

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 796.89

ЗНАЧИМОСТЬ БОЕВЫХ ЕДИНОБОРСТВ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ¹ С.А. Носов, ² В.В. Горлов, ³ Д.В. Косовская, ⁴ А.Н. Пупейко, ⁵ К.Д. Горюнов¹ Сибирский юридический институт МВД России, Красноярск, email: Capitan.russia@yandex.ru² Воронежский институт МВД России, Воронеж, email: gorlovvv@mail.ru³ Крымский филиал Краснодарского университета МВД России, Симферополь⁴ Брянский филиал Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова, Брянск, email: Sascha.pupeiko@yandex.ru⁵ Волгоградская академия МВД России, Волгоград, email: volakdm@va-mvd.ru

Аннотация. В научной статье раскрывается вопрос о значимости боевых единоборств в структуре подготовки сотрудников специальных подразделений. Одним из важных факторов профессионализма сотрудников специальных подразделений является повышенная готовность преодолевать различные физические и психологические нагрузки. Физическая и психологическая подготовка служит инструментом для совершенствования как общей, так и специальной профессиональной готовности. Важной составляющей является популяризация здорового образа жизни и участие в соревновательной деятельности различного уровня от ведомственных спартакиад до международных турниров. Для формирования такой устойчивости оптимальным инструментом выступают боевые единоборства, комплексно развивающие ключевые психофизические характеристики личности. Практика единоборств дает многогранный эффект: она способствует росту общей и специальной физической подготовленности, позволяет освоить базовый арсенал атакующих и защитных действий, включая бросковую технику, работу в партере и применение подручных средств. Современное развитие боевых искусств характеризуется значительным разнообразием методологических подходов и философских концепций, особенно в системах восточного происхождения. Примечательно, что многие правоохранительные структуры успешно адаптировали эти традиционные системы для подготовки своих сотрудников, доказав их эффективность в реальных оперативных условиях.

Ключевые слова: спорт, единоборства, сотрудники, физическая подготовка, психологическая подготовка, уровень подготовленности.

THE IMPORTANCE OF COMBAT SPORTS IN THE STRUCTURE OF TRAINING SPECIAL UNITS PERSONNEL¹ S.A. Nosov, ² V.V. Gorlov, ³ D.V. Kosovskaya, ⁴ A.N. Pupeyko, ⁵ K.D. Goryunov¹ Siberian Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Krasnoyarsk, email: Capitan.russia@yandex.ru² Voronezh Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Voronezh, email: gorlovvv@mail.ru³ Crimean branch of the Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Simferopol⁴ Bryansk Branch of the V.V. Lukyanov Oryol Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Bryansk, email: Sascha.pupeiko@yandex.ru⁵ Volgograd Academy of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Volgograd, email: volakdm@va-mvd.ru

Abstract. The scientific article discusses the importance of martial arts in the training structure of special forces personnel. One of the important factors of the professionalism of the staff of special units is an increased willingness to overcome various physical and psychological stresses. Physical and psychological training serves as a tool for improving both general and special professional readiness. An important component is the promotion of a healthy lifestyle and participation in competitive activities at various levels from departmental sports contests to international tournaments. Martial arts, which comprehensively develop key

psychophysical characteristics of a person, are the optimal tool for the formation of such stability. Martial arts practice has a multifaceted effect: it promotes the growth of general and special physical fitness, allows you to master the basic arsenal of attacking and defensive actions, including throwing techniques, work in the stalls and the use of improvised means. The modern development of martial arts is characterized by a significant variety of methodological approaches and philosophical concepts, especially in systems of Oriental origin. It is noteworthy that many law enforcement agencies have successfully adapted these traditional systems to train their employees, proving their effectiveness in real-world operational conditions.

Keywords: *sports, martial arts, employees, physical training, psychological training, level of preparedness.*

Дата поступления статьи в редакцию: 18.02.2026

Дата принятия статьи в печать: 03.04.2026

Введение

В образовательных организациях силовых ведомств Российской Федерации (ФСБ, Росгвардии, Вооруженных Сил, ФСИН) подготовка курсантов и действующих сотрудников в области боевых единоборств строится на последовательном применении комплексной методологии. Основу обучения составляют традиционные педагогические подходы, включающие поэтапное ознакомление с техникой, разучивание элементов и их последующую интеграцию в целостные действия. Для развития координационных способностей и адаптивности активно используются методы стандартно-повторного и вариативного упражнения. Завершающей стадией становится отработка доведенных до автоматизма приемов задержания в условиях, моделирующих экстремальные оперативные ситуации.

