

УДК 796/799

## **РОЛЬ БЕГОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ**

*Д. В. Барабанищikov*

*курсант 2 курса*

*Белгородского юридического института*

*МВД России имени И. Д. Путилина*

*Научный руководитель: А. Н. Кандабар,*

*преподаватель кафедры физической подготовки*

*Белгородского юридического института*

*МВД России имени И. Д. Путилина*

Как известно, физической подготовленности сотрудников полиции придается важное значение. Перед поступлением в образовательную организацию будущие курсанты усиленно тренируются, зная о сдаче вступительных испытаний по физической подготовке на базе образовательной организации МВД России. От результатов сдачи данных нормативов во многом зависит успешность прохождения вступительных испытаний. Необходимо выяснить, в чем же состоит роль беговых упражнений для курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России.

Сотрудник полиции обязан быть физически развитым и подготовленным для успешного выполнения служебных задач. В образовательных организациях МВД России на занятиях по физической подготовке профессорско-преподавательский состав придает большое значение развитию основных физических качеств. К ним относятся сила, ловкость, выносливость, гибкость, скорость. Для развития выносливости и скорости уделяется внимание беговым упражнениям: сдаче основных контрольных нормативов; бегу по пересеченной местности; спортивным соревнованиям по легкой атлетике; моделированию ситуаций, когда курсанты осуществляют задержание правонарушителя, используя бег для его поимки.

После окончания образовательной организации слушатели поступают на службу в территориальные органы МВД России, где также развивают свои физические качества и сдают контрольные нормативы. Если сотрудник полиции не будет сам тренироваться, то он не сможет сдать нормативы на оценку «удовлетворительно» и будет уволен со службы, ведь быстрота и выносливость на службе в органах внутренних дел — главное «оружие». Полицейские ежедневно, согласно статистическим данным, осуществляют преследование правонарушителей, которые пытаются скрыться.

Таким образом, очень важным направлением в подготовке сотрудников полиции является бег, так как он развивает быстроту и выносливость, которые необходимы при задержании лиц, нарушивших закон.