

Научно-исследовательский журнал «Обзор педагогических исследований»

<https://opi-journal.ru>

2025, Том 7, № 2 / 2025, Vol. 7, Iss. 2 <https://opi-journal.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка (педагогические науки)

УДК 624.072.014.2-415.046.2



## Вопросы физической подготовки сотрудников силовых ведомств

<sup>1</sup> Войнов П.Н., <sup>2</sup> Шишканов В.В., <sup>3</sup> Олейник Д.В., <sup>4</sup> Путилина В.Ю.,

<sup>1</sup> Луганская академия Следственного комитета Российской Федерации,

<sup>2</sup> Волгоградская академия Министерства внутренних дел Российской Федерации,

<sup>3</sup> Белгородский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации имени И.Д. Путилина,

<sup>4</sup> Московский политехнический университет

**Аннотация:** в статье рассматриваются особенности организации и реализации физической подготовки сотрудников силовых ведомств в учебных заведениях силовых ведомств. Анализируются современные требования к физической подготовленности, обусловленные спецификой служебной деятельности сотрудников силовых ведомств. Особое внимание уделяется применению комплексного подхода к развитию физических качеств, таких как: силовые показатели, выносливость, быстрота, ловкость и координационные способности, а также формированию прикладных двигательных навыков и умений. Авторы проанализировали подходы в физической подготовке специалистов силовых ведомств, способствующие повышению эффективности профессиональной деятельности сотрудников силовых ведомств. Представленный материал исследования предназначен для преподавателей, инструкторов, специалистов по физической подготовке, а также для всех заинтересованных в вопросах совершенствования физической подготовки специалистов силовых структур.

Результаты исследования могут быть использованы при организации системы подготовки специалистов силовых ведомств в учебных заведениях различного уровня.

**Ключевые слова:** физическая подготовка, сотрудники силовых ведомств, учебные заведения, профессиональная подготовка, силовые показатели, выносливость, боевые приемы борьбы, прикладные навыки, специальные физические качества, служебная деятельность

**Для цитирования:** Войнов П.Н., Шишканов В.В., Олейник Д.В., Путилина В.Ю. Вопросы физической подготовки сотрудников силовых ведомств // Обзор педагогических исследований. 2025. Том 7. № 2. С. 224 – 230.

Поступила в редакцию: 11 декабря 2024 г.; Одобрена после рецензирования: 13 февраля 2025 г.; Принята к публикации: 26 марта 2025 г.

## Issues of physical training of law enforcement officers

<sup>1</sup> Voynov P.N., <sup>2</sup> Shishkanov V.V., <sup>3</sup> Oleinik D.V., <sup>4</sup> Putilina V.Yu.,

<sup>1</sup> Lugansk Academy of the Investigative Committee of the Russian Federation,

<sup>2</sup> Volgograd Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation,

<sup>3</sup> Belgorod Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation named after I.D. Putilin,

<sup>4</sup> Moscow Polytechnic University

**Abstract:** the article discusses the specifics of the organization and implementation of physical training of law enforcement officers in educational institutions of law enforcement agencies. The article analyzes the modern requirements for physical fitness, due to the specifics of the official activities of employees of law enforcement agencies. Special attention is paid to the application of an integrated approach to the development of physical qualities, such as strength, endurance, speed, agility and coordination abilities, as well as the formation of applied motor skills and abilities. The authors analyzed approaches to the physical training of law enforcement officials that contribute to improving the effectiveness of the professional activities of law enforcement officials. The presented research material is intended for teachers, instructors, physical training specialists, as well as for anyone interested in improving the physical training of law enforcement personnel.

The results of the study can be used in the organization of a training system for law enforcement agencies in educational institutions of various levels.

**Keywords:** physical training, employees of law enforcement agencies, educational institutions, professional training, strength indicators, endurance, combat fighting techniques, applied skills, special physical qualities, professional activity

**For citation:** Voynov P.N., Shishkanov V.V., Oleinik D.V., Putilina V.Yu. *Issues of physical training of law enforcement officers. Review of Pedagogical Research.* 2025. 7 (2). P. 224 – 230.

The article was submitted: December 11, 2024; Approved after reviewing: February 13, 2025; Accepted for publication: March 26, 2025.

