

УДК 796.9+378(470)

## **ЛЫЖНЫЙ СПОРТ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ**

*О. А. Шишленко*

*курсант 233 взвода факультета подготовки дознавателей  
Белгородского юридического  
института МВД России имени И. Д. Путилина  
Научный руководитель: А. Н. Кулиничев,  
заместитель начальника кафедры физической подготовки  
Белгородского юридического  
института МВД России имени И. Д. Путилина,  
кандидат педагогических наук*

В современном обществе сотрудникам ОВД, в том числе и курсантам образовательных организаций МВД России, для выполнения спектра стоящих перед ними задач необходимо обладать хорошо развитыми физическими качествами и профессионально значимыми навыками. Существует большой объем различных средств, способствующих воспитанию физических качеств человека.

Раздел V приказа МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации», посвящен организации лыжной подготовки в ОВД. В нем определены цели и задачи лыжной подготовки, представляются основные рекомендации при проведении занятий и построении тренировок, также установлены дистанции для тренировочного цикла и для сдачи нормативов, при проведении контрольных упражнений.

Систематические занятия лыжной подготовкой способствуют всестороннему физическому развитию, особенно положительно влияя на развитие таких качеств, как выносливость, сила, быстрота и ловкость. Также при занятиях лыжным спортом отлично развивается координация движений, заключающаяся в согласованном движении рук и ног лыжника при перемещении различными лыжными ходами, а также при преодолении спусков и подъемов.

В заключение хочется отметить, что физическая подготовка сотрудников ОВД сложный и многогранный процесс, который обладает своей спецификой, обусловленной всем спектром задач, которые ставятся перед сотрудником полиции. Поэтому организация физической подготовки, а в частности занятия лыжным спортом, является одной из приоритетных задач руководителя как в образовательной организации МВД России, так и руководителя каждого под-

разделения ОВД, поскольку физическая форма сотрудника полиции нуждается в постоянной поддержке и развитии, так как она является важнейшим фактором эффективности выполнения сотрудником стоящих перед ним оперативно-служебных и служебно-боевых задач.