

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«**СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**»

Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теоретических основ и менеджмента физической культуры и туризма

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой

_____ Н.В. Соболева

« ____ » _____ 2025 г.

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**МОДЕРНИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ ЗАЛОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ
ДЕЛ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ**

49.04.01 Физическая культура

49.04.01.05 Управление и эксплуатация спортивных сооружений

Научный руководитель _____ доцент, канд. архитектуры О.Н. Блянкинштейн

Выпускник _____ А.Ф. Казачков

Рецензент _____ канд. пед. наук, доцент, С.Н. Чернякова

Нормоконтролер _____ М.В. Думчева

Красноярск 2025

РЕФЕРАТ

Магистерская диссертация на тему «Модернизация спортивных залов органов внутренних дел для улучшения показателей физической подготовки сотрудников» включает текстовую часть на 114 страницах – введение, три главы, заключение, список использованной литературы, четыре приложения.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ, ТЕРРИТОРИАЛЬНЫЙ ОРГАН ПОЛИЦИИ, НОРМЫ ПОЛОЖЕННОСТИ, ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ЗОНЫ, МОДЕЛЬ.

Цель исследования: предложить и экспериментально обосновать модель спортивного зала, обеспечивающую полноценную физическую подготовку в территориальных отделах полиции

Объектом исследования являются спортивные залы для проведения занятий по физической подготовке среди сотрудников ОВД.

Предмет исследования – модернизация технического и материального оснащения спортивных залов ОВД для улучшения качества физической подготовки сотрудников.

В результате проведенного исследования были разработаны практические рекомендации по зонированию спортивного зала органов внутренних дел, определен перечень необходимого оснащения спортивным инвентарем и экипировкой. Представлены нормы положенности по оснащению спортивного зала территориального отдела полиции.

В итоге были разработаны модель функционального зонирования спортивного зала, модель оснащения спортивного объекта линейного пункта полиции. Кроме этого, предложено оборудование для ограничения пространства при отработке боевых приемов борьбы.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	5
1 Теоретические основы организации физической подготовки в органах внутренних дел	9
1.1 Характеристика основных аспектов процесса физической подготовки сотрудников полиции.....	9
1.2 Оснащения спортивных залов территориальных отделов полиции.....	16
1.2.1 Оснащение тренажерного зала.....	16
1.2.2 Оснащения зала для спортивных единоборств.....	22
1.2.3 Оснащение зала для игровых видов спорта.....	30
1.3 Характеристика профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел на транспорте для определения оснащения спортивного зала.....	34
1.4 Особенности организации физической подготовки сотрудников вне места постоянной дислокации	38
2 Организация и методы исследования.....	42
2.1 Организация исследования.....	42
2.1.1 Организация исследования в территориальных отделах внутренних дел г. Красноярска.....	42
2.1.2 Организация исследования в Уральском юридическом институте МВД России г. Екатеринбург.....	56
2.2 Методы исследования.....	64
3 Модернизация спортивного зала территориального отдела полиции.....	66
3.1 Зонирование спортивного зала.....	66
3.2 Модель спортивного помещения для линейных отделов полиции на транспорте.....	75

3.3 Рекомендации для комплектования материально-технической базы тренировочных зон и нормы положенности.....	79
Заключение.....	88
Список использованных источников.....	93
Приложения А-Г.....	103

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность: В современной России значимость органов внутренних дел остается неоспоримой: сотрудники территориальных органов МВД России осуществляют деятельность по пресечению и предотвращению совершаемых и готовившихся преступлений, расследованию уголовных дел, профилактике административных правонарушений, охране общественного порядка. Выполнение оперативно-служебных задач связано напрямую с повседневным риском для жизни и здоровья сотрудника, что накладывает на последнего обязательство быть готовым для защиты граждан и их имущества.

В связи с этим сотрудник внутренних дел должен быть подготовлен физически, психологически и морально для выполнения возложенных на него задач. С учетом особенностей повседневной службы и подготовки кадрового резерва, в территориальных органах внутренних дел каждый год начинаются учебные занятия по профессиональной подготовке, что включает в себя морально-психологическую, служебную, огневую и физическую подготовку сотрудника.