При этом физическое воспитание в специальных подразделениях понимается как многогранный процесс, выходящий далеко за рамки простого физического развития. Оно нацелено на формирование устойчивости к продолжительным физическим и психологическим нагрузкам и служит инструментом для совершенствования как общей, так и специальной профессиональной готовности. Важной составляющей является популяризация здорового образа жизни и участие в соревновательной деятельности различного уровня от ведомственных спартакиад до международных турниров.

Подобный подход обусловлен тем, что уровень подготовленности сотрудников спецподразделений находится на строгом контроле не только на высшем государственном уровне, но и на местах. Это соответствует запросу современного общества, которое ожидает от сотрудников силовых структур не только высокого профессионализма в раскрытии преступлений и оказании помощи, но и личного примера, нравственного ориентира для молодого поколения. Таким образом, физическая подготовка становится не только вопросом оперативной эффективности, но и элементом социального доверия и авторитета власти.

Существующая проблема во многом обусловлена недостаточной личной мотивацией сотрудников к саморазвитию в свободное время. Речь идет не только о интеллектуальном совершенствовании через изучение новых технологий, методик и научной литературы, но и о целенаправленном развитии профессиональных физических качеств, позволяющих более эффективно переносить экстремальные нагрузки. Для формирования такой устойчивости оптимальным инструментом выступают боевые единоборства, комплексно развивающие ключевые психофизические характеристики личности.

Практика единоборств дает многогранный эффект: она способствует росту общей и специальной физической подготовленности, позволяет освоить базовый арсенал атакующих и защитных действий, включая бросковую технику, работу в партере и применение подручных средств. Не менее важным аспектом является психологическая составляющая — тренировочный процесс воспитывает самодисциплину, обеспечивает конструктивный выход накопленного эмоционального напряжения через работу в парах, спарринги и упражнения на снарядах. Это позволяет сотруднику не только профессионально совершенствоваться, но и поддерживать психологическое равновесие, необходимое для эффективного решения оперативных задач.

При этом многие курсанты и сотрудники сталкиваются с дилеммой выбора конкретного вида единоборств, наиболее адекватных к задачам их профессиональной деятельности. Как отмечает в своей научной работе доцент кафедры физической подготовки Сибирского юриди-

ческого института МВД России С.А. Носов, наибольшую практическую ценность для сотрудников спецподразделений представляют комбинированные системы подготовки, такие как боевое самбо, рукопашный бой или панкратион, синтезирующие наиболее эффективные техники.

Современное развитие боевых искусств характеризуется значительным разнообразием методологических подходов и философских концепций, особенно в системах восточного происхождения. Примечательно, что многие правоохранительные структуры успешно адаптировали эти традиционные системы для подготовки своих сотрудников, доказав их эффективность в реальных оперативных условиях. Такой синтез различных школ позволяет создать универсальную систему подготовки, отвечающую сложным требованиям современной службы.

Ориентируясь на успешный международный опыт, российские специалисты в области спорта и боевой подготовки провели глубокий анализ и разработали национальные системы боевых единоборств, которые не уступают зарубежным аналогам ни по эффективности, ни по универсальности. В процессе создания этих систем детально изучались и синтезировались различные технические элементы: ударная техника рук и ног, защитные действия с использованием всех частей тела, бросковая техника в стойке и партере, а также применение болевых и удушающих приемов и контрприемы от них.

Цель исследования

Цель научного исследования — раскрыть значимость боевых единоборств в структуре подготовки сотрудников специальных подразделений.

Материалы и методы исследования

Объектом исследования является совершенствование уровня физической подготовленности сотрудников специальных подразделений с помощью боевых единоборств.

Предметом исследования являются боевые единоборства в структуре подготовки сотрудников специальных подразделений.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы и Интернет-ресурсов, статей и диссертационных исследований, опрос, методы обобщения полученных результатов сотрудников силовых подразделений.

Задачи исследования заключались в обосновании полученных материалов по изучению уровня физической подготовленности сотрудников специальных подразделений.

Результаты исследования

Результатом этой масштабной работы стало внедрение в учебные программы силовых ведомств, таких как ФСБ, Росгвардии, Минобороны и Минюста ряда отечественных и международных единоборств, получивших широкое признание как в России, так и за рубежом. Ключевое место в подготовке заняли такие дисциплины, как рукопашный бой, боевое самбо, дзюдо и бокс. Эти виды спорта не только являются частью образовательного процесса, но и составляют основу регулярных ведомственных спартакиад, объединяющих образовательные учреждения и территориальные органы.