### Введение

Физическая подготовка является одним из важнейших направлений профессиональной подготовки сотрудников силовых ведомств, поскольку эффективность выполнения оперативно-служебных задач напрямую зависит от уровня физической подготовленности, сформированности специальных двигательных умений и навыков у сотрудников силовых ведомств. Современные условия службы в подразделениях силовых ведомств характеризуются высокими физическими, психологическими и тактическими нагрузками, что предъявляет особые требования к организации и содержанию физической подготовки курсантов и слушателей учебных заведений силовых ведомств. В представленном материале исследования раскрываются основные подходы к физической подготовке в образовательных организациях силовых ведомств, рассматриваются современные методики и технологии, направленные на развитие физических качеств, необходимых для эффективного выполнения служебных обязанностей и поддержания профессиональной готовности сотрудников.

### Материалы и методы исследований

В ходе исследования были использованы мето-

ды анализа и обобщения результатов исследований различных авторов по направлению исследования. Так же были проведены опросы и беседы с действующими сотрудниками силовых ведомств. В исследовании приняли участие действующие сотрудники силовых ведомств (МВД и МО).

### Результаты и обсуждения

Специфика служебной деятельности сотрудников силовых ведомств определяется рядом характерных особенностей и задач, которые связаны с экстремальными ситуациями, требуют высоких показателей физической подготовленности, устойчивости к стрессу и способности быстро принимать решения в сложных условиях [1, 2, 10].

Так же специфика деятельности связана с выполнением задач по обеспечению общественной безопасности. Сотрудники силовых ведомств обеспечивают правопорядок на массовых мероприятиях, митингах, спортивных соревнованиях, предотвращая конфликты и беспорядки. Борьба с массовыми беспорядками требует высокой психологической устойчивости и готовности действовать в напряжённой обстановке.

Специалисты силовых ведомств участвуют в контртеррористических операциях, освобождении заложников и ликвидации вооружённых преступ-

ников, что требует специальной тактической и боевой подготовки. Так же они занимаются охраной стратегических объектов, критической инфраструктуры, обеспечивают безопасность высокопоставленных лиц, что подразумевает повышенные требования к внимательности, ответственности и профессионализму. Специалисты силовых ведомств участвуют в оперативных мероприятиях, задерживая подозреваемых, преследуя преступников и проводя спецоперации, что требует хороших навыков взаимодействия и межведомственной координации [9, 10].

Характер деятельности часто связан с непредвиденными и внезапно возникающими ситуациями, требующими быстрой реакции, способности к анализу и принятию решений в ограниченные сроки.

Подготовка сотрудников силовых ведомств включает несколько направлений, отражающих характер и сложность их служебной деятельности, среди которых следует выделить физическую подготовку, которая должна носить комплексный характер. В процессе комплексной подготовки необходимо ставить акцент на совершенствование показателей основных физических качеств: выносливости, силы, скоростно-силовых показателей, ловкости и координационных способностей. Для выполнения служебных задач, а также обеспечения собственной безопасности необходимо осваивать боевые единоборства, рукопашный бой и тактическую подготовку [3, 4].

Требования к физической подготовке сотрудников силовых ведомств включают несколько ключевых аспектов, среди которых стоит выделить физическую подготовленность, где необходимо сделать акцент на формирование высокого уровня работоспособности и выносливости. Показатели выносливости играют ключевую роль в преодолении значительных дистанций пешим порядком или бегом, совершении марш-бросков, в том числе и с полной выкладкой. Высокие показатели общей и специальной выносливости, позволяют эффективно выполнять служебные задачи в различных условиях и длительный период времени. Так же показатели выносливости позволяют эффективно выполнять служебные обязанности на фоне развивающегося утомления, которое существенно влияет на устойчивость техники выполнения боевых приёмов борьбы. По мере нарастания утомления ухудшается координация движений, что снижает точность и эффективность выполнения различных действий. На фоне развившегося утомления сотрудник силового ведомства начинает допускать ошибки, ухудшается техника выполняемого действия, замедляется скорость реакции,

что негативно отражается на способности оперативно реагировать на действия противника и выбирать наиболее подходящие приёмы в изменяющейся боевой ситуации. В состоянии развившегося утомления возрастает вероятность потери контроля над противником и ситуацией в целом. Так же в состоянии утомления ухудшается концентрация внимания, снижается способность быстро оценивать изменения ситуации, принимать оперативные решения и адекватно реагировать на действия противника. Это ведёт к потере инициативы и может привести к неэффективным или ошибочным действиям [6, 7, 8].