Как отметил в своих исследованиях доктор педагогических наук, профессор кафедры физической подготовки и прикладных единоборств Санкт-Петербургского университета МВД России Торопов В.А.: «физическая подготовка сотрудников полиции призвана решать не только специальные задачи, но и те, что поставлены в процессе воспитания личности российских граждан. Следовательно, значение физического воспитания как составной части общего воспитания состоит в том, что оно направлено на всестороннее гармоническое развитие сотрудников, показателем которого является физическое совершенство» [57]. Нельзя принижать значение физической культуры в жизни сотрудника внутренних дел, как в системе профессиональной подготовки, так и в повседневной жизни вне рабочего времени.

Важность системности занятий по физической культуре среди сотрудников отмечал кандидат педагогических наук, доцент Московского

университета МВД России Разницын В.А. в своих исследования по развитию выносливости у курсантов образовательных учреждений МВД России [39; 40].

Физическая подготовка как дисциплина тесно взаимосвязана с другими специальными дисциплинами: тактико-специальной подготовкой, огневой подготовкой, правовой подготовкой, она способствует не только повышению уровня общей работоспособности, но и формированию готовности выпускника (сотрудника внутренних дел) к успешному выполнению оперативно-служебных задач [21].

Проблема организации физической подготовки сотрудников внутренних дел широко исследуется сотрудниками ведомственных учебных заведений, рассматриваются подходы к планированию занятий и значимость данной дисциплины при воспитании гражданина как сотрудника правоохранительных органов. Стоит отметить труды преподавательского состава кафедры физической подготовки Белгородского юридического института МВД России, которые исследуют процесс организации физической подготовки с различных сторон и специфики работы личного состава рассматриваемых подразделений.

Анализ литературных источников свидетельствует об отсутствии научных работ, посвященных материально-техническому оснащению спортивных залов территориальных отделов полиции на районном уровне. Преимущественно исследователи рассматривают спортивный инвентарь для выполнения определенных упражнений, анализируя технику их выполнения. При этом данный спортивный инвентарь может быть не предусмотрен нормативно-правовыми актами, следовательно, отсутствовать в спортивных помещениях в отделах и подразделениях полиции.

Цель исследования: предложить и экспериментально обосновать модель спортивного зала, обеспечивающую полноценную физическую подготовку в территориальных отделах полиции

Гипотеза: предполагается, что спортивные залы для территориальных органов ОВД, сформированные по предложенной модели, будут способствовать полноценной и эффективной профессиональной подготовке

сотрудников; созданные условия для самостоятельной спортивной тренировки или обычным занятиям физической культурой вне рабочего времени позволят сотрудникам поддерживать физическую форму и укреплять здоровье.

Задачи исследования:

1. изучить нормативно-правовую базу и теоретические основы организации процесса физической подготовки в территориальных органах полиции;
2. проанализировать оснащение спортивных объектов территориальных отделов полиции для физической подготовки на местах;
3. разработать модель модернизации для оптимальной оснащённости спортивного объекта ОВД.
4. обосновать значимость разработанных моделей и рекомендаций для улучшения показателей физической и служебной подготовки сотрудников.

Объектом исследования являются спортивные залы для проведения занятий по физической подготовке среди сотрудников ОВД.

Предмет исследования – модернизация технического и материального оснащения спортивных залов ОВД для улучшения качества физической подготовки сотрудников.

Теоретико-методологической основой исследования явились научные труды отечественных и зарубежных ученых в области физической подготовки сотрудников органов внутренних дел, а также в области проведения занятий отдельных видов спорта, которые используются в системе профессиональной подготовки сотрудников полиции, нормативно-правовые акты Российской Федерации, локальные ведомственные акты органов внутренних дел, регулирующие исследуемые вопросы.

Стоит отметить исследования в области организации физической подготовки сотрудников полиции Торопова В.А., Разницын В.А., Панова О.С., Хажироков В.А.

Для реализации поставленных задач и проверки гипотезы был использован комплекс **методов исследования:** изучение и анализ специальной

и научной литературы, нормативно-правовых актов; сравнительный анализ ведомственных актов; обследование и сравнительный анализ спортивных залов территориальных отделов полиции; анкетирование и опрос сотрудников полиции; наблюдение за проведением занятий по физической подготовке сотрудников; педагогический эксперимент; моделирование функциональных зон.

Практическая ценность работы состоит в возможности использования полученных результатов в качестве методологической базы для оснащения спортивных объектов территориальных отделов полиции спортивным оборудованием и инвентарем, а также оптимального размещения данного оборудования на используемой площади ведомственного спортивного зала.