Современная система единоборств, культивируемых в России, представляет собой целостную и методологически проработанную экосистему, специально структурированную для задач силовых ведомств. Её ключевой особенностью является не простое перечисление дисциплин, а глубокая классификация по функциональному принципу на три фундаментальных направления: ударные, борцовские и комбинированные виды. Эта трёхзвенная модель служит концептуальным каркасом для построения гибкой и высокоспециализированной системы подготовки.

Каждое направление решает чёткий круг оперативных задач. Ударные единоборства (бокс, кикбоксинг, тайский бокс) формируют навыки скоростного силового воздействия на дистанции, развитие «взрывной» моторики, чувства дистанции и умения работать в стойке. Их применение наиболее эффективно для пресечения правонарушений, требующих мгновенного реагирования и контролируемого силового воздействия без перехода в ближний бой.

Виды борьбы (самбо, дзюдо, вольная борьба) делают акцент на безупречный контроль над противником, включая болевые и удушающие приёмы, броски и удержания. Это направление критически важно для ситуаций задержания, конвоирования, обезвреживания и полного обездвиживания правонарушителя с минимизацией ущерба для всех сторон. Они обеспечивают физическое доминирование в клинче и партере.

Комбинированные (ударно-борцовские) единоборства (боевое самбо, армейский рукопашный бой, смешанные боевые искусства / ММА) являются синтезом двух предыдущих направлений и представляют собой наиболее универсальный и прикладной инструмент. Они моделируют реальный конфликт высокой интенсивности, где ситуации динамично перетекают из ударной фазы в борцовскую и наоборот. Подготовка в этом ключе развивает адаптивность, «алгоритмическое» мышление для работы в любых положениях и умение эффективно завершать противостояние. На рисунке 1 перечислена классификация видов единоборств.

Сравнение видов спорта

Характеристика	Ударные виды спорта	Борцовские виды спорта	Ударно-борцовские виды спорта
 Виды спорта	Бокс, кикбоксинг, муайтай, киокошинкай, киокошин, сават, карате, хапкидо, тхэквондо	Дзюдо, самбо, кореш, спортивная борьба, джиу-джитсу, сумо	Рукопашный бой, универсальный бой, самбо (боевое), спортивная борьба (панкратион), комплексное единоборство, служебное единоборство, армейский рукопашный бой, восточное боевое единоборство, кудо, смешанное боевое единоборство (ММА)
A → Основной акцент	Удары руками и ногами	Броски, захваты и удержания	Комбинация ударов и захватов
 Примеры	Бокс, кикбоксинг, карате	Дзюдо, борьба, джиу-джитсу	ММА, самбо, рукопашный бой

Рис. 1. Классификация видов единоборств

Под боеспособностью стоит понимать выполнение поставленных задач, исходя из сложившейся ситуации, и перспектива в реализации тактико-технических действий. Важной задачей для сотрудника специальных подразделений при обеспечении личной безопасности будет являться сохранение своей боеспособности [1].

Такое качество, как быстрота, подразумевающее время, отведенное на перемещение конкретной точки в указанном направлении, допускает сделать наибольшее количество технических действий за минимальный отрезок времени.

Направленность технических действий для достижения определенной цели, принято обозначать как точность. Движения с таким качеством носят целесообразный, расчетливый характер, не требующий дополнительных усилий, что имеет значение при выполнении защитных действий или же нанесений ударов [2].

Несмотря на отмечаемое в 2024 году снижение уровня организованной преступности и терроризма в Российской Федерации, сотрудники специальных подразделений должны сохранять высочайшую готовность к противодействию этим угрозам. Это требует от них постоянного

совершенствования как правовых знаний, так и физических навыков, позволяющих эффективно предотвращать преступления.

Особенности оперативно-служебной деятельности связаны с постоянным воздействием значительных физических и психологических нагрузок, что актуализирует задачу поддержания волевых, моральных и психических качеств личного состава на должном уровне. Как отмечается в научных источниках, физическая подготовка служит действенным средством развития стрессоустойчивости, необходимой как в экстремальных ситуациях, так и в повседневной жизни.

В контексте профессионального отбора и подготовки представляет интерес подход И.Д. Карцева, который рассматривал в качестве критерия профпригодности уровень развития физиологических функций, соответствующих конкретному виду профессиональной деятельности. Согласно его концепции, эффективная тренировка этих функций возможна при условии, что их исходный уровень превышает определенный минимум и соответствует динамическому стереотипу данного труда.

