. Одной из основных задач биатлона является переключение с интенсивного передвижения на лыжах или бега на точную стрельбу, что учит сотрудников сохранять самообладание и аккуратность, несмотря на развившееся утомление. Это приводит к повышению эффективности во время операций с высокой ответственностью, где важны скорость и точность.

В ходе занятий биатлоном происходит развитие самодисциплины и концентрации. Сотрудники внутренних дел учатся контролировать свое дыхание, концентрировать внимание и систематически выполнять поставленные задачи. Такая дисциплина повышает эффективность служебной деятельности и принятия решений в процессе выполнения служебных задач.

Специфика занятий биатлоном требует быстрой адаптации от динамичных движений к спокойной сосредоточенности – навыку, непосредственно применимому в ситуациях, связанных с правоохранительными органами.

Сотрудники получают возможность эффективно справляться со стрессом, избегая ошибок и сохраняя профессиональное самообладание.

Так же в систему соревнований по биатлону входят эстафетные соревнования, которые способствуют укреплению сплоченности команды. Групповые занятия оказывать содействие взаимной поддержке, доверию и здоровой конкуренции. Сплоченная команда работает более эффективно при проведении совместных операций, расследований и реагировании на кризисные ситуации.

Биатлон способствует предотвращению развития переутомления, снижает риск заболеваний и укрепляет здоровье в долгосрочной перспективе, соответственно здоровый персонал означает меньшее количество больничных и более высокую эффективность служебной деятельности.

Занятия биатлоном способствуют повышению профессиональной готовности. Деятельность сотрудников органов внутренних дел связана с физическими и умственными нагрузками. В процессе регулярных занятий биатлоном развиваются показатели выносливости, силы и точность, обеспечи-

вая сотрудникам внутренних дел не только физическую форму, но и способность эффективно действовать в сложных условиях. Это напрямую подтверждает необходимость в высококвалифицированном и оперативно подготовленном персонале.

Одним из основных ценностей использования биатлона в подготовке сотрудников внутренних дел является точная стрельба в процессе и после физической нагрузки. В процессе опросов сотрудников внутренних дел, занимающихся биатлоном, выяснилось, что самым сложным является совладать с дыханием и произвести точные выстрелы.

Для сотрудников это повторяет сценарии из реальной служебной деятельности, где они должны сохранять спокойствие, сосредоточенность и точность, несмотря на стресс и усталость [6, 7]. Данное подтвердилось в ходе бесед с сотрудниками, которые утверждают, что им часто приходится сохранять спокойствие в условиях развившегося стресса и утомления при опросе пострадавших и очевидцев происшествия.

Включение биатлона в систему подготовки повышает способность принимать ответственные, контролируемые решения в критических ситуациях.

Переход от интенсивного преодоления дистанции на лыжах или бега к спокойной и точной стрельбе учит сотрудников регулировать эмоции, дыхание и концентрацию. Этот навык необходим для проведения расследований, разрешения конфликтов и выполнения оперативных задач, что делает их более эффективными и менее склонными к ошибкам.

Групповые занятия биатлоном развивают дисциплину, сотрудничество и взаимную поддержку. Эти качества укрепляют командную работу, которая жизненно важна для скоординированных операций органов внутренних дел [2, 3].

Занятия в условиях низких температур способствуют формированию более эффективной адаптивности к различным условиям служебной деятельности.

Биатлон относится к зимним видам спорта, занятия которым готовят сотрудников к эффективной работе в сложных климатических условиях и на местности. Такая адаптивность обеспечивает готовность к чрезвычайным ситуациям, поиско-

вым операциям и патрулированию в любых условиях.

Включение биатлона в систему подготовки способствует формированию здорового образа жизни, снижает стресс и предотвращает профессиональное выгорание. Здоровые и мотивированные сотрудники внутренних дел повышают общую эффективность и надежность службы.

### **Выводы**

Занятия биатлоном – это больше, чем просто спорт, это структурированный метод тренировки, который напрямую повышает физическую, психологическую и профессиональную эффективность сотрудников органов внутренних дел, обеспечивая им возможность выполнять свои обязанности с точностью, стойкостью и командной работой.