Таким образом, развивающееся утомление оказывает значительное негативное воздействие на эффективность служебной деятельности и устойчивость техники выполнения боевых приёмов борьбы. Для поддержания высокой эффективности и безопасности при выполнении приёмов необходимо регулярно повышать общую и специальную выносливость, формировать устойчивость к утомлению и навыки сохранения работоспособности в экстремальных условиях оперативно-служебной деятельности. Таким образом, хорошее состояние показателей выносливости сотрудников силовых ведомств прямо влияет на эффективность применения боевых приёмов борьбы, повышая оперативную эффективность, безопасность, уверенность и качество выполнения служебных задач.

Показатели выносливости играют ключевую роль в эффективном выполнении служебных обязанностей, оказывая влияние на качество и результативность их работы. Высокие показатели выносливости позволяют сотрудникам длительное время сохранять высокую работоспособность, эффективно выполнять задачи при затяжных мероприятиях, таких как охрана порядка на массовых мероприятиях, проведение спецопераций или длительное патрулирование. Развитые показатели выносливости способствуют сохранению концентрации внимания и скорости реакции, особенно в стрессовых условиях и при физическом переутомлении. Сотрудники с высокими показателями выносливости лучше контролируют ситуацию и сохраняют эффективность действий даже при высокоинтенсивных и длительных нагрузках [3, 6].

Состояние выносливости является одним из факторов, обеспечивающих эффективность выполнения приёмов борьбы. Высокие показатели выносливости повышают способность многократно повторять и уверенно применять боевые приёмы борьбы, даже на фоне развившегося утомления. Так в процессе служебно-боевой подготовки было проведено наблюдение за техникой выполнения боевых приёмов борьбы на фоне нарастаю-

щего утомления. В процессе наблюдения выяснилось, что сотрудники имеющие высокие показатели выносливости проявили устойчивость техники выполнения боевых приёмов борьбы и наоборот, сотрудники имеющие низкие показатели выносливости на фоне нарастающего утомления допускали больше ошибок в технике выполнения боевых приемов борьбы.

Высокие показатели выносливости способствуют снижению риска получения травм при выполнении служебных обязанностей. Так же сотрудники с высокими показателями выносливости менее подвержены профессиональным заболеваниям и дольше сохраняют высокую работоспособность. Таким образом, выносливость является одной из ключевых физических качеств сотрудников силовых ведомств, существенно влияющих на успешность служебной деятельности. Регулярное развитие и поддержание выносливости позволяет сотрудникам силовых ведомств эффективно решать сложные оперативные задачи и сохранять высокую профессиональную готовность [2, 5, 10].

В процессе служебной деятельности немалую роль играют и скоростно-силовые показатели, которые необходимы для быстрого преодоления препятствий. Не меньшее значение они играют и при выполнении различных приемов и действий. В процессе выполнения служебных задач сотрудники силовых ведомств вынуждены применять боевые приемы борьбы. Современные тенденции применения боевых приемов борьбы сотрудниками силовых ведомств включают следующие ключевые направления и особенности. При освоении техники выполнения боевых приемов борьбы необходимо соблюдения комплексности и универсальности техник, где внедрение универсальных техник, объединяющих элементы различных единоборств (дзюдо, самбо, боевое самбо, армейский рукопашный бой, ММА), позволяют действовать в широком спектре ситуаций, включая задержание правонарушителей и защиту при вооружённом нападении. В ходе физической подготовки необходима ориентация на практическую эффективность. Основной акцент в подготовке необходимо делать на простых, надёжных и максимально эффективных приёмах, которые без затруднений можно использовать в стрессовых условиях [1, 7]. В процессе опроса действующих сотрудников силовых ведомств выяснилось, что необходима минимизация сложных технических элементов, осваиваемых в процессе подготовки в пользу прикладных приёмов, легко усваиваемых. В напряжённых условиях выполнить сложное техническое действие не всегда приводит к необходимому результату. В большинстве случаев, это приводит к

ошибкам в действии, не возможности с необходимой амплитудой и последовательности выполнить сложное действие и как результат, усложнению ситуации. Для предупреждения травмирования окружающих необходим акцент на контроль ситуации без нанесения травм. Для чего надо использовать современные подходы, которые ориентированы на применение боевых приёмов, позволяющих предупредить или минимизировать травматизм задерживаемого лица и сотрудника. Особое внимание необходимо уделить навыкам болевых и удерживающих техник, которые дают возможность контролировать и пресекать агрессивное поведение правонарушителя, в том числе и с минимальными повреждениями.

