

УДК 796.011.3:351.74

ФИЗИЧЕСКАЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СОТРУДНИКОВ МВД РОССИИ К ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОСОБЫХ УСЛОВИЯХ

¹А.А. Рыбаченко, ²С.А. Горелов, ³А.В. Логинов, ⁴А.Н. Воротник, ⁵Е.Н. Барков

¹ Брянский филиал Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова, Брянск, email: Rybachenko.Alex@yandex.ru

² Санкт-Петербургский университет МВД России, Санкт-Петербург, email: stan.gorelov@yandex.ru

³ Рязанский филиал Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя, Рязань, email: Login_777@mail.ru

⁴ Белгородский юридический институт МВД России имени И.Д. Путилина, Белгород, email: anvorotnik@list.ru

⁵ Воронежский институт МВД России, Воронеж, email: yevgeniy.barkov.86@inbox.ru

Аннотация. Рассмотрены вопросы организации физической и психологической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации к деятельности в особых условиях. Обосновано, что правовой режим применения физической силы предъявляет к подготовке сотрудников органов внутренних дел требования, не сводимые к развитию профессионально важных физических качеств. Предложен критерий отбора средств физической подготовки, отличающийся от известных учётом числа факторов отказа навыка, воспроизводимых в упражнении одновременно. Предложен показатель устойчивости навыка к утомлению, изложен порядок его определения и интерпретации. Разработана матрица соответствия типовых ситуаций несения службы в особых условиях, ведущих профессионально важных качеств, средств подготовки и критериев оценки, изложен порядок её применения при распределении учебного времени. Обосновано применение сопряжённых занятий по физической и психологической подготовке сотрудников органов внутренних дел.

Ключевые слова: органы внутренних дел, особые условия несения службы, физическая подготовка, профессионально важные физические качества, боевые приёмы борьбы, ситуационное моделирование, критерии оценки, устойчивость навыка, психологическая готовность.

PHYSICAL AND PSYCHOLOGICAL TRAINING OF RUSSIAN MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OFFICERS FOR ACTIVITY UNDER SPECIAL CONDITIONS

¹A.A. Rybachenko, ²S.A. Gorelov, ³A.V. Loginov, ⁴A.N. Vorotnik, ⁵E.N. Barkov

¹ Bryansk branch of the Oryol Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.V. Lukyanov, Bryansk, email: Rybachenko.Alex@yandex.ru

² Saint Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Saint Petersburg, email: stan.gorelov@yandex.ru

³ Ryazan Branch of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V. Ya. Kikot, Ryazan, email: Login_777@mail.ru

⁴ Belgorod Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after I.D. Putilin, Belgorod, email: anvorotnik@list.ru

⁵ Voronezh Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Voronezh, email: yevgeniy.barkov.86@inbox.ru

Abstract. The article addresses the organisation of physical and psychological training of officers of the internal affairs bodies of the Russian Federation for activity under special conditions. It is substantiated that the legal regime governing the use of physical force imposes requirements on training that are not reducible to the development of professionally significant physical qualities. A criterion for selecting physical training means is proposed, differing from known ones in that it accounts for the number of skill-failure factors reproduced simultaneously within a single exercise. An indicator of skill resistance to fatigue is proposed, and the procedure for its determination and interpretation is set out. A matrix is developed relating typical service situations under special conditions, leading professionally significant qualities, training means and assessment criteria, and the procedure for applying the matrix in the distribution of instructional time is described. The use of combined physical and psychological training sessions is substantiated.

Keywords: internal affairs bodies, special service conditions, physical training, professionally significant physical qualities, combat fighting techniques, situational modelling, assessment criteria, skill resistance, psychological readiness.

Дата поступления статьи в редакцию: 18.07.2026

Дата принятия статьи в печать: 12.09.2026

Введение

Сотрудники органов внутренних дел Российской Федерации (далее — ОВД России) выполняют оперативно-служебные задачи в зоне повышенной опасности для жизни и здоровья [1]. Под особыми условиями несения службы понимаются, согласно [2], «действия сотрудников полиции в условиях повышенной опасности» на территориях с чрезвычайными обстоятельствами природного, техногенного или военного характера.

