

Ссылка для цитирования этой статьи:

Гросс И.Л., Гу С., Миронов И.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел: проблемы результативности и модель ситуационно ориентированного обучения // Human Progress. 2026. Том 12, Вып. 6. URL: http://progress-human.com/images/2026/Tom12_6/Gross.pdf DOI 10.46320/2073-4506-2026-6a-14.

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ: ПРОБЛЕМЫ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ И МОДЕЛЬ СИТУАЦИОННО ОРИЕНТИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ



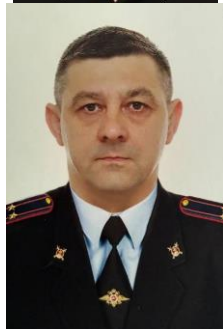
Гросс Игорь Львович

доктор педагогических наук,
профессор кафедры теории и методики физического воспитания,
Институт физической культуры, спорта и здоровья,
Московский педагогический государственный университет,
г. Москва, Российская Федерация



Гу Сюймин

аспирант,
Институт физической культуры, спорта и здоровья,
Московский педагогический государственный университет,
г. Москва, Российская Федерация



Миронов Игорь Анатольевич

начальник цикла физической подготовки — преподаватель,
ЦПП ГУ МВД России по Московской области,
г. Видное, Российская Федерация;
подполковник полиции

Аннотация. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел рассматривается как прикладной инструмент оперативно-служебной деятельности, обеспечивающий правомерное и результативное пресечение противоправных действий. На основе анализа научно-методической литературы и ведомственных нормативных актов выявлены ключевые проблемы результативности подготовки: терминологическая неопределённость, дефицит служебного времени, разнородность исходного уровня подготовленности, отрыв системы оценки от реальных служебных задач, недостаточный учёт психологической составляющей и разобщённость физического и

правового компонентов обучения. Обосновывается, что корень затруднений лежит в разрыве между учебным процессом и практикой. Предложена модульная ситуационно ориентированная система подготовки: вынос общей физической подготовки в режим самостоятельной работы под цифровым контролем, встраивание боевых приёмов борьбы в сценарные модели типовых служебных ситуаций, обязательное сопровождение силовых действий правовой квалификацией, непрерывная диагностика подготовленности и допуск к занятиям только квалифицированных инструкторов.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка; сотрудники органов внутренних дел; боевые приёмы борьбы; ситуационно ориентированное обучение; служебно-боевая готовность; личная безопасность; правовая компетентность; оценка подготовленности.

Введение

Служебная деятельность сотрудника органов внутренних дел принадлежит к числу немногих профессий, где уровень физической подготовленности прямо соотносится с сохранением жизни — как самого сотрудника, так и окружающих граждан. Этим определяется особое место физической подготовки в системе профессионального обучения полицейского: она мыслится не как самоцель и не как средство оздоровления, а как прикладной инструмент оперативно-служебной деятельности, обеспечивающий правомерное и результативное пресечение противоправных действий. Утрата этого прикладного смысла превращает занятия в формальную сдачу нормативов, что для правоохранительной сферы недопустимо: цена ошибки измеряется здесь не оценкой в ведомости, а необратимыми последствиями силового столкновения.

Принципиально различие спортивной и служебно-боевой направленности двигательной деятельности. В спорте результат самоценен, а нагрузка строится вокруг предельного показателя в избранной дисциплине; для сотрудника силового ведомства такая логика неприменима: физическая подготовленность есть средство выполнения боевой задачи и подчиняется принципу специфичности — тренировать следует те качества и режимы, что воспроизводятся в служебной практике. Отсюда требование к разнообразию тренировочных стимулов: организм быстро адаптируется к однотипной нагрузке, а служебная обстановка непредсказуема.

Нормативную основу подготовки образуют ведомственные акты МВД России и Федеральный закон от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ «О полиции», закрепляющий условия и пределы применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.