Внедрение результатов исследования. Внедрение результатов магистерского исследования происходила на базе Уральского юридического института МВД России.

1 Теоретические основы организации физической подготовки в органах внутренних дел

1.1 Характеристика основных аспектов процесса физической подготовки сотрудников полиции

Современный институт правоохранительных структур России в настоящее время находится на стадии реформ: появляются новые силовые ведомства, федеральные службы получают больше полномочий в своей служебной деятельности. Реформы продолжаются и внутри самих ведомств. В связи с этим стоит отметить, что профессиональная подготовка сотрудников должна находиться на должном уровне, система профессионального обучения должна быть выстроена так, чтобы при наступлении неблагоприятных условий своевременно и в кратчайшее сроки в полном объеме организовать физическую подготовку вновь принятого личного состава на местах несения службы.

Особое место среди правоохранительных структур стоит отнести Министерству внутренних дел Российской Федерации, данное ведомство имеет обширный перечень обязанностей по предупреждению, пресечению и расследованию уголовных преступлений и административных правонарушений, охране общественного порядка и т.д. В связи с этим профессиональная подготовка для сотрудника органов внутренних дел очень важна.

Как отмечает в своей статье Р.Г. Панферов [46, с. 113], кандидат юридических наук, преподаватель кафедры физической подготовки и спорта Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова, «эффективность выполнения служебных задач сотрудниками ОВД зависит от уровня профессиональной подготовки, в рамках которой ключевое значение имеет физическая подготовка».

Согласно пп. 3 п. 1 ст. 76 Федерального закона от 30.11.2011 № 342-ФЗ, подготовка кадров для органов внутренних дел осуществляется путем профессиональной, служебной и физической подготовки [42].

Физическая подготовка включает в себя следующие признаки [46]:

- это активная двигательная деятельность человека, которая формирует жизненно важные двигательные умения и навыки,
- повышает физическую работоспособность, уровень морфофункциональных свойств организма, а также укрепляет здоровье;
- содержит в себе комплекс материальных и духовных ценностей, удовлетворяющих потребности в эффективном совершенствовании физических возможностей человека.

Указанные признаки физической подготовки несомненно важны для служебной деятельности личного состава территориальных отделов полиции. Стоит отметить, что особая роль ей уделяется локальными правовыми актами Министерства внутренних дел Российской Федерации в рамках профессиональной подготовки сотрудников полиции.

Приказ Министерства внутренних дел Российской Федерации от 02.02.2024 № 44 разделяет физическую подготовку сотрудников полиции на общую, которая содержит в себе упражнения прикладной гимнастики, атлетическую подготовку, легкую атлетику, лыжи, плавание и спортивные игры, а также выделяется служебно-прикладной раздел (боевые приемы борьбы) и тактика применения [36]. Общая физическая подготовленность сотрудников ОВД России характеризуется уровнем развития базовых физических качеств (быстроты, силы, выносливости, координационных способностей, ловкости и гибкости), общей работоспособности и устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов служебной деятельности [2].

На практике в территориальных органах физическая подготовка проходит лишь в качестве изучения основных приемов задержания правонарушителя и отчасти в виде упражнения на развитие силовых качеств. Упомянутые

упражнения ограничены нормативами, необходимыми для успешной сдачи зачетов. Данная практика сложилась в виду профессиональной загруженности сотрудников и подразделений, в некоторых случаях из-за отсутствия условий для организации занятий.

Приказ МВД России от 02.02.2024 № 44 предусматривает три уровня организации физической подготовки [36]:

- базовый (для сотрудников, не являющимися сотрудниками полиции: подразделения предварительного следствия, тыл, кадровые подразделения, образовательные учреждения и т.д.);
- усиленный (для сотрудников полиции);
- специальный (для сотрудников специальных подразделений).

В данной работе рассматривается усиленный уровень, который предусматривает организацию занятий по физической подготовке в количестве не менее 100 часов:

- общая физическая подготовка не менее 30 часов, в том числе на спортивные игры – не менее 10 часов;
- изучение и отработка боевых приемов борьбы – не менее 60 часов;
- тактика применения боевых приемов борьбы – не менее 10 часов.

Учебный год начинается в территориальных органах с 1 февраля и длится до 31 декабря, что составляет 49-50 недель. В неделю предусматривается одно занятие по 2 часа. С учетом того, что 70 часов отдается для отработки боевых приемов борьбы и тактики их применения, то на развитие общих физической подготовки уделяется всего, примерно, 2 занятия в месяц, что, несомненно, мало с учетом прилагаемого приказом перечня спортивных дисциплин.

