

А. Ю. Боренов

A. Yu. Borenov

*Волгоградская академия МВД России,
старший преподаватель кафедры физической подготовки*

В. А. Овчинников

V. A. Ovchinnikov

*Волгоградская академия МВД России,
начальник кафедры физической подготовки,
доктор педагогических наук, профессор*

СТРУКТУРНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПОЛОС ПРЕПЯТСТВИЙ СИЛОВЫХ СТРУКТУР РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

STRUCTURAL ELEMENTS OF OBSTACLES OF POWER STRUCTURES OF THE RUSSIAN FEDERATION

***Аннотация.** Работа посвящена сравнительной характеристике использования полос препятствий в различных силовых ведомствах Российской Федерации. Авторы считают, что дальнейшие исследования в этом направлении должны быть связаны с необходимостью определения и создания единой полосы препятствий полицейского, которая должна включить в качестве структурных элементов наиболее часто встречающиеся в силовых структурах: ров, лабиринт, забор, разрушенный мост, разрушенную лестницу, траншею, стену с одним (двумя) проломами.*

***Ключевые слова:** элементы полос препятствий, физическая подготовка, сотрудники полиции.*

***Resume.** The work is devoted to the comparative characteristics of the use of obstacle courses in various power departments of the Russian Federation. The authors found that further research in this direction should be related to the need to define and create a single obstacle course for a police officer and include as structural elements most frequently encountered in power structures: a ditch; maze; fence; destroyed bridge; ruined staircase; trench; wall with one (two) breaks.*

***Keywords:** elements of obstacle courses, physical training, police officers.*

С начала XX века военнослужащие разных стран в своей подготовке использовали различные полосы препятствий. Сотрудники органов внутренних дел (далее — ОВД) нашей страны на регулярной основе стали применять прохождение полос препятствий с 60-х годов XX века.

Полосы препятствий представляют собой участок местности открытого и закрытого типа с размещенными на нем искусственными или естественными инженерными сооружениями и препятствиями. Применение полос препятствий в процессе физической подготовки сотрудников ОВД позволяет решать две основные задачи.

Первая — определение уровня общей физической подготовленности сотрудника посредством выполнения различных физических упражнений на полосе препятствий.

Вторая задача связана с совершенствованием техники преодоления элементов различных полос препятствий, с моделированием ключевой стороны профессиональной деятельности полицейских — преследование правонарушителя, применение физической силы, непосредственное задержание и последующее сопровождение (конвоирование).

Специалистам хорошо известно, что профессиональная деятельность и, соответственно, показатели готовности к ней представителей различных профессий будут разными [1; 2; 3; 4]. Так, оперативный уполномоченный уголовного розыска и сотрудник патрульно-постовой службы будут по-разному действовать при задержании правонарушителя, не говоря уже о выполнении других оперативно-служебных задач. Поэтому при разработке тестовых упражнений для определения специальной физической подготовленности и готовности к выполнению профессиональной деятельности сотрудников ОВД России посредством применения полос препятствий подобные противоречия необходимо учитывать.

Ключевыми структурными элементами полос препятствий в силовых ведомствах являются следующие.

1. В МЧС России, согласно приказу МЧС России от 30.03.2011 г. № 153 (ред. от 26.07.2016 г.) «Об утверждении Наставления по физической подготовке личного состава федеральной противопожарной службы Государственной противопожарной службы»: забор; два льняных рукава длиной по 20 м в скатках; бревна; трехходовое разветвление.

Технические требования к полосе препятствий.-

Длина дорожки не менее 115 м, ширина — не менее 2 м. Покрытие дорожки может быть любым (грунт, рездор или синтетическое покрытие, кроме бетонного и асфальтового).

Забор устанавливается в 23 м от линии старта; высота забора — 2 м; ширина — не менее 1,5 м; стенка забора толщиной 40–50 мм, на забор с двух сторон набивается (наклеивается) материал для улучшения сцепления (резина или ее аналог).

Два рукава в скатках в 28 м от линии старта.

Бревно (бум) — передний конец сходни расположен в 38 м от линии старта, передний конец горизонтальной части бревна в 39,6 м от линии старта, верх бревна плоский, шириной 18 см. Бревно укреплено горизонтально на опорных стойках. Длина бревна — 8 м; высота до верхней поверхности от земли — 1 м 20 см; к обоим концам бревна прикрепляются сходни длиной 2 м, шириной 25 см.

На рабочей поверхности бревна можно использовать любое твердое (универсальное) покрытие, по которому можно бежать в обуви с шипами.

На верхнюю поверхность сходней набиваются поперечные бруски шириной 5 см, высотой 3 см, через 35 см, начиная сверху по центру бруска.

В конце горизонтальной части бревна (на расстоянии 47 м 60 см от линии старта) поперек дорожки по всей ее ширине наносится белой краской ограничительная линия.