Специфика регулирования в том, что физическая подготовленность неотделима от правовой компетентности: сотрудник обязан выполнить силовое действие в границах закона, соотнося интенсивность воздействия со степенью опасности сопротивления. Традиционное разведение «физического» и «юридического» компонентов методологически несостоятельно: в реальном задержании они реализуются одновременно и при остром дефиците времени, и сотрудник, безусловно владеющий приёмом, но неверно оценивший правовые основания, столь же уязвим, как юридически грамотный, но физически несостоятельный.

Материалы и методы

Методологическую основу составили анализ и обобщение научно-методической литературы по профессионально-прикладной физической подготовке сотрудников силовых ведомств, а также сравнительный и системный анализ действующих ведомственных нормативных актов МВД России и Федерального закона от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ «О полиции». Использованы методы теоретического моделирования и педагогического обобщения, позволившие соотнести содержание учебного процесса с требованиями оперативно-служебной деятельности и выявить проблемные зоны результативности подготовки.

Результаты и обсуждения

Терминологическая неопределённость усугубляет проблему. Наряду с устоявшимся понятием профессионально-прикладной физической подготовки всё чаще применяется категория «профессиональная физическая подготовка», отражающая служебно-боевую направленность обучения. Как отмечается в литературе, «для сотрудников правоохранительных органов, как впрочем и для сотрудников других силовых структур, название «профессиональная физическая подготовка» действительно приемлемо, в отличие от работников гражданской сферы, у которых «профессионально-прикладная физическая подготовка» имеет рекомендательный характер» [6, с. 416]. Различие это не отвлечённо: от понимания цели подготовки зависят выбор средств, критериев оценки и содержание учебных программ. Пока цель формулируется через абстрактную «физическую готовность», а не через способность выполнить конкретную служебную задачу, разрыв между учебным процессом и практикой воспроизводится из года в год.

Одной из устойчивых организационных трудностей остаётся дефицит служебного времени на физическую подготовку. Ряд исследователей предлагает разграничить формы работы: общую физическую подготовку сотрудник способен поддерживать самостоятельно,

тогда как освоение боевых приёмов борьбы требует систематического участия инструктора. Именно этот блок составляет ядро прикладной готовности, а «практические действия сотрудников органов внутренних дел при применении боевых приёмов борьбы» невозможно сформировать без методически выстроенного контроля со стороны квалифицированного наставника [9]. Между тем далеко не все руководители учебных групп обладают необходимой подготовкой, что снижает результативность занятий и нередко сводит их к номинальному проведению.

Серьёзным препятствием выступает разнородность исходного уровня подготовленности обучаемых. Курсанты приходят на службу с несопоставимыми показателями, а действующие сотрудники по мере накопления стажа нередко утрачивают физические кондиции; повседневная нагрузка, связанная преимущественно с документами, перекладывает поддержание формы на инициативу самого сотрудника. Особую тревогу вызывает то, что снижение двигательных качеств прямо влияет на оперативную эффективность. В исследованиях моделирования огневого контакта подчёркивается, что «навыки применения огнестрельного оружия являются одними из основных в профессии полицейского. Эффективность этих навыков требует широкого спектра физических способностей, которые могут снижаться в течение карьеры и влиять на работоспособность» [2, с. 262]. Стандартизированные нормативы, ориентированные на усреднённые значения и разовую сдачу, слабо отражают эту динамику и почти не диагностируют готовность к реальному противоборству.

Существующая система оценки заслуживает критического рассмотрения. Контрольные упражнения — бег, подтягивание, комплексное силовое упражнение — измеряют изолированные проявления качеств в стандартизированных безопасных условиях, тогда как способность задержать сопротивляющегося правонарушителя, действовать после нагрузки или на фоне эмоционального возбуждения ими не схватывается. Формально высокий результат в контрольный день может сосуществовать с полной неготовностью к силовому контакту, что подрывает диагностическую ценность аттестации.

С организационными трудностями переплетён вопрос мотивации. Поскольку значительная доля нагрузки ложится на самостоятельную работу, определяющей становится внутренняя установка сотрудника на регулярную двигательную активность как профессиональный атрибут: там, где подготовка воспринимается как повинность к дате сдачи нормативов, новации теряют силу, а там, где она осознаётся как условие личной безопасности, самостоятельные занятия приобретают устойчивый характер. Формирование такой культуры

требует последовательной работы командного и преподавательского состава и разбора случаев, когда именно уровень подготовленности предопределил исход служебной ситуации.