К сожалению, физическая подготовка воспринимается лишь как учебная дисциплина, строго регламентированная по времени и сроку проведения. При этом профессиональную подготовку, в рамках которой проводятся занятия по физической подготовке, необходимо рассматривать как понятие, интегрирующее в себе уровень разносторонней подготовленности сотрудников [63]. Следовательно, необходимо говорить о профессиональной

подготовленности, профессиональном образовании, профессиональной деятельности, о профессионализме сотрудников, но не о профессиональной подготовке, как предмете обучения [63].

Физическая подготовка сотрудника является гарантией качественного выполнения служебных задач по обеспечению общественной безопасности и личной безопасности самого сотрудника [5].

Следует заметить, что отсутствие необходимого инвентаря и спортивного оборудования отрицательно будут влиять на эффективность подготовки сотрудников внутренних дел. При этом одной из задач физической подготовки сотрудника полиции является формирование выносливости, силы, силовой выносливости, гибкости, ловкости, а также боевых приёмов борьбы и других боевых навыков [60]. Правильная техника выполнения боевых приемов борьбы, заключающаяся в их точной структуре, быстроте выполнения и оптимальном силовом воздействии, при многократном повторении на несопротивляющемся ассистенте позволяет сотруднику приобрести необходимый навык их выполнения; подготовленность к таким ситуациям должна моделироваться в условиях, позволяющих регулировать сопротивление от малых до значительных величин [64]. Без необходимого оборудования спортивного зала для тренировочного процесса нельзя развить у личного состава подразделения указанных физических качеств. Например, при отсутствии борцовского ковра невозможно качественно обучить самостраховке при падении, а значит занятия по отработке элементов борьбы будут травмоопасными, неэффективными.

Согласно исследований других авторов наличие учебной базы для проведения занятий по огневой и физической подготовке выглядит следующим образом [5]:

- не имеют собственных объектов – 30%;
- имеют собственные объекты – 43%;
- используют объекты на договорной основе – 27%.

Это подтверждает, что менее половины территориальных отделов полиции имеют собственные спортивные объекты, остальные же сталкиваются с проблемой организации физической подготовки своего личного состава.

Ведомственные нормативно-правовые акты, содержащие в себе требования к спортивным помещениям территориальных отделов полиции, отсутствуют, материальное оснащение спортивных объектов предусмотрено приказом Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418, который содержит в себе список обеспечения спортивным инвентарем, оборудованием и имуществом органы внутренних дел Российской Федерации [33]. Указанный список изложен в норме № 5 приложения № 1 приказа для оснащения как тренажерного зала, так и игровой зоны, и зоны для единоборств. Данный список формальный, нормы положенности не обоснованы. Более подробно приказ будет рассмотрен в следующих главах.

Для определения оптимального оснащения спортивного зала необходимо определить количество занимающихся.

Согласно приказа Министерства внутренних дел Российской Федерации от 30 апреля 2011 года № 333 [26] подразделения в составе территориального отдела имеют минимальную численность от 2 до 12 единиц (группа – 2 единицы, отделение – 4 единицы, отдел – 8-12 единиц). Линейные подразделения имеют штатную численность в среднем от 20 до 40 единиц, при этом пункты полиции могут иметь численность до 20 сотрудников, в зависимости от обслуживаемой территории.

Строевые подразделения также имеют свою закрепленную численность:

- отделение – 9 единиц;
- взвод – 25 единиц;
- рота – 50 единиц.

Брать в расчет батальоны и полки полиции нецелесообразно, так как проведение занятий по физической подготовке большим составом очень затруднительно и в материально-техническом плане, а также в виду необходимости выполнения оперативно-служебных задач.

Исходя из минимальной численности территориальных подразделений необходимо предполагать количество сотрудников, задействованных на занятиях по физической подготовке, от 10 до 50 человек. В связи с этим нормы положенности спортивного инвентаря должны исходить из числа занимающихся.