Центральное место в системе подготовки занимает глубокое и последовательное изучение боевых приемов борьбы. Этот компонент имеет особое значение по нескольким причинам. Во-первых, владение техникой единоборств дает сотруднику решающее тактическое преимущество в непосредственном противостоянии с правонарушителем, повышая вероятность успешного задержания и минимизируя риски для собственной безопасности. Во-вторых, в отличие от общей физической подготовки, которую можно развивать самостоятельно, профессиональные навыки рукопашного боя формируются исключительно в рамках целенаправленного ведомственного обучения под руководством квалифицированных инструкторов. Это обеспечивает соответствие приобретаемых умений строгим оперативным стандартам.

Таким образом, система физической подготовки в силовых структурах представляет собой комплексный процесс, решающий триединую задачу: развитие физических качеств, формирование специальных навыков и укрепление здоровья. Методическое обеспечение этого процесса осуществляется опытными специалистами, обладающими необходимым педагогическим образованием и практическим опытом, что гарантирует достижение требуемого уровня профессиональной готовности сотрудников к выполнению служебных задач в любых условиях.

Неотъемлемой составляющей эффективной системы подготовки выступает реализация комплексного контроля достижений, который обеспечивает объективную оценку результатов обучения. Данная система предполагает проведение регулярного мониторинга физического состояния, аттестационных испытаний на соответствие установленным нормативам, а также всесторонней оценки сформированных профессиональных умений. Такой подход позволяет не только фиксировать актуальный уровень подготовленности, но и вносить своевременные коррективы в учебный процесс с учетом индивидуальных особенностей каждого сотрудника, обеспечивая тем самым планомерное развитие ключевых физических и профессиональных компетенций.

В условиях современного российского общества, основанного на принципах свободы и неприкосновенности личности, на сотрудников силовых ведомств возлагается особая ответственность по противодействию преступности, защите прав граждан и обеспечению общественной безопасности. Реализация этих полномочий, включая применение физической силы и боевых приемов борьбы, должна неукоснительно соответствовать принципу законности.

Обеспечение правопорядка было и остается центральной функцией специальных подразделений, что закономерно приводит к постоянному повышению общественных требований к качеству профессиональной подготовки сотрудников. В соответствии с федеральным законодательством, регламентирующим деятельность силовых структур, применение физического воздействия, в том числе базовых боевых приемов, правомерно лишь в строго определенных случаях: для предупреждения преступлений, задержания правонарушителей и обеспечения собственной безопасности. При этом использование силовых методов признается обоснованным исключительно тогда, когда ненасильственные способы оказываются недостаточными для выполнения возложенных на сотрудника служебных обязанностей.

При этом необходимо подчеркнуть, что применение боевых приемов должно строго соответствовать правовым нормам и не нарушать гарантированные права и свободы граждан. Во избежание превышения должностных полномочий сотрудники проходят обязательную специальную подготовку, регламентирующую порядок использования физической силы в служебной деятельности.

Действующее законодательство предусматривает интеграцию в программу физической подготовки специальных модулей, посвященных правоохранительной деятельности и самозащите без использования оружия. Физическая подготовка образует единый комплекс с оперативной, тактико-специальной и огневой подготовкой, формируя таким образом целостную систему профессиональных компетенций сотрудников силовых структур.

Структура этих компетенций включает три взаимосвязанных компонента: теоретические знания, практическую деятельность и профессиональное развитие. Особое значение в этом контексте приобретает тактика рукопашного боя, характеризующаяся высокой динамичностью, ограниченностью во времени и необходимостью применения эффективных болевых воздействий для быстрой нейтрализации противника.

Методика обучения должна быть ориентирована не на демонстрацию приемов в идеализированных условиях, а на формирование устойчивых навыков, применимых в реальных оперативных ситуациях. Ключевой задачей становится моделирование условий, максимально приближенных к типичным сценариям пресечения преступлений, где сотруднику необходимо действовать эффективно без применения специальных средств или огнестрельного оружия.

Высокий уровень физической подготовленности является неотъемлемым требованием к сотрудникам специальных подразделений, поскольку именно он обеспечивает эффективность применения боевых приемов в критических ситуациях. Современная преступная среда характеризуется возрастающей профессионализацией, что обуславливает необходимость противопоставления ей столь же высококвалифицированных специалистов силовых структур. Только всесторонне подготовленные профессионалы способны гарантированно противостоять хорошо подготовленным правонарушителям.

Современная система подготовки предусматривает моделирование условий, максимально приближенных к реальным оперативным ситуациям, где происходит отработка боевых приемов. Однако, как отмечается в экспертных оценках, существующая методика демонстрирует определенные ограничения. Несмотря на достаточное количество учебных часов и высокую квалификацию преподавательского состава, уровень владения боевыми приемами у выпускников зачастую недостаточен для их уверенного применения в реальных условиях силового задержания.