Анализ биатлона как средства подготовки сотрудников органов внутренних дел демонстрирует его значительный потенциал в повышении профессиональной подготовленности личного состава. Сочетая интенсивные физические упражнения с необходимостью точной стрельбы, биатлон развивает такие важные качества, как выносливость, самодисциплина, стрессоустойчивость и способность принимать точные решения под давлением. Эти качества полностью соответствуют требованиям современной правоохранительной службы, где от сотрудников ожидают эффективной работы в динамичных, сложных и зачастую экстремальных условиях.

Биатлон повышает физическую выносливость, психологическую устойчивость, точность в стрессовых ситуациях и умение работать в команде, что имеет решающее значение для эффективного выполнения служебных обязанностей.

Включение биатлона в систему профессиональной подготовки не только укрепляет физическую и психологическую подготовленность, но и способствует командной работе, формированию здорового образа жизни, а также способствует долгосрочной эффективности и стабильности работы органов внутренних дел. Поэтому биатлон следует рассматривать не просто как вид спорта, но и как практический и педагогически ценный инструмент формирования компетенций, необходимых для успешной профессиональной деятельности.

### **Список источников**

1. Егоров Д.Е., Ткаченко А.И., Морев Д.Г., Казбеков Т.Ш. Биатлон в системе элективных дисциплин по физической культуре в техническом вузе // Успехи гуманитарных наук. 2023. № 2. С. 190 – 194.
2. Гончарова Ю.С. Служебный биатлон как составная часть профессиональной подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России // Преступность в СНГ: проблемы предупреждения и раскрытия преступлений : сборник материалов, Воронеж, 23 мая 2018 года. Том Часть 2. Воронеж: Воронежский институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2018. С. 252 – 255.

3. Забирова Ю.С. Спортивная подготовка в профессиональной деятельности сотрудника уголовно-исполнительной системы // Первый открытый фестиваль науки, спорта и творчества среди курсантов ведомственных образовательных организаций ФСИН России и других ведомств «любите Россию! Служите России! Храните Россию!»: Сборник материалов конференции, Санкт-Петербург, Пушкин, 26-30 сентября 2022 года. Санкт-Петербург, Пушкин: Федеральное казенное образовательное учреждение высшего образования "Санкт-Петербургский университет Федеральной службы исполнения наказаний", 2023. С. 63 – 68.

4. Лыжная подготовка: учебно-методическое пособие. Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016. 61 с.

5. Фарбей В.В., Скорохватова Г.В., Фарбей В. и др. Лыжный спорт: учебник для вузов / Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена. 2-е изд., исправл. и доп. Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2007. 623 с. ISBN 978-5-8064-1151-9.

6. Пяткина О.А. Зависимость профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел от психологических факторов в служебной деятельности // Образ современного полицейского: Сборник материалов Международной научно-практической конференции, Ростов-на-Дону, 23 ноября 2020 года. Ростов-на-Дону: Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2021. С. 130 – 133.

7. Романов Е.И. Использование методик служебного биатлона в системе огневой подготовки сотрудников МВД России // Подготовка сотрудников полиции к применению специальных средств, физической силы и огнестрельного оружия: от теории к практике: Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Волгоград, 30 апреля 2021 года. Том Вып. 5. Волгоград: Волгоградская академия МВД России, 2021. С. 85 – 89.

8. Фарбей В.В., Дунаев К.С. Регламентированные режимы дыхания как резервы повышения качества стрельбы в биатлоне / Министерство образования и науки Российской Федерации; Министерство спорта Российской Федерации; Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена. Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2014. 183 с. ISBN 978-5-8064-2058-0.

9. Халманских А.В., Гурьев Л.А., Манжелей И.В. Стрелковая подготовка биатлонистов. Москва-Берлин: ООО "Директмедиа Паблишинг", 2017. 218 с. ISBN 978-5-4475-9338-4.