Предлагаемые решения согласуются с общей тенденцией научно-методических исследований — смещением внимания от изолированного развития физических качеств к интегративному моделированию профессиональной деятельности. Подготовленность специалиста силового ведомства есть комплексное свойство, не сводимое к сумме нормативных достижений; признание этого задаёт вектор преобразований, но предъявляет повышенные требования к ресурсному, кадровому и организационному обеспечению, без которого верная модель рискует остаться декларацией.

Отдельного внимания заслуживает психологическая составляющая, долго остававшаяся на периферии методики. Анализ ведомственных актов сквозь призму парадигмы психологической причинности обнаруживает пробелы правового регулирования: как заключают авторы, «результаты выполненного исследования указывают на актуальную потребность совершенствования на системной научной основе законодательной базы организации физической подготовки сотрудников ОВД в части определения минимального качественно-многоуровневого содержания учебно-тренировочной деятельности по разделу БПБ» [7, с. 103]. Стрессоустойчивость и способность действовать при дефиците времени и витальной угрозе формируются не механическим повторением упражнений в зале, а специально сконструированными ситуациями, приближёнными к оперативной обстановке. Пренебрежение этим приводит к парадоксу: технически грамотный сотрудник теряется при внезапном нападении, поскольку навык не был закреплён в условиях стресса.

Проблема правовой результативности силовых действий смыкается с физической. Эффективность законодательства об организации огневой и физической подготовки рассматривается как задача оптимизации подготовки сотрудника к правомерному и результативному применению силы, специальных средств и оружия. Как подчёркивают исследователи, «развитие профессионально-квалификационных качеств сотрудников органов внутренних дел ... представляется одной из важнейших и до конца не решённых задач совершенствования деятельности полиции. К числу приоритетных профессионально-квалификационных качеств сотрудников ОВД относится уровень их физической и огневой подготовки» [4, с. 7]. Недостаточная отработка правовых пределов прямо на занятиях чревата двумя противоположными ошибками — превышением допустимых мер, влекущим ответственность, и неоправданной пассивностью, ставящей под угрозу самого сотрудника. И то и другое — следствие разорванности обучения, при которой правовая норма усваивается в аудитории, а двигательный навык — в зале, но никогда совместно.

Совершенствование содержания подготовки связывают с внедрением современных тренировочных технологий. Функциональное многоборье, круговая тренировка, методики развития силовой выносливости вытесняют устаревшие подходы, ориентированные лишь на воспроизведение контрольных упражнений. Показательно, что, как отмечает автор, «ключевое значение приобретает такое физическое качество, как силовая выносливость. Силовая выносливость представляет собой способность противостоять утомлению при мышечной работе, требующей значительных силовых напряжений» [10, с. 81]. Такие методики развивают не изолированные качества ради норматива, а комплексную работоспособность, востребованную в служебно-боевой практике и устойчивую к утомлению, моделируя смешанный характер нагрузки, при котором силовые, скоростные и координационные действия чередуются на фоне нарастающего утомления.

Перспективен перенос акцента с воспроизведения нормативных упражнений на моделирование ситуаций оперативно-служебной деятельности. Занятия на полигонах, иммерсивные технологии, отработка действий под видеофиксацией и внешним психологическим давлением сближают учебную обстановку с реальной, формируя не отдельный приём, а целостный алгоритм поведения. Цифровые средства мониторинга повышают индивидуализацию нагрузки и объективизируют контроль, однако подмена живой практики гаджетами контрпродуктивна: навык противоборства формируется лишь в непосредственном контакте с сопротивляющимся партнёром, а цифровизация уместна как инструмент планирования, но не как замена тренировочного взаимодействия.