Влияние на организацию физической подготовки в территориальных отделах полиции и посещению данных занятий также оказывает график несения службы некоторых подразделений: дежурная часть, патрульно-постовая служба, дорожно-патрульная служба, конвойные подразделения изоляторов временного содержания обвиняемых и подозреваемых и другие службы, несущие службу посменно. В связи с этим любое из указанных выше подразделений не может проводить занятие по физической подготовке в полном составе, так как определенная группа сотрудников будет находиться на службе. Выходом из сложившейся ситуации можно предложить проведение занятий с каждой дежурной сменой отдельно. Данная практика сложилась в ФКУ СИЗО-5 Главного управления Федеральной службы исполнения наказания Российской Федерации по Красноярскому краю, где дежурные смены несут службу посменно. Физическая подготовка проводится с данными сотрудниками в основном перед заступлением в ночную смену, личный состав прибывает на спортивный объект к определенному заранее времени с учетом того, чтобы после проведенного занятия по физической культуре в течении часа быть готовыми для заступления на службу.

Стоит заметить, что указанная практика сложилась только с подразделениями, которые имеют сменный график несения службы, но не подходит для тех служб, которые ежедневно выходят на работу. Например, участковым уполномоченным полиции в соответствии с приказом МВД, регламентирующим их деятельность [27], рабочее время установлено с 10.00 часов до 20.00 часов, с обеденным перерывом в два часа, при этом участковые уполномоченные полиции несут службу с табельным оружием. Таким образом, для посещения спортивного объекта в рабочее время участковым

уполномоченным полиции необходимо сдать табельное оружие для исключения возможности его завладения другим лицом. В случае отсутствия собственного спортивного помещения в территориальном отделе полиции, сотрудникам данной службы представляется затруднительно посещать физкультурно-спортивные клубы и спортзалы иных учреждений, в особенности в отсутствие таких учреждений вблизи места несения службы. В этом случае мы один раз в неделю будем отвлекать все подразделение от выполнения возложенных на них оперативно-служебных обязанностей на неопределенное время в виду проведения процедуры приема-сдачи табельного оружия и следования к месту проведения занятия по физической подготовке.

Еще одним вариантом проведения занятий по физической подготовке в виду загруженности подразделения отдела полиции является самостоятельная подготовка самих сотрудников. Самостоятельна физическая подготовка сотрудников, систематическое и комплексное использование элементов физической культуры и спорта, с включением их в распорядок дня и образ жизни поможет сотруднику полиции высококвалифицированно выполнять должностные обязанности на протяжении всей профессиональной деятельности без ущерба для здоровья, иметь моральное удовлетворение результатами своего труда [7].

При этом в случае отсутствия собственного спортивного помещения проведение занятия по физической подготовке с отдельной дежурной сменой или самостоятельного занятия отдельным сотрудником, становится почти невозможным. Данный факт может послужить пропуску занятий, а значит и неполного выполнения учебного плана, что может послужить недостаточной квалификации сотрудника полиции в области применения физической силы.

Можно сделать вывод, что физическая подготовка в системе органов внутренних дел имеет особое значение. Об этом указывают научные работы исследователей, а также строгая регламентация организации профессиональной подготовки нормативно-правовыми актами Министерства внутренних дел Российской Федерации. Стоит отметить, что сам процесс организации

физической подготовки для сотрудников полиции четко определен ведомственными приказами. При этом необходимо законодательно определить требования или рекомендации к спортивным помещениям территориальных отделов полиции, их оснащению согласно численности занимающихся учебных групп.

1.2 Оснащения спортивных залов территориальных отделов полиции

1.2.1 Оснащение тренажерного зала

Согласно наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации основными средствами реализации данной подготовки являются общие физические упражнения, которые направлены на развитие силы, быстроты, ловкости и выносливости сотрудника [30].

Данное наставление содержит общие сведения об организации физической подготовки на местах, при этом не конкретизируя оснащенность имеющихся спортивных залов. Отсутствие определенного стандарта для спортивных объектов полиции и их оснащенности зачастую вызывает проблемы выбора тренажеров. В настоящее время появилось большое разнообразие спортивного инвентаря, который можно приобрести для занятий спортом, но не всякий инвентарь гарантирует эффективность проводимых занятий.

Приказ Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418, указанный ранее в главе 1.1 содержит в себе список спортивного инвентаря для тренажерного зала. Хотелось бы отметить, что согласно данному приказа снабжение указанным инвентарем является децентрализованным, нормы оснащенности тем или иным инвентарем фактически не обоснованы. В качестве примера можно привести положенность многофункциональных тренажеров, а именно для отдела или подразделения с

численностью 101-200 человек необходимо 6 таких тренажеров. Можно заметить, что сами по себе многофункциональные тренажеры однотипны, то есть наличие их в таком количестве приведет лишь к их простоям. Кроме этого, отсутствует указание на кардиотренажеры, стойки для штанги и иные силовые тренажеры.

