

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Степанов А.В., Шарапов А.Ю., Макаренко А.С., Юрков М.Н. Прикладная значимость служебного биатлона для сотрудников правоохранительных органов // Human Progress. 2025. Том 11, Вып. 2. С. 22. URL: [http://progress-human.com/images/2025/Tom11\\_2/Stepanov.pdf](http://progress-human.com/images/2025/Tom11_2/Stepanov.pdf) DOI 10.46320/2073-4506-2025-2a-26.

## **ПРИКЛАДНАЯ                    ЗНАЧИМОСТЬ                    СЛУЖЕБНОГО БИАТЛОНА ДЛЯ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ**

**Степанов Андрей Владимирович**

старший преподаватель кафедры физической подготовки  
юридического факультета,  
Владимирский юридический институт ФСИН России,  
г. Владимир, Российская Федерация

**Шарапов Андрей Юрьевич**

преподаватель кафедры огневой подготовки,  
Нижегородская академия Министерства внутренних дел России,  
г. Нижний Новгород, Российская Федерация

**Макаренко Алексей Сергеевич**

преподаватель кафедры огневой подготовки,  
Волгоградская академия Министерства внутренних дел России,  
г. Волгоград, Российская Федерация

**Пожималина Анна Юрьевна**

доцент кафедры физической подготовки и спорта, доцент,  
Академия права и управления Федеральной службы исполнения  
наказаний России,  
г. Рязань, Российская Федерация

**Юрков Михаил Николаевич**

старший преподаватель кафедры физической и огневой подготовки,  
Кузбасский институт ФСИН России,  
г. Новокузнецк, Российская Федерация

**Аннотация.** В статье авторами раскрыто значение служебного биатлона, который является уникальной спортивной дисциплиной, объединяющий физическую активность и психологическую устойчивость, что делает его особенно актуальным для сотрудников правоохранительных органов. Служебный биатлон, сочетающий в себе элементы лыжных гонок (кросса) и стрельбы, не только способствует развитию физической выносливости, но и формирует важные психологические навыки, такие как концентрация, стрессоустойчивость и

способность к принятию быстрых решений в условиях неопределенности, что способствует повышению их общей профессиональной подготовленности.

**Ключевые слова:** служебный биатлон, стрелковая подготовка, физическая подготовка, сотрудник, тренировка, правоохранительные органы, преподаватель.

Значение физической подготовки для сотрудников правоохранительных органов трудно переоценить. Высокий уровень физической выносливости и силы, а также способность быстро и эффективно реагировать на возникающие угрозы – все это является неотъемлемой частью их профессиональной деятельности.

Большое значение для профессионального совершенствования сотрудников правоохранительных органов (развития физических качеств, формирование стрессоустойчивости) имеют служебно-прикладные виды спорта [3].

Участие в соревнованиях по служебно-прикладным видам спорта увеличивают качество подготовки специалистов правоохранительных органов к эффективным действиям при отражении опасных посягательств с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия, и позволяют высококвалифицированных специалистов [5].

Служебно-прикладной вид спорта «служебный биатлон», в свою очередь, требует от спортсмена не только физических кондиций, но и умения управлять своим эмоциональным состоянием в условиях повышенного стресса, что, безусловно, актуально в реалиях служебной деятельности.

Одной из ключевых особенностей служебного биатлона является его акцент на функциональную интегральную подготовленность. Сотрудники правоохранительных органов часто сталкиваются с физически сложными ситуациями, где требуется не только выносливость, но и способность быстро принимать решения. В этом контексте служебный биатлон развивает не только общую физическую силу и выносливость, но и специфические навыки, такие как управление дыханием и концентрация, что критически важно в условиях стресса.

Стрельба, как важный элемент этого вида спорта, требует высокой степени точности и контроля, что также может быть перенесено на реальные ситуации, когда сотрудники правоохранительных органов должны быстро и точно реагировать на угрозы.

Основополагающей гранью стрелковой подготовки является психологическая устойчивость. Соревнования требуют от спортсменов высокую степень стрессоустойчивости и тренировки помогают развивать психологические качества. В процессе тренировки спортсмены учатся: справляться с давлением, что является важным аспектом их будущей

профессиональной деятельности; сохранять спокойствие и сосредоточенность в условиях стресса – это навык, который может спасти жизни как самих сотрудников, так и граждан, находящихся в опасности; принимать правильные решения в условиях ограниченного времени.

Физическая подготовка, в свою очередь, включает не только развитие скорости, выносливости и силы, но и множество других аспектов, таких как координация, гибкость, ловкость, точность и т.п.