Физическая подготовка относится к приоритетным направлениям профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел [3], а подготовка к участию в специальных операциях и к действиям в особых условиях образует её самостоятельный раздел [4, 5]. Организация подготовки сотрудников органов внутренних дел к действиям в особых условиях регламентирована Порядком организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации, утверждённым приказом МВД России от 02.02.2024 № 44 [6]. Содержание разделов физической подготовки к действиям в особых условиях рассмотрено в [1, 7, 8]. Вместе с тем перечень применимых средств физической подготовки превышает объём выделяемого учебного времени, а критерий предпочтения одного средства другому применительно к особым условиям несения службы в указанных работах не приводится. Указанное обстоятельство приводит к распределению учебного времени по нормативам спортивной подготовки, при которых состав средств для несения службы в обычных условиях и для действий в особых условиях совпадает.

Цель исследования

Целью настоящего исследования является обоснование критерия отбора средств и методов физической подготовки сотрудников органов внутренних дел к действиям в особых условиях, а также разработка показателя и матрицы, обеспечивающих проверяемость планирования подготовки.

Задачи исследования: определение требований к подготовке, следующих из правового режима применения физической силы; обоснование критерия отбора средств развития профессионально важных физических качеств применительно к особым условиям несения службы; разработка показателя устойчивости навыка к утомлению; разработка матрицы соответствия типовых ситуаций, профессионально важных качеств, средств подготовки и критериев оценки.

Материал и методы исследования

Объектом исследования выступает процесс физической и психологической подготовки сотрудников органов внутренних дел к выполнению оперативно-служебных задач в особых условиях. Предметом исследования являются основания отбора средств подготовки и критерии оценки достигнутой подготовленности.

Методологическую основу исследования составляет системный подход. В работе использованы изучение, анализ и обобщение научно-методической литературы; контент-анализ системы руководящих документов, регламентирующих профессиональную подготовку сотрудников органов внутренних дел; сравнительно-сопоставительный анализ; методы проектирования и моделирования.

Результаты исследования

Применение физической силы сотрудниками полиции регламентировано статьёй 20 Федерального закона от 07.02.2011 № 3-ФЗ «О полиции» [9]. Основания применения физической силы перечислены в части 1 указанной статьи. Применение допускается, «если несиловые способы не обеспечивают выполнения возложенных на полицию обязанностей» [9]. Из указанной нормы следуют три требования к подготовке сотрудников органов внутренних дел, которые при планировании занятий не учитываются.

Требование оценки истощённости несиловых средств. Условие невозможности выполнения обязанности несиловым способом предполагает оценку обстановки в условиях дефицита времени. Формирование соответствующего навыка в условиях спортивного зала не произво-

дится, поскольку спортивный зал не содержит альтернативы силовому действию и не создаёт ситуации выбора.

Требование управляемости усилия. Норма предполагает достижение служебной цели минимально достаточным воздействием. Показатели предельной силы при оценке готовности к действиям в особых условиях являются недостаточными, поскольку не отражают точности дозирования усилия. Профессиональная способность определяется в данном случае точностью реализации возможностей [10].

Требование работы с сопротивляющимся человеком. Основания применения физической силы описывают взаимодействие с лицом, поведение которого изменяется в ответ на действия сотрудника полиции. Средства подготовки с участием партнёра являются в связи с указанным обстоятельством основными, средства с внешним отягощением — вспомогательными.

Средства и методы развития профессионально важных физических качеств сотрудников органов внутренних дел систематизированы в [8, 11]. Задача состоит в обосновании выбора средств из известного перечня. Отказ навыка при действиях в особых условиях несения службы вызывается сочетанием факторов: накопленным утомлением, массой служебной экипировки, неустойчивым покрытием, ограниченной видимостью, дефицитом времени, психологическим давлением. Отдельно взятый фактор критическим не является. Существенным для отбора средств подготовки является порядок совместного действия факторов. Каждый из перечисленных факторов снижает вероятность сохранения навыка независимо от остальных, вследствие чего при одновременном действии нескольких факторов указанная вероятность снижается быстрее, чем при их последовательном действии в различных упражнениях. Подготовка, в которой факторы отказа навыка воспроизводятся раздельно, не обеспечивает готовности к обстановке, в которой они действуют совместно.