Утративший силу приказ Министерства внутренних дел Российской Федерации от 22 ноября 2003 года № 905 содержал в себе аналогичные нормы положенности, но при этом вместо многофункциональных тренажеров в нем были указаны силовые тренажеры, а значит при закупки спортивного имущества имелся выбор различного инвентаря, подходящего под это обозначение [32]. Хотя в данном приказе также не указаны иные тренажеры, кроме силовых, что также нецелесообразно при решении вопроса об оснащении спортивного объекта.

Согласно общероссийского классификатора продукции по видам экономической деятельности среди продукции (ОКПД2 32.30.14.121) значится «Тренажеры силовые» [25]. Многофункциональный тренажер является разновидностью силового тренажера, что подтверждается позицией в каталоге товаров, работ и услуг (КТРУ 32.30.14.121-00000004 «Комплекс тренажерный многофункциональный») [11]. Кроме этого, тренажеры силовые имеют еще 86 позиций в каталоге товаров, работ и услуг, тем самым приказ Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418 ограничил нас в выборе тренажеров для оснащения спортивного объекта территориального отдела полиции.

Хотелось бы провести аналогию с приказом Федеральной службы исполнения наказания Российской Федерации от 24 июня 2013 года № 359, в котором указан примерный перечень оборудования и инвентаря тренажерного зала учреждений уголовно-исполнительной системы [28]. Согласно приложения № 10 рекомендовано оснастить тренажерный зал гантелями, гириями, универсальной наклонной доской, кардиотренажерами, индивидуальным ковриком, спортивным матом, навесной универсальной

перекладиной, силовыми тренажерами, стойкой под гантели, различными атлетическими скамьями, тренажером «Т-тяги», тренажером для мышц спины, штангой и тяжелоатлетическими обрезными дисками и иным другим спортивным инвентарем. Отметим, что указанный приказ дает лишь рекомендации в оснащении, конкретных норм положенности он не имеет, поэтому при наличии хотя бы пары позиций из данного списка в тренажерном зале, можно сделать вывод, что он оснащен. Данный факт не гарантирует качественную организацию занятий по физической подготовке среди сотрудников.

Следует отметить, что приказ Федеральной службы исполнения наказания Российской Федерации от 24 июня 2013 года № 359 в отличие от приказа Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418 содержит в себе примеры рекомендуемого тренировочного оборудования. Применимо к силовым тренажерам приказ Федеральной службы исполнения наказаний предлагает рассмотреть вариант оснащения многофункциональной (универсальной) силовой станцией, кроме этого он приводит в пример иные тренажеры (гакк-присед, верхний и нижний блок, машина «Смитта») для комплектования.

Размеры помещения и его техническое оснащение для тренажерного зала приказами Министерства внутренних дел Российской Федерации не урегулировано. В этом случае стоит обратиться к Своду правил 332.1325800.2017 «Спортивные сооружения. Правила проектирования» [55]. Согласно п. 6.2.29 для залов общефизической подготовки площадь кардиозоны или силовой зоны определяется из расчета 6 квадратных метров на единицу оборудования (тренажер), а для свободной зоны – не менее 11,5 квадратных метров на одного занимающегося. Высота залов должна быть не менее 4 метров. В силовой зоне обязательно предусматривается специализированное покрытие или тренировочный помост. При этом точных параметров и оснащенности спортивного помещения нет, так как все зависит от задания на проектирование.

Таким образом можно сделать вывод, что в Министерстве внутренних дел Российской Федерации ведомственным актом определен перечень тренировочного инвентаря для силовой и общефизической подготовки, который, согласно сравнения с приказом Федеральной службы исполнения наказания Российской Федерации, требует доработки в плане конкретизации оборудования. Данная конкретизация необходима в том числе и для проектирования тренажерного зала, согласно свода правил 332.1325800.2017.

Стоит отметить, что по поводу общефизической и силовой подготовки сотрудников имеются исследования, которые содержат в себе в том числе и рекомендации по использованию тренировочного оборудования.