В этой связи актуализируется задача совершенствования образовательного процесса на этапе профессиональной подготовки. Перспективными направлениями развития являются: интенсификация учебной нагрузки по профильным дисциплинам; расширение вариативности изучаемых технических действий применительно к типовым оперативным сценариям; внедрение регулярной практики учебно-тренировочных спаррингов для отработки навыков в условиях контролируемого противодействия.

Значительный потенциал содержит интеграция соревновательной практики в учебный процесс, поскольку участие в ведомственных турнирах по боевым единоборствам способствует не только техническому совершенствованию, но и развитию психологической устойчивости. Одновременно с этим необходима систематизация процесса обмена педагогическим опытом и внедрения инновационных методик обучения, что позволит обеспечить непрерывное совершенствование всей системы профессиональной подготовки.

Заключение

Таким образом, роль боевых приемов борьбы в деятельности сотрудников специальных подразделений очень велика, так как в большинстве случаев именно они способствуют задержанию преступников. Каждый сотрудник должен четко владеть всеми боевыми приемами борьбы и быть физически подготовлен: не только знать теорию, но и уметь четко и быстро их применить.

Ценность официально признанного спектра единоборств заключается именно в их системном взаимодействии. Такая структура позволяет не просто обучить сотрудника набору приемов, а целенаправленно выстраивать дифференцированные методы подготовки в зависимости от специализации подразделения (например, патрульно-постовая служба, спецназ, конвоирование). Инструктор может комбинировать методики, акцентируя ударную технику для одних категорий и глубинную борцовскую подготовку для других, либо формировать универсальный навык из комбинированных видов. В результате система становится максимально эффективной и гибкой, позволяя точно «калибровать» боевую и физическую подготовку личного состава под конкретные оперативные задачи, стоящие перед ведомством, что в итоге повышает профессиональный уровень и безопасность самих сотрудников при выполнении служебного долга.

Литература

1. Носов С.А., Шиманович Е.В. Спортивные единоборства как средство повышения уровня физической подготовленности курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России вне учебное время // Проблемы профессиональной подготовки сотрудников ОВД: Сборник статей, Воронеж, 27 ноября 2024 года. Воронеж: Воронежский институт МВД России, 2025. С. 168-172. EDN: NAXYWX.
2. Алдошин А.В., Алдошина Е.А. Применение индивидуального подхода при подготовке спортсменов в образовательных организациях МВД России // Наука-2020. 2021. № 3(48). С. 71-76. EDN: XAIFCA.
3. Герасимов И.В. Основные этапы обучения боевым приемам борьбы в подразделениях МВД России // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов: Сборник научных статей, Орел, 22 июня 2023 года / Редколлегия: С.Н. Баркалов и др. Орел: Орловский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.В. Лукьянова, 2023. С. 76-79. EDN: OQBLWU.
4. Носов С.А., Алдошина Е.А., Филиппова А.А., Смирнов В.Н., Моськин С.А. Анализ чемпионата России по спортивному миксфайту 2022 года, как развивающийся вид спортивного единоборства // Обзор педагогических исследований. 2023. Т. 5, № 4. С. 115-119. EDN: JFSXIM.
5. Алдошин А.В., Алдошина Е.А., Гуняев Е.В. Анализ применения боевых приемов борьбы сотрудниками полиции в оперативно-служебной деятельности // Автономия личности. 2021. № 1(24). С. 71-77. EDN: DTIDWY.
6. Ашихин А.В. Рукопашный бой в системе подготовки сотрудников спецподразделений силовых структур // Наука-2020. 2018. № 3(19). С. 22-25.
7. Герасимов И.В., Тодрик В.Н. Современные методы развития скоростной выносливости курсантов образовательных организаций системы МВД России // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов: Сборник статей Всероссийского круглого стола, Орел, 24 июня 2021 года / Редколлегия: С.Н. Баркалов (председатель) и др. Орел: Орловский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.В. Лукьянова, 2021. С. 46-49.
8. Шиманович Е.В., Носов С.А. Особенности обучения применению расслабляющих ударов курсантов образовательных организаций МВД России на занятиях по физической подготовке // Актуальные проблемы огневой, тактико-специальной и профессионально-прикладной физической подготовки: Сборник статей VII Международной научно-методической конференции, Могилевский институт МВД, 28–29 ноября 2024 года. Могилев: Могилевский институт МВД Республики Беларусь, 2024. С. 206-209.