Предлагается следующий критерий отбора: средство физической подготовки тем предпочтительнее, чем большее число факторов отказа навыка воспроизводится в упражнении одновременно. По указанному критерию средства упорядочиваются следующим образом. Изолированные упражнения в спортивном зале воспроизводят один фактор и сохраняют значение на этапе развития качества. Упражнения на местности в служебной экипировке воспроизводят три-четыре фактора. Ситуационное моделирование на учебном полигоне с участием партнёров воспроизводит пять и более факторов. Из указанного упорядочения следует, что доля изолированных упражнений в спортивном зале подлежит сокращению по мере приближения к выпуску или к заступлению на службу в особых условиях. Предложенный критерий разграничивает подготовку к несению службы в обычных условиях и подготовку к действиям в особых условиях. Подготовка к обычным условиям допускает преобладание средств, воспроизводящих отдельные факторы, поскольку совместное действие факторов при несении службы в обычных условиях возникает эпизодически. Подготовка к действиям в особых условиях такого допущения не содержит, вследствие чего перенос программы подготовки, разработанной для обычных условий, на подготовку к особым условиям является неправомерным.

Перечень средств развития силовых способностей сотрудников органов внутренних дел приведён в [8]. По предложенному критерию из указанного перечня предпочтительны упражнения, в которых уступающий и преодолевающий режимы сочетаются в одном двигательном действии, и упражнения против сопротивления партнёра, поскольку такое сочетание характерно для силового единоборства и воспроизводит фактор изменяющегося сопротивления. Циклические и прыжковые упражнения в затруднённых условиях среды удерживают одновременно фактор утомления и фактор неустойчивой опоры. Тренажёрные устройства, штанги и гантели обеспечивают прирост качества, но не обеспечивают его переноса в служебную обстановку, и относятся по предложенному критерию к средствам подготовительного этапа.

Служебное значение выносливости не сводится к продолжительности работы: при нарастающем утомлении техническая точность действий снижается ранее истощения силовых возможностей. Указанное обстоятельство определяет исход задержания после длительного преследования. Методы развития выносливости и порядок нормирования нагрузки изложены в [8]. В связи с изложенным целесообразно оценивать не только выносливость, но и устойчивость освоенного навыка к утомлению.

Порядок определения показателя устойчивости навыка к утомлению состоит в следующем. Серия из нескольких повторений боевого приёма выполняется на фоне заданной нагрузки. Тех-

ника первого и последнего повторения оценивается независимо. Показатель определяется как отношение оценки последнего повторения к оценке первого.

Значение показателя, близкое к единице, свидетельствует о сформированности навыка, устойчивого к утомлению. Снижение значения показателя указывает на разрушение техники ранее истощения силовых возможностей, то есть на несоответствие подготовленности сотрудника особым условиям несения службы при формально достаточном уровне развития физических качеств. Преимущество предлагаемого показателя состоит в независимости от абсолютного уровня технической подготовленности, вследствие чего допускается сопоставление сотрудников с различным исходным уровнем.

Для особых условий несения службы значима также способность перестраивать двигательное действие при изменении обстановки. По предложенному критерию определяющим является не состав упражнения, а нестандартность условий выполнения: технически простые и освоенные упражнения, перенесённые на местность, обеспечивают больший эффект, чем усложнённые упражнения в неизменных условиях спортивного зала [6].

Выездные занятия на учебных полигонах, располагающих помещениями для задержания в условиях ограниченного пространства и площадками с препятствиями, отвечают предложенному критерию в наибольшей степени. Состав преград специализированной полосы препятствий определён руководящими документами; для целей настоящей работы существенно, что преодоление преград различного типа требует смены способа действия в движении.

Занятия на полосе препятствий обеспечивают формирование двигательных навыков и комплекса решений, принимаемых в движении: выбора способа преодоления преграды, ориентировки в пространстве, контроля окружающих объектов, оценки собственных возможностей, распределения внимания в изменяющейся обстановке. Метод моделирования ситуаций оперативно-служебной деятельности применяется для повышения профессиональных компетенций в области применения мер государственного принуждения [12]; эмоциональная напряжённость участников смоделированной ситуации относится при этом к рабочим элементам методики и обеспечивает перенос освоенного навыка в обстановку реального противодействия.