Согласно исследованиям, проведенным сотрудниками Северо-Кавказского института повышения квалификации филиала Краснодарского университета Министерства внутренних дел России, физические упражнения предупреждают утомление и поддерживают работоспособность на длительное время [61]. Упражнения, рассмотренные в данной работе ограничены требованиями «Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации», так как их успешное выполнение означает сдачу зачетов. Но следует отметить, что в таком контексте наличие спортивного зала не требуется, так как необходимо минимальное количество инвентаря, а в случае выбора упражнения «сгибание и разгибание рук в упоре лежа» всеми сотрудниками, принятие зачетов можно организовать вне здания территориального отдела. Опять же мы не можем говорить о качестве такой физической подготовки. К примеру, выполнение упражнения «подтягивание на перекладине» может подготовить сотрудников к преодолению препятствия при преследовании преступника или предупреждении совершения противоправных деяний.

Следует отметить, что в указанной выше работе предложены упражнения, выполняемые с использованием гимнастических брусев, колец, шведской стенки, тренажеров, гирь, штанги, гантели, каната или шеста и других [61]. При этом авторы просто перечисляют альтернативы в выборе

спортивного оборудования, не уделяя должного внимание на необходимый тренировочный инвентарь для спортивного зала.

На основе проведенного исследования сотрудниками Волгоградской Академии МВД России, в котором они ссылаются на конкретные физические упражнения для развития силы, можно сделать вывод о потребности в оснащении зала определенными тренажерами [45]. В указанной научной работе упражнения разделены по локальному принципу воздействия на те или иные мышечные группы, а именно для развития мышц рук, плечевого пояса, спины, груди и ног. Исходя из данного материала можно сделать вывод, что спортивный зал должен быть укомплектован блоковым тренажером со встроенными весами «Кроссовер», блоковым тренажером верхней и нижней тяги, машиной Смита, наклонными скамьями, тренажером для гиперэкстензии, Т-образным грифом, тренажерами для ног со встроенными весами или со свободными, тренажер для развития грудных мышц «Бабочка».

Следует отметить, что данное исследование носит рекомендательный характер, так как это не все упражнения, которые можно использовать, также имеется большое разнообразие тренажерных устройств, которые изолированно воздействуют на определенную мышечную группу и их невозможно использовать для тренировки другой области мышц.

Сотрудники Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова отмечают важность в выработке оптимальной программы силовой подготовки, так как сотрудник органов внутренних дел должен быть сильнее и ловчее среднестатистического гражданина [46]. Одним из предложенных ими упражнений для развития общей физической силы является жим штанги лежа, так как он хорошо подходит для сотрудников с различными антропометрическими характеристиками.

Хотелось бы обратить внимание на исследования в разработке спортивного комплекса для пожарных-спасателей с целью проведения аналогии для более тщательного изучения рассматриваемой проблемы [3]. В данной работе исследователи рассмотрели проявляющуюся проблему с ожирением

сотрудников Министерства чрезвычайных ситуаций Российской Федерации, а также возникшую проблему с опорно-двигательным аппаратом. Решением указанного вопроса они посчитали создание спортивного комплекса упражнений. При анализе данного комплекса можно сделать вывод, что упражнения построены на использование многофункционального блочного тренажера, что несомненно указывает на целесообразность в оснащении им ведомственного спортивного зала.

Кроме силовых тренажеров, исследователи в своих работах также отмечают необходимость использования отягощения (штанги, гири, гантели) для скоростно-силовой подготовки [56; 24]. Данные качества необходимы сотруднику полиции для успешного применения боевых приемов борьбы в отношении правонарушителя. При этом физические упражнения с максимальным весом способствуют эффективному развитию взрывных способностей, а упражнения с небольшим весом способствуют развитию более высокой скорости [24].

Таким образом, можно отметить, что наличие тренажерного зала в территориальном отделе полиции необходимо не только для развития силовых показателей личного состава, но и для поддержания здоровья, выработки скоростно-силовых качеств, необходимых сотруднику для успешного противостояния с правонарушителем. Для этих целей нужны тренажеры, охватывающие все группы мышц, в том числе и блочные тренажеры, а также тренировочный инвентарь в виде штанг, гирь, гантелей.

Можно сделать выводы по изученному материалу, что в настоящее время в правовой системе Министерства внутренних дел отсутствуют четкие требования по оснащению тренажерного зала территориального органа, нормы положенности носят формальный характер, ничем не подкреплены. Конкретизация данных норм необходима для планирования тренажерного зала в спортивном помещении территориального органа внутренних