10. Халманских А.В., Гурьев Л.А., Манжелей И.В. Стрелковая подготовка биатлонистов. Тюмень: Тюменский областной государственный институт развития регионального образования, 2014. 220 с.

### References

1. Egorov D.E., Tkachenko A.I., Morev D.G., Kazbekov T.Sh. Biathlon in the System of Elective Disciplines in Physical Education at a Technical University. *Uspekhi gumanitarnykh nauk*. 2023. No. 2. P. 190 – 194.

2. Goncharova Yu.S. Service Biathlon as an Integral Part of the Professional Training of Cadets and Students of Educational Organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia. *Crime in the CIS: Problems of Crime Prevention and Detection: Collection of Materials*, Voronezh, May 23, 2018. Volume Part 2. Voronezh: Voronezh Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, 2018. P. 252 – 255.

3. Zabirowa Yu.S. Sports training in the professional activities of a penal system employee. The first open festival of science, sports, and creativity among cadets of departmental educational organizations of the Federal Penitentiary Service of Russia and other agencies "Love Russia! Serve Russia! Protect Russia!": Collection of conference materials, St. Petersburg, Pushkin, September 26-30, 2022. St. Petersburg, Pushkin: Federal State Educational Institution of Higher Education "St. Petersburg University of the Federal Penitentiary Service", 2023. P. 63 – 68.

4. Ski training: a teaching aid. Orel: Interregional Academy of Security and Survival (MABIV), 2016. 61 p.

5. Farbey V.V., Skorokhvatova G.V., Farbey V. et al. Skiing: a textbook for universities. A.I. Herzen State Pedagogical University of Russia. 2nd ed., corrected and supplemented. St. Petersburg: Russian State Pedagogical University named after A.I. Herzen, 2007. 623 p. ISBN 978-5-8064-1151-9.

6. Pyatkina O.A. Dependence of the professional activities of employees of internal affairs bodies on psychological factors in their official activities. The image of a modern police officer: Collection of materials from the International scientific and practical conference, Rostov-on-Don, November 23, 2020. Rostov-on-Don: Rostov Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, 2021. P. 130 – 133.

7. Romanov E.I. Using Service Biathlon Methods in the Firearms Training System for Employees of the Ministry of Internal Affairs of Russia. Training Police Officers in the Use of Special Means, Physical Force, and Firearms: From Theory to Practice: Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference, Volgograd, April 30, 2021. Vol. Issue 5. Volgograd: Volgograd Academy of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2021. P. 85 – 89.

8. Farbey V.V., Dunaev K.S. Regulated Breathing Regimes as Reserves for Improving Shooting Quality in Biathlon. Ministry of Education and Science of the Russian Federation; Ministry of Sports of the Russian Federation; Herzen State Pedagogical University of Russia. St. Petersburg: Herzen State Pedagogical University of Russia, 2014. 183 p. ISBN 978-5-8064-2058-0. 9. Khalmanskikh A.V., Guryev L.A., Manzhelei I.V. Shooting training of biathletes. Moscow-Berlin: ООО "Directmedia Publishing", 2017. 218 p. ISBN 978-5-4475-9338-4.

10. Khalmanskikh A.V., Guryev L.A., Manzhelei I.V. Shooting training of biathletes. Tyumen: Tyumen Regional State Institute for Regional Education Development, 2014. 220 p.

### **Информация об авторах**

Болтенкова Ю.В., кандидат социологических наук, доцент, Белгородский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации имени И.Д. Путилина, [boltenkova\\_y@bk.ru](mailto:boltenkova_y@bk.ru)

Миронова Т.А., кандидат педагогических наук, Белгородский государственный национальный исследовательский университет

Петренко О.В., кандидат педагогических наук, Белгородский государственный национальный исследовательский университет

Соловейченко Е.Г., Белгородский государственный национальный исследовательский университет, [soloveychenko@bsuedu.ru](mailto:soloveychenko@bsuedu.ru)

© Болтенкова Ю.В., Миронова Т.А., Петренко О.В., Соловейченко Е.Г., 2025