Таблица 1

Соответствие типовых ситуаций несения службы в особых условиях, профессионально важных качеств, средств подготовки и критериев оценки

Типовая ситуация несения службы	Ведущее профессионально важное качество	Средства подготовки	Критерий оценки
Преследование скрывающегося правонарушителя на открытой местности	Скоростная выносливость, ловкость, ориентировка в пространстве	Бег в затруднённых условиях среды (песок, мягкий грунт, подъём); многократные прыжковые упражнения с отягощением; полосы препятствий в естественных условиях (лесопарковые зоны, здания); задания с многократной сменой направления движения	Время преодоления дистанции с преградами в служебной экипировке
Задержание в ограниченном пространстве	Силовая ловкость, дозирование усилия	Боевые приёмы борьбы в помещениях учебного полигона; работа с партнёром при ограничении амплитуды; упражнения с сочетанием уступающего и преодолевающего режимов	Результативность приёма при отсутствии избыточного воздействия
Преодоление противодействия нескольких лиц	Силовая выносливость, распределение внимания	Работа с двумя и более партнёрами; передачи мячей различной массы; упражнения со жгутами и канатами; подвижные игры с элементами самбо, дзюдо, рукопашного боя	Сохранение контроля основного объекта при воздействии второго участника
Действия на фоне утомления	Общая выносливость, устойчивость навыка к утомлению	Выполнение боевых приёмов борьбы после нагрузки; поточный и повторный методы; серии повторений с нормированием нагрузки руководителем занятия	Отношение оценок техники в первом и последнем повторении серии
Действия в обстановке психологического давления	Эмоционально-волевая регуляция, стрессоустойчивость	Ситуационное моделирование с эмоциональным компонентом; тренажи перед заступлением на службу; занятия на местности в служебной экипировке	Воспроизводимость навыка в смоделированной ситуации относительно зального выполнения

Изложенные положения позволяют перейти от перечня средств подготовки к их соотношению с типовыми ситуациями несения службы. В таблице 1 приведена матрица, связывающая типовую ситуацию несения службы в особых условиях, ведущее профессионально важное качество, средства подготовки и критерий оценки.

Порядок применения матрицы при планировании состоит в следующем. Для каждой типовой ситуации несения службы определяется доля учебного времени, соответствующая частоте возникновения ситуации в особых условиях. Средства подготовки распределяются по установленным долям. Полученное распределение проверяется на соответствие критерию отбора: доля средств, воспроизводящих один фактор отказа навыка, к завершению подготовки возрастать не должна. Контроль подготовленности осуществляется по критериям, приведённым в последнем столбце матрицы.

Жёсткое закрепление средства подготовки за ситуацией матрицей не предполагается: каждое из перечисленных средств воздействует на несколько качеств. Назначение матрицы состоит в обеспечении проверяемости планирования, поскольку каждой позиции соответствует критерий, допускающий количественную или экспертную оценку и, следовательно, контроль динамики подготовленности.

Деятельность сотрудников органов внутренних дел в особых условиях сопряжена с воздействием психологических факторов в ситуациях чрезвычайного характера, конфликтного взаимодействия и применения физической силы. Направления психологической подготовки сотрудников органов внутренних дел рассмотрены в [13].

Психологическое давление относится к факторам отказа навыка наряду с утомлением и неустойчивой опорой и подчиняется поэтому предложенному критерию отбора средств. Проведение занятий по физической и психологической подготовке раздельно обеспечивает формирование качеств, соединение которых в момент реального противодействия не происходит. Совмещение физической нагрузки и психологического напряжения в одном упражнении является условием формирования целостной системы профессионально важных качеств сотрудников органов внутренних дел [10, 13].

Результативность психологической подготовки оценивается по воспроизводимости навыка в смоделированной ситуации относительно выполнения в стандартных условиях. Указанный показатель построен по тому же принципу, что и показатель устойчивости навыка к утомлению, и допускает совместное применение с ним при оценке готовности сотрудника к действиям в особых условиях.

Заключение

1. Правовой режим применения физической силы предъявляет к подготовке сотрудников органов внутренних дел требования, не сводимые к развитию профессионально важных физических качеств: условие субсидиарности силового воздействия предполагает сформированность навыка оценки обстановки, требование минимальной достаточности — управляемость усилия. Показатели предельной силы являются недостаточным критерием служебной готовности.
2. Предложен критерий отбора средств физической подготовки к действиям в особых условиях — число факторов отказа навыка, воспроизводимых в упражнении одновременно. По указанному критерию средства упорядочиваются от изолированных упражнений в спортивном зале к ситуационному моделированию на учебном полигоне и на местности.
3. Предложенный критерий разграничивает подготовку к несению службы в обычных условиях и подготовку к действиям в особых условиях, вследствие чего перенос программы подготовки с первых на вторые является неправомерным.
4. Предложен показатель устойчивости навыка к утомлению — отношение оценок техники выполнения боевого приёма борьбы в последнем и первом повторении серии, выполняемой на фоне нагрузки. Показатель не зависит от абсолютного уровня технической подготовленности и допускает сопоставление сотрудников с различным исходным уровнем.
5. Разработана матрица соответствия типовых ситуаций несения службы, ведущих профессионально важных качеств, средств подготовки и критериев оценки, изложен порядок её применения при распределении учебного времени и контроле подготовленности.