Для обеспечения эффективности подготовки необходимо ее проводить в условиях, приближенных к реальным. Отработка тактики применения боевых приёмов борьбы и болевых приемов необходимо в ситуациях, максимально приближенных к условиям реальной оперативной деятельности (тесные помещения, ограниченное пространство, условия плохой освещённости, задержание вооружённого преступника). Так же необходимо в процессе подготовки использовать современные тренажёры и экипировку, имитирующие боевые ситуации.

Для совершенствования тактики применения боевых приёмов борьбы необходимо вести комплексную подготовку, для чего надо объединить физическую с огневой, тактической и психологической подготовкой, чтобы сотрудники силовых ведомств могли действовать уверенно и эффективно в условиях повышенного стресса и неопределённости [8, 9, 10].

Так же необходимы занятия, направленные на развитие силовых показателей, которые являются необходимым условием для успешного выполнения боевых задач. Силовая подготовленность является основой для успешного выполнения прикладных задач и влияет на ряд аспектов служебной деятельности. Высокий уровень силовых показателей позволяет более уверенно выполнять болевые, бросковые и удерживающие приёмы. Сотрудник с хорошей силовой подготовкой способен преодолевать активное сопротивление задерживаемого, эффективно контролируя и управляя ситуацией.

Недостаточная силовая подготовка снижает эффективность приёмов, приводя к утрате контроля и повышению риска травматизма. Хорошие силовые показатели позволяют сотрудникам контролировать степень воздействия и избегать излишних травм, как собственных, так и задерживаемого лица. Силовые качества важны для успеш-

ного противодействия агрессивным и физически сильным противникам, которые оказывают активное сопротивление. Сотрудники с высоким уровнем силовых показателей способны эффективно применять различные приёмы даже в невыгодных позициях и ситуациях. Уровень физической подготовленности оказывает влияние на скорость и точность выполнения приёмов. Высокий уровень силовой подготовленности позволяет выполнять боевые приёмы быстрее и точнее, снижая риск неудач и ошибок, что критически важно в стрессовых ситуациях оперативного характера.

Современные тенденции подготовки и применения боевых приёмов борьбы сотрудниками силовых ведомств направлены на повышение эффективности их применения, безопасности, уверенности при решении задач по охране общественного порядка и проведению специальных операций.

#### Выводы

В процессе подготовки сотрудников силовых ведомств необходим комплексный подход, т.е. интеграция физической, тактической, огневой и психологической подготовки в единые комплекс-

ные упражнения и занятия, максимально приближённые к реальным служебным ситуациям.

Подготовка сотрудников силовых ведомств должна осуществляться комплексно, учитывая специфику их деятельности, с упором на выносливость, силовые и скоростно-силовые показатели, тактическую грамотность, психологическую устойчивость и умение эффективно действовать в экстремальных условиях.

Комплексный подход, основанный на использовании современных методик, специальных тренировочных программ и инновационных технологий, позволяет сформировать и поддерживать на высоком уровне необходимые физические качества: силу, выносливость, ловкость, быстроту и координацию.

Особое значение имеет формирование и совершенствование прикладных навыков и умение применять их в условиях служебной деятельности, что непосредственно влияет на эффективность и безопасность сотрудников в реальных оперативных условиях.

#### Список источников

1. Брагин В.В., Егоров Д.Е., Цветов В.И. Некоторые особенности применения сотрудниками полиции боевых приёмов борьбы // Вестник Белгородского юридического института МВД России имени И.Д. Путилина. 2016. № 2 (28). С. 41 – 43.
2. Егоров Д.Е., Болтенкова Ю.В., Логачев О.В., Тюрин И.А. Вопросы повышения эффективности тактической подготовки сотрудников внутренних дел в учебных заведениях МВД России // Успехи гуманитарных наук. 2024. № 7. С. 321 – 326. DOI 10.58224/2618-7175-2024-7-321-326
3. Дуюнов Е.А., Иванов Е.В., Белоглазов М.В., Борисова К.О. Вопросы подготовки специалистов силовых ведомств к служебной деятельности // Успехи гуманитарных наук. 2024. № 6. С. 110 – 115. DOI 10.58224/2618-7175-2024-6-110-115
4. Вопросы совершенствования тактико-специальной подготовки сотрудников правоохранительных органов, Москва, 29 июня 2022 года / Московский университет МВД России имени В.Я. Кикотя. Москва: Московский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации им. В.Я. Кикотя, 2022. 186 с. ISBN 978-5-9694-1200-2
5. Егоров Д.Е., Радоуцкий В.Ю., Горбатенко А.В. Современные подходы в подготовке специалистов системы МВД России // Вестник Белгородского юридического института МВД России имени И.Д. Путилина. 2014. № 1 (23). С. 32 – 34.
6. Лукашенко Д.В. Основное направление в подготовке военных специалистов в образовательной организации силовых ведомств // Естественные и технические науки. 2022. № 11 (174). С. 223 – 224.
7. Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: Сборник статей XXII Всероссийской научно-практической конференции, Иркутск, 01 октября 2020 года. Иркутск: Восточно-Сибирский институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2020. 475 с.
8. Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: сборник статей XXI Всероссийской научно-практической конференции, Иркутск, 26-27 сентября 2019 года. Иркутск: Восточно-Сибирский институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2019. 388 с. ISBN 978-5-9538-0078-5

