

УДК 351.74:796(470)

## ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Т. Б. Цуров**

*курсант 4 курса*

*Белгородского юридического института МВД России*

*имени И. Д. Путилина, 141 взвод*

*Научный руководитель: А. В. Апальков,*

*старший преподаватель кафедры физической подготовки*

*Белгородского юридического института МВД России*

*имени И. Д. Путилина*

Служебная деятельность сотрудника полиции является весьма напряженной как в физическом, так и в психическом плане. По специфике своей деятельности сотрудники полиции ежедневно сталкиваются с негативными проявлениями и агрессией в обществе, им необходимо поддерживать свое физическое и психическое здоровье, чтобы успешно выполнять служебно-боевые задачи, стоящие перед ними.

Физическая подготовленность для сотрудников полиции имеет профессионально важное значение. В первую очередь физические нагрузки формируют характер и уверенность в себе. Сотруднику полиции необходимо оперативно принимать решение в ситуациях, связанных с применением физической силы и боевых приемов борьбы. На занятиях по физической подготовке формируются такие качества, как сила воли, уверенность и смелость. Методику проведения занятий по физической подготовке выбирают на основе различных видов единоборств.

Многие из сотрудников полиции, в частности сотрудники специальных подразделений, имеют спортивные разряды и звания. Спорт закаляет дух человека и помогает в сложных жизненных ситуациях. В основу физической подготовки сотрудника органов внутренних дел включены различные виды спорта [1].

В настоящее время основным нормативным правовым актом, регламентирующим физическую подготовку в органах внутренних дел, является приказ МВД России от 1 июля 2017 года № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации». Этот приказ определяет цели и задачи физической подготовки сотрудников органов внутренних дел.

Сотрудники полиции на занятиях по физической подготовке тренируют общую выносливость и взрывную силу, силовые качества, а также осваивают

ударную и бросковую технику, способы ухода от захватов, приемы самообороны при нападении с холодным или огнестрельным оружием и т. д. [2].

Ударная техника, которую изучают сотрудники органов внутренних дел, взята из таких видов спорта, как бокс, боевое самбо, рукопашный бой, бросковая техника, а также болевые и удушающие приемы — из самбо и дзюдо. Для популяризации спорта в системе МВД России ежегодно проводятся чемпионаты и соревнования. В процессе спортивной подготовки совершенствуются психические и физические качества сотрудников. Посредством спорта и физических нагрузок сотрудники полиции закаляют свой характер и обретают уверенность в себе и в своих силах.

---

1. Тарасов В. А., Апальков А. В. Применением физической силы и специальных средств сотрудниками полиции при задержании правонарушителей // Актуальные вопросы совершенствования тактико-специальной, огневой и профессионально-прикладной физической подготовки в современном контексте практического обучения сотрудников органов внутренних дел : материалы междунар. науч.-практ. конф. / Санкт-Петербургский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации. СПб., 2020. С. 369–373. [Вернуться к статье](#)

2. Апальков А. В., Платонов Д. А., Дементьев В. Л. Самбо как один из основных компонентов физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России // Материалы XIX Всероссийской с международным участием научно-практической конференции молодых ученых, посвященной памяти заслуженного мастера спорта СССР, заслуженного тренера СССР, профессора Евгения Михайловича Чумакова, 14 февр. 2020 г. / Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» ; под общ. ред. С. Е. Табакова. М., 2020. 210 с. [Вернуться к статье](#)