Тренировочный процесс требует комплексного подхода, который включает в себя как нагрузки циклического характера, так и силовые тренировки, игровые, длительные. Спортсмены и тренеры должны уделять внимание не только физическим показателям, но и общему состоянию здоровья, что включает в себя правильное питание, восстановление и профилактику травм. Тем более, в условиях служебной деятельности восстановление играет одну из ключевых ролей, ввиду того, что в свободное от тренировок время, на спортсменов возлагаются служебные обязанности, что требует умения восстанавливаться в условиях ограниченного на данные мероприятия времени.

В этой связи тренер должен обучить спортсменов правилам и тонкостям идеомоторной и аутогенной тренировки, с целью восстановления сил и энергии в короткие сроки и в любых условиях.

В результате, служебный биатлон становится не просто спортивным занятием, но и важной частью общего физического воспитания сотрудников.

Поэтому для успешного выступления спортсменов-биатлонистов необходимо уделять большое внимание психологической подготовке. Для этого необходимо донести до спортсмена ряд правил стрелкового компонента:

при стрельбе главный критерий – контроль мушки в целике (Ш);

уверенное плавное нажатие на спусковой крючок во время прицеливания без остановок и рывков;

район прицеливания не играет большой роли, он заключается в наработке, мышечной памяти;

тяга спускового крючка должна осуществляться на себя (не влияет на стрельбу какой частью 1 фаланги указательного пальца вы нажимаете на спусковой крючок);

ведение спортивного дневника с отражением всей тренировки, качества выстрелов, ощущения и т.п.;

недопустимо осуществление стрелковой тренировки без концентрации. В случае если спортсмен тренируется с чувством надо, то эффективность данной тренировки ничтожна.

Спортсмен должен подходить к тренировочному процессу с желанием, концентрацией и отстранением от внешних факторов;

стойка спортсмена при стрельбе, так же как и хват – индивидуальное явление.

В служебном биатлоне нет приоритета физической или стрелковой подготовки. Скорость прохождения дистанции или качество стрельбы, отдельно ничего не значат. Самое главное научить спортсменов делать все правильно и в комплексе. Только при понимании этого правила можно говорить о том, что спортсмен может показать свой максимальный результат [2].

Тренировки по служебному биатлону могут быть использованы как средство для повышения мотивации сотрудников. Участие в соревнованиях и достижение результатов может служить дополнительным стимулом для улучшения физической подготовки и профессиональных навыков. Так например, в соответствии с приказом Федеральной службы исполнения наказаний от 26 декабря 2023 г. № 824 «Об утверждении Порядка установления поощрительных выплат за особые достижения в службе сотрудникам уголовно-исполнительной системы Российской Федерации» установлен порядок поощрительных выплат за особые достижения в службе сотрудникам уголовно-исполнительной системы Российской Федерации:

Ежемесячные поощрительные выплаты устанавливаются сотрудникам в процентах к должностному окладу в следующих размерах:

замещающим должности в учреждениях и органах УИС РФ и имеющим почетные спортивные звания, спортивные звания, спортивные разряды:

- а) заслуженного мастера спорта СССР, заслуженного мастера спорта России – 15;
- б) мастера спорта СССР международного класса, мастера спорта России международного класса – 10;
- в) мастера спорта СССР, мастера спорта России – 8;
- г) кандидата в мастера спорта – 5.

При наличии у сотрудника двух и более почетных спортивных званий, спортивных званий, спортивных разрядов ежемесячная поощрительная выплата устанавливается по одному из указанных оснований, по которому предусмотрен наибольший размер.

Это, в свою очередь, способствует созданию более здоровой и продуктивной рабочей атмосферы, где сотрудники стремятся к самосовершенствованию и достижению высоких результатов в своей профессиональной деятельности.

Не стоит забывать и о том, что служебный биатлон может служить важным инструментом для формирования позитивного имиджа правоохранительных органов.

Участие сотрудников в спортивных мероприятиях, таких как соревнования по служебному биатлону, легкой атлетике, лыжным гонкам, стрельбе демонстрирует общественности, что сотрудники правоохранительных органов заботятся о здоровье и физическом развитии своих сотрудников. Это способствует укреплению доверия между населением и правоохранительными органами, что является важным аспектом в современных условиях, когда общественное мнение играет важную роль в формировании политики безопасности.

Опыт применения служебного биатлона в тренировочном процессе правоохранительных органов показывает его высокую эффективность. Ежегодно проводятся соревнования по данному виду спорта различного уровня. Начиная с регионального и заканчивая соревнованиями всероссийского уровня.