Заключение

Корень большинства затруднений лежит не в отсутствии методик, а в разобщённости компонентов подготовки — физического, технического, психологического и правового, — которые преподаются и оцениваются автономно, тогда как в служебной ситуации срабатывают слитно. Выход видится в модульной ситуационно ориентированной системе. Первое: общую физическую подготовку целесообразно вынести в режим самостоятельной работы под дистанционным цифровым контролем, высвободив аудиторное время для прикладных навыков. Второе: освоение боевых приёмов борьбы следует встроить в сценарные модели типовых служебных ситуаций — задержания, пресечения нападения, силового контакта, — с дозированной стрессовой нагрузкой, видеофиксацией и совместным разбором техники и правомерности. Третье: каждый силовой элемент обязан сопровождаться правовой квалификацией, чтобы решение о применении и дозировании силы становилось автоматизированным навыком. Четвёртое: диагностику подготовленности следует сделать

непрерывной и сквозной, охватывающей весь период службы, с индивидуальными траекториями коррекции и переориентацией критериев с изолированных упражнений на комплексные ситуационные задания. Пятое: к занятиям допускать только квалифицированных инструкторов, а руководителей учебных групп — обязать проходить методическую переподготовку. Внедрять систему разумно поэтапно, с образовательных организаций МВД, снабжая каждый модуль измеримыми критериями, привязанными к типовой служебной задаче: временем и правоммерностью задержания, качеством действий после нагрузки, устойчивостью техники под давлением. Без квалифицированных инструкторов, оборудованных полигонов и заинтересованного командного состава реформа вырождается в имитацию. Такая конструкция превращает физическую подготовку из формального норматива в управляемый процесс формирования служебно-боевой готовности, измеряемой не количеством подтягиваний, а способностью сотрудника результативно и правоммерно действовать в ситуации реальной угрозы — единственной метрике, определяющей и безопасность граждан, и сохранность жизни самого сотрудника.

Список литературы

1. Ворожцов А.М., Пенькова И.В., Васянин В.А. Повышение правовой компетенции сотрудников полиции посредством дальнейшего развития методики огневой подготовки // Аграрное и земельное право. 2024. № 6 (234). С. 271–275.
2. Выстропов В.Г., Тищенко А.И. Оценка физической подготовленности сотрудников полиции в контексте моделирования огневого контакта в особых условиях несения службы // Образование. Наука. Научные кадры. 2025. № 4. С. 262–268.
3. Дюдина У.Д., Пахомов В.И. Влияние цифровых средств на развитие физической культуры и спорта // Наука-2020. 2023. № 5 (66). С. 45–50.
4. Иванов Д.В., Гимазова Ю.В. Эффективность законодательства об организации огневой и физической подготовки полицейских в Российской Федерации // Управление. 2023. Т. 11, № 1. С. 5–15.
5. Князев К.О. Применение физической силы сотрудниками полиции: организационно-правовой аспект // Право и управление. 2023. № 7. С. 226–229.
6. Кононов Э.А. К вопросу юридической терминологии в сфере физической культуры и спорта // Образование и право. 2024. № 5. С. 415–417.
7. Кузьмин А.Н., Тимофеева Т.Н. Физическая подготовка сотрудников МВД России и парадигма психологической причинности: содержание и пробелы правового регулирования // Пробелы в российском законодательстве. 2020. № 2. С. 99–103.

8. Струганов С.М., Литвинцева Т.Э., Грушко В.М. Личная безопасность сотрудников органов внутренних дел в служебной деятельности // Наука-2020. 2021. № 5 (50). С. 163–168.
9. Тхаровская О.Ю., Должникова Е.В., Смирнова К.С., Картавец Д.А. [и др.]. Профессиональная подготовка лиц рядового и младшего начальствующего состава, впервые принятых на службу в органы внутренних дел Российской Федерации, по должности «Полицейский»: учеб.-практ. пособие. Ставрополь: Ставропольский филиал Краснодарского университета МВД России, 2022. 60 с.
10. Шестаков М.А. Современные методики развития силовой выносливости у курсантов института ФСИН на начальном этапе обучения // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2026. № 1 (251). С. 80–86.