Разветвление, рабочая соединительная головка которого должна располагаться над отметкой 75 м от линии старта.

2. В Вооруженных силах Российской Федерации, согласно приказу Министра обороны РФ от 21.04.2009 г. № 200 (ред. от 31.07.2013 г.) «Об утверждении Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации»: ров; лабиринт; забор с наклонной доской; разрушенный мост; разрушенная лестница; стенка с двумя проломами; окоп; колодец; траншея.

Технические требования к полосе препятствий.

Дистанция — 400 м.

Препятствие «Ров» — ров шириной по верху 2 (2,5 и 3) м и глубиной 1 м.

Препятствие «Лабиринт» — лабиринт длиной 6 м, шириной 2 м, высотой 1,1 м (количество проходов — 10, ширина прохода — 0,5 м).

Препятствие «Забор с наклонной доской» — забор высотой 2 м, толщиной 0,25 м с наклонной доской длиной 3,2 м и шириной 0,25–0,3 м.

Препятствие «Разрушенный мост» — разрушенный мост высотой 2 м, состоящий из трех отрезков (прямоугольных палок 0,2×0,2 м); первый — длиной 2 м, второй — 3,8 м с изгибом 135° (длина от начала изгиба — 1 м), третий — 3,8 м с изгибом 135° (длина от начала изгиба — 2,8 м); разрывы между отрезками палок — 1 м, в начале второго и третьего отрезков — палки и в конце препятствий — вертикальные лестницы с тремя ступенями.

Препятствие «Разрушенная лестница» — разрушенная лестница шириной 2 м (высота ступеней — 0,8; 1,2; 1,5; 1,8 м, расстояние между ними — 1,2 м, у высшей ступени — наклонная лестница длиной 2,3 м с четырьмя ступенями).

Препятствие «Стенка с двумя проломами» — стенка высотой 1,1 м, шириной 2,6 м, толщиной 0,4 м с двумя проломами (нижний — размером 1×0,4 м, расположен на уровне земли; верхний — размером 0,5×0,6 м, на высоте 0,35 м от земли) и с прилегающей к ней площадкой 1×2,6 м.

Препятствие «Одиночный окоп для стрельбы и метания гранат» — колодец и ход сообщения (глубина колодца — 1,5 м, площадь сечения по верху — 1×1 м; в задней стенке колодца — щель размером 1×0,5 м, соединяющая колодец с перекрытым ходом сообщения глубиной 1,5 м, длиной 8 м с одним изгибом; расстояние от колодца до траншей по прямой — 6 м).

Траншея глубиной 1,5 м.

3. В войсках Национальной Гвардии Российской Федерации, согласно Приказу МВД России от 19.05.2005 г. № 395 «Об утверждении Наставления по физической подготовке во внутренних войсках Министерства внутренних дел Российской Федерации»: ров; лабиринт; забор с наклонной доской; разрушенный мост; разрушенная лестница; стенка с двумя проломами; окоп; колодец; траншея.

Технические требования к полосе препятствий.

Дистанция — 400 м. Все остальные технические требования к полосе препятствий согласно требованиям к единой полосе препятствий в Вооруженных силах Российской Федерации, описанным выше.

Единой полосы препятствий полицейского, утвержденной нормативными правовыми документами Российской Федерации, нами не обнаружено, однако в различных территориальных органах внутренних дел и образовательных организациях МВД России присутствуют и встречаются следующие элементы: проволочное ограждение; завал; подземный лаз (труба-тоннель); рукоход; горка; вертикальный шест (канат); горизонтальный шест (канат); стенка из цепей; тоннель; полка; подвесная лестница; канатный, подвесной мост и др.

На основании вышеизложенного необходимо провести дальнейшие научные исследования по определению и созданию единой полосы препятствий полицейского и включить в качестве структурных элементов наиболее часто встречающиеся в силовых структурах: ров, лабиринт, забор, разрушенный мост, разрушенную лестницу, траншею, стену с одним (двумя) проломами.

1. Непомнящий С. В. Проблемы профессионально-прикладной физической подготовки работников ОВД : автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1987. 24 с. [Вернуться к статье](#)

2. Подлипняк Ю. Ф., Яншин В. В. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузах МВД России // Ученые, научные школы и идеи : юбилейный сб. науч. тр. М. : МЮИ МВД России, 1995. С. 188–191. [Вернуться к статье](#)

3. Овчинников В. А. Управление профессионально-прикладной физической подготовкой курсантов и слушателей высших образовательных учреждений МВД России : монография. Волгоград : ВА МВД России, 2010. 304 с. [Вернуться к статье](#)

4. Овчинников В. А., Якимович В. С. Физическая подготовка : учебник. Волгоград : ВА МВД России, 2014. 552 с. [Вернуться к статье](#)