Применение служебного биатлона в тренировках способствует созданию реалистичных условий, в которых сотрудники могут отрабатывать навыки стрельбы и физической активности одновременно. Такой подход позволяет лучше подготовить сотрудников к реальным условиям службы, где необходимо быстро реагировать на изменяющиеся обстоятельства.

Таким образом, служебный биатлон представляет собой важный инструмент в системе подготовки сотрудников правоохранительных органов. Его прикладная значимость заключается в комплексном подходе к физической и психологической подготовке, что позволяет сотрудникам быть готовыми к выполнению своих обязанностей в любых условиях. Служебный биатлон способствует развитию физических качеств, необходимых для успешного выполнения служебных задач, а также формирует важные психологические навыки, такие как концентрация и стрессоустойчивость. Внедрение этого вида спорта в тренировочный процесс правоохранительных органов открывает новые горизонты для повышения эффективности работы сотрудников и улучшения их физической и психологической подготовки.

Учитывая все вышесказанное, можно с уверенностью утверждать, что служебный биатлон имеет значительный потенциал для дальнейшего развития и внедрения в систему подготовки сотрудников правоохранительных органов. Это не только улучшит физическую форму и психологическую устойчивость сотрудников, но и окажет положительное влияние на их профессиональную деятельность в целом. Важно продолжать исследовать и развивать этот вид спорта, адаптируя его под специфические требования и условия работы правоохранительных органов, что позволит максимально эффективно использовать его возможности для подготовки высококвалифицированных специалистов, способных успешно справляться с вызовами современности.

### Список литературы

1. Буга А.А. Служебное двоеборье и служебный биатлон как один из способов формирования и совершенствования профессиональных качеств сотрудников правоохранительных органов // Научный дайджест Восточно-Сибирского института МВД России. 2024. № 2 (24). С. 106-112.
2. Вирта Д.С., Зверев А.В., Кулеев В.Я. Особенности построения тренировочного процесса спортсменов по служебно-прикладному виду спорта «служебный биатлон» в годичном макроцикле // Евразийский юридический журнал. 2023. № 5 (180). С. 426-428.
3. Воронцова О. В., Овчинников В. А. Моделирование тренировочного процесса в летнем служебном биатлоне курсантов вузов МВД России // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: Сборник материалов XIX международной научно-практической конференции. В 2-х томах, Иркутск, 15–16 июня 2017 года. Том I. Иркутск: Восточно-Сибирский институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2017. С. 58-64.
4. Дмитраков А.М., Алексеев Н.А., Кутергин Н.Б., Крамской С.И. Формирование профессионально-психологической готовности специалиста в образовательных организациях МВД России // Проблемы правоохранительной деятельности. 2013. № 2. С. 42-45.
5. Казначеев В.А. Специфика и значение служебного биатлона в профессиональной деятельности сотрудника ФСИН России // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Социальные, гуманитарные, медико-биологические науки. 2020. Т. 22, № 74. С. 31-35.
6. Клименко Б.А., Воротник А.Н., Кутергин Н.Б. История спортивной подготовки в системе обучения курсантов образовательных организаций МВД России // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: Сборник статей XIX Международной научной конференции, Белгород, Москва, Чирчик, 25–26 апреля 2023 года. Белгород: Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, 2023. С. 244-247.
7. Озеров И.Н., Домрачева Е.Ю., Иляхина О.Ю., Кутергин Н.Б. Особенности стрельбы навскидку // Эпоха науки. 2016. № 6. С. 18.
8. Погоньшева Н.С., Пахомов В.И. Служебно-прикладная физическая подготовка как основа личной безопасности сотрудника органов внутренних дел // Автономия личности. 2022. № 1 (27). С. 168-173.

9. Свешникова В.О. Построение стрелковой подготовки квалифицированных спортсменов к соревнованиям по виду спорта «Служебное двоеборье» // Психология и педагогика служебной деятельности. 2021. № 2. С. 143-146.
10. Селезнева А.Д. Значение физической культуры и спорта для сотрудника правоохранительных органов // Педагогика и психология: перспективы развития : Сборник материалов II Международной научно-практической конференции, Чебоксары, 28 октября 2017 года / Редколлегия: О.Н. Широков [и др.]. Чебоксары: Общество с ограниченной ответственностью "Центр научного сотрудничества «Интерактив плюс», 2017. С. 212-213.