PROFESSIONAL-APPLIED PHYSICAL TRAINING OF INTERNAL AFFAIRS OFFICERS: PROBLEMS OF EFFECTIVENESS AND A MODEL OF SITUATION-ORIENTED INSTRUCTION

Gross Igor Lvovich

Doctor of Pedagogical Sciences,
Professor of the Department of Theory and Methodology of Physical Education,
Institute of Physical Culture, Sports and Health,
Moscow Pedagogical State University,
Moscow, Russian Federation

Gu Xuming

postgraduate student,
Institute of Physical Culture, Sports and Health,
Moscow Pedagogical State University,
Moscow, Russian Federation

Mironov Igor Anatolyevich

Head of the Physical Training Cycle — Lecturer,
Professional Training Center of the Main Directorate of the Ministry of Internal Affairs of
Russia for the Moscow Region,
Vidnoe, Russian Federation;
Police Lieutenant Colonel

Abstract. Professional-applied physical training of internal affairs officers is considered as an applied instrument of operational and service activity that ensures the lawful and effective suppression of unlawful acts. Based on an analysis of scientific and methodological literature and departmental regulatory acts, the study identifies the key problems of training effectiveness: terminological uncertainty, a shortage of service time, the heterogeneous initial fitness level of trainees, the detachment of the assessment system from real service tasks, insufficient consideration of the psychological component, and the disconnection of the physical and legal components of

instruction. It is argued that the root of the difficulties lies in the gap between the training process and practice. A modular, situation-oriented training system is proposed: shifting general physical training to self-guided work under digital monitoring, embedding combat fighting techniques into scenario models of typical service situations, accompanying force actions with legal qualification, continuous assessment of fitness, and admitting only qualified instructors to classes.

Key words: professional-applied physical training; internal affairs officers; combat fighting techniques; situation-oriented instruction; service-combat readiness; personal safety; legal competence; fitness assessment.

References

1. Vorozhtsov A.M., Penkova I.V., Vasyanin V.A. Improving the legal competence of police officers through further development of fire training techniques // *Agrarian and Land Law*. 2024. No. 6 (234). P. 271–275.
2. Vystropov V.G., Tishchenko A.I. Assessment of the physical fitness of police officers in the context of simulating fire contact in special service conditions // *Education. Science. Scientific Personnel*. 2025. No. 4. P. 262–268.
3. Dyudina U.D., Pakhomov V.I. The impact of digital media on the development of physical culture and sports // *Nauka-2020*. 2023. No. 5 (66). P. 45–50.
4. Ivanov D.V., Gimazova Yu.V. Legislation effectiveness on the organization of police officers' fire and physical training in the Russian Federation // *Management*. 2023. Vol. 11, No. 1. P. 5–15.
5. Knyazev K.O. The use of physical force by police officers: organizational and legal aspect // *Law and Management*. 2023. No. 7. P. 226–229.
6. Kononov E.A. On the issue of legal terminology in the field of physical culture and sports // *Education and Law*. 2024. No. 5. P. 415–417.
7. Kuzmin A.N., Timofeeva T.N. Physical training of the officers of the Ministry of Internal Affairs of Russia and the paradigm of psychological causality: content and gaps in legal regulation // *Gaps in Russian Legislation*. 2020. No. 2. P. 99–103.
8. Struganov S.M., Litvintseva T.E., Grushko V.M. Personal safety of internal affairs officers in official activities // *Nauka-2020*. 2021. No. 5 (50). P. 163–168.
9. Tkharovskaya O.Yu., Dolzhnikova E.V., Smirnova K.S., Kartavtsev D.A. [et al.]. Professional training of rank-and-file and junior commanding staff first recruited to the internal affairs bodies of the Russian Federation for the position of "Police Officer": a practical training manual. Stavropol: Stavropol Branch of the Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2022. 60 p.
10. Shestakov M.A. Modern methods for developing strength endurance in FPS Institute cadets at the initial stage of training // *Uchenye Zapiski Universiteta imeni P.F. Lesgafta*. 2026. No. 1 (251). P. 80–86.