9. Сурков Д.А., Капилевич Л.В. Специфика организации физического воспитания в вузах силовых ведомств // Вестник Томского государственного университета. 2011. № 346. С. 144 – 148.

10. Токарев В.С. Физическая подготовка как фактор, определяющий качество профессиональной деятельности и развития личности сотрудников Росгвардии // Тенденции развития науки и образования. 2021. № 80-5. С. 152 – 156. DOI 10.18411/trnio-12-2021-25

---

### References

1. Bragin V.V., Egorov D.E., Tsvetov V.I. Some Features of the Use of Combat Wrestling Techniques by Police Officers. Bulletin of the Belgorod Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after I.D. Putilin. 2016. No. 2 (28). P. 41 – 43.

2. Egorov D.E., Boltchenkova Yu.V., Logachev O.V., Tyurin I.A. Issues of Improving the Efficiency of Tactical Training of Internal Affairs Officers in Educational Institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia. Uspekhi gumanitarnykh nauk. 2024. No. 7. P. 321 – 326. DOI 10.58224/2618-7175-2024-7-321-326

3. Duyunov E.A., Ivanov E.V., Beloglazov M.V., Borisova K.O. Issues of training specialists of law enforcement agencies for official activities. Uspekhi gumanitarnykh nauk. 2024. No. 6. P. 110 – 115. DOI 10.58224/2618-7175-2024-6-110-115

4. Issues of improving tactical and special training of law enforcement officers, Moscow, June 29, 2022/ Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.Ya. Moscow: Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation named after V.Ya. Kikot, 2022. 186 p. ISBN 978-5-9694-1200-2

5. Egorov D.E., Radoutskiy V.Yu., Gorbatenko A.V. Modern approaches to training specialists of the Ministry of Internal Affairs of Russia system. Bulletin of the Belgorod Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after I.D. Putilin. 2014. No. 1 (23). P. 32 – 34.

6. Lukashenko D.V. The main direction in the training of military specialists in the educational organization of law enforcement agencies. Natural and technical sciences. 2022. No. 11 (174). P. 223 – 224.

7. Improving the professional and physical training of cadets, students of educational organizations and employees of law enforcement agencies: Collection of articles of the XXII All-Russian scientific and practical conference, Irkutsk, October 01, 2020. Irkutsk: East Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, 2020. 475 p.

8. Improving the professional and physical training of cadets, students of educational organizations and employees of law enforcement agencies: Collection of articles of the XXI All-Russian scientific and practical conference, Irkutsk, September 26-27, 2019. Irkutsk: East Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, 2019. 388 p. ISBN 978-5-9538-0078-5

9. Surkov D.A., Kapilevich L.V. Specifics of the organization of physical education in universities of law enforcement agencies. Bulletin of Tomsk State University. 2011. No. 346. P. 144 – 148.

10. Tokarev V.S. Physical fitness as a factor determining the quality of professional activity and personal development of Russian Guard employees. Trends in the Development of Science and Education. 2021. No. 80-5. P. 152 – 156. DOI 10.18411/trnio-12-2021-25

### Информация об авторах

Войнов П.Н., кандидат социологических наук, доцент, Луганская академия Следственного комитета Российской Федерации

Шишканов В.В., Волгоградская академия Министерства внутренних дел Российской Федерации, [viktorshisha@mail.ru](mailto:viktorshisha@mail.ru)

Олейник Д.В., Белгородский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации имени И.Д. Путилина

Путилина В.Ю., Московский политехнический университет

© Войнов П.Н., Шишканов В.В., Олейник Д.В., Путилина В.Ю., 2025