## THE APPLIED SIGNIFICANCE OF SERVICE BIATHLON FOR LAW ENFORCEMENT OFFICERS

### **Stepanov Andrey Vladimirovich**

senior Lecturer at the Department of Physical Training of the Faculty of Law,  
Vladimir Law Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia,  
Vladimir, Russian Federation

### **Sharapov Andrey Yurievich**

lecturer at the Department of Fire Training,  
Nizhny Novgorod Academy of the Ministry of Internal Affairs of Russia,  
Nizhny Novgorod, Russian Federation

### **Makarenko Alexey Sergeevich**

lecturer at the Department of Fire Training,  
Volgograd Academy of the Ministry of Internal Affairs of Russia,  
Volgograd, Russian Federation

### **Pozhimalina Anna Yuryevna**

associate Professor of the Department of Physical Training and Sports, Associate Professor,  
Academy of Law and Management of the Federal Penitentiary Service of Russia,  
Ryazan, Russian Federation

### **Yurkov Mikhail Nikolaevich**

senior lecturer at the Department of Physical and Fire Training,  
Kuzbass Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia,  
Novokuznetsk, Russian Federation

**Annotation.** In the article, the authors reveal the importance of service biathlon, which is a unique sports discipline that combines physical activity and psychological stability, which makes it especially relevant for law enforcement officers. Service biathlon, which combines elements of cross-country skiing and shooting, not only promotes the development of physical endurance, but also forms important psychological skills such as concentration, stress tolerance and the ability to make quick decisions in conditions of uncertainty, which helps to improve their overall professional fitness.

**Keywords:** service biathlon, shooting training, physical training, employee, training, law enforcement agencies, teacher.

### References

1. Buga A.A. Service biathlon and service biathlon as one of the ways to form and improve professional qualities of law enforcement officers // Scientific digest of the East Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia. 2024. No. 2 (24). P. 106-112.
2. Virta D.S., Zverev A.V., Kuleev V.Ya. Features of building the training process of athletes in the service-applied sport "service biathlon" in the annual macrocycle // Eurasian Law Journal. 2023. No. 5 (180). P. 426-428.
3. Vorontsova O. V., Ovchinnikov V. A. Modeling the training process in the summer service biathlon of cadets of universities of the Ministry of Internal Affairs of Russia // Improving the professional and physical training of cadets, students of educational organizations and employees of law enforcement agencies: Collection of materials of the XIX international scientific and practical conference. In 2 volumes, Irkutsk, June 15-16, 2017. Volume I. Irkutsk: East Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, 2017. Pp. 58-64.
4. Dmitrakov A. M., Alekseev N. A., Kutergin N. B., Kramskoy S. I. Formation of professional and psychological readiness of a specialist in educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia // Problems of law enforcement activity. 2013. No. 2. Pp. 42-45.
5. Kaznacheev V. A. Specificity and Importance of Service Biathlon in the Professional Activities of an Employee of the Federal Penitentiary Service of Russia // Bulletin of the Samara Scientific Center of the Russian Academy of Sciences. Social, Humanitarian, Medical and Biological Sciences. 2020. Vol. 22, No. 74. Pp. 31-35.
6. Klimenko B.A., Vorotnik A.N., Kutergin N.B. History of Sports Training in the System of Training Cadets of Educational Organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia // Physical Education and Sports in Higher Education Institutions: Collection of Articles from the XIX International Scientific Conference, Belgorod, Moscow, Chirchik, April 25-26, 2023. Belgorod: Belgorod State Technological University named after V.G. Shukhov, 2023. Pp. 244-247.
7. Ozerov I.N., Domracheva E.Yu., Ilyakhina O.Yu., Kutergin N.B. Features of offhand shooting // The Age of Science. 2016. No. 6. P. 18.
8. Pogonysheva N.S., Pakhomov V.I. Service-applied physical training as the basis for personal safety of an employee of the internal affairs bodies // Autonomy of the individual. 2022. No. 1 (27). P. 168-173.
9. Sveshnikova V.O. Building shooting training of qualified athletes for competitions in the sport "Service biathlon" // Psychology and pedagogy of service activities. 2021. No. 2. P. 143-146.
10. Selezneva A.D. The Importance of Physical Culture and Sports for Law Enforcement Officers // Pedagogy and Psychology: Development Prospects: Collection of Materials of the II International Scientific and Practical Conference, Cheboksary, October 28, 2017 / Editorial Board: O.N. Shirokov [et al.]. Cheboksary: Limited Liability Company "Center for Scientific Cooperation "Interactive Plus", 2017. Pp. 212-213.