6. Совмещение физической нагрузки и психологического напряжения в рамках единых занятий является условием результативности подготовки сотрудников органов внутренних дел к действиям в особых условиях.

Перспективным направлением дальнейших исследований представляется эмпирическая проверка предложенного критерия и показателя устойчивости навыка к утомлению в ходе педагогического эксперимента в образовательных организациях системы МВД России.

Литература

1. Барабанов Н.О., Вяткин А.П. Физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации к действиям в особых условиях // Вестник Рязанского филиала Московского университета МВД России. 2023. № 17. С. 270-273. EDN: HIURRU.
2. Горбачева В.В., Гросс И.Л. Роль профессионально-прикладной физической подготовки военнослужащих в процессе выполнения служебных обязанностей в особых условиях // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 8(222). С. 104-108. DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.08.p104-108 EDN: QNKOTX.
3. Кутимский А.М., Карелин П.А. Физическая подготовка сотрудников ОВД как одно из приоритетных направлений профессиональной деятельности сотрудников // Colloquium-Journal. 2019. № 9-4(33). С. 48-49. EDN: GYLWFC.
4. Меркулова Н.И., Яковлев И.М. Актуальные вопросы профессиональной подготовки сотрудников полиции для участия в специальных операциях и действиях в особых условиях // Закон и право. 2022. № 11. С. 181-183. DOI: 10.56539/20733313_2022_11_181 EDN: DCTONO.
5. Жилин Р.А., Ярмухаметов А.К., Климовский А.С., Литвиненко А.А. Особенности профессиональной подготовки сотрудников полиции // Human Progress. 2024. Т. 10, № 8. DOI: 10.46320/2073-4506-2024-8a-15 EDN: DRXWQX.
6. Приказ МВД России от 02.02.2024 № 44 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации». [Электронный ресурс]. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_472049/ (дата обращения 06.07.2026).
7. Мельцов В.М., Леднев А.Е., Фетисов А.В. О подготовке сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации к действиям в особых условиях // Перспективы науки. 2024. № 3(174). С. 175-177. EDN: JSBVWR.
8. Овчинников В.А., Панова О.С. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел России: учебник. Волгоград: ВА МВД России, 2020. 584 с. ISBN: 978-5-7899-1260-9 EDN: ZCUFAN.
9. Федеральный закон от 07.02.2011 № 3-ФЗ «О полиции». [Электронный ресурс]. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_110165/ (дата обращения 06.07.2026).
10. Melnikov A.V., Shcherbakova I.V., Zhilin R.A. Method of forming expert coalitions in the context of solving the expertise problem of alternatives with weakly formalized criteria // Journal of Physics: Conference Series: Applied Mathematics, Computational Science and Mechanics: Current Problems, Voronezh, 11-13 ноября 2019 года. Bristol: Institute of Physics Publishing, 2020. P. 012071. DOI: 10.1088/1742-6596/1479/1/012071.
11. Панова О.С., Струганов С.М., Гаврилов Д.А. Актуальные вопросы терминологического обеспечения профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации // Бизнес. Образование. Право. 2022. № 2(59). С. 259-263. DOI: 10.25683/VOLBI.2022.59.225 EDN: BNKKCD.
12. Жилин Р.А., Мельников А.В., Ахлюстин С.Б., Горлов В.В. Моделирование оценки эффективности функционирования систем безопасности объектов органов внутренних дел. Воронеж: Воронежский институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2023. 104 с. ISBN: 978-5-88591-970-8 EDN: KENCVD.
13. Демин Д.В., Собянин Ф.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников ОВД с учетом показателей их психоэмоционального состояния // Перспективы науки. 2024. № 11(182). С. 148-151. EDN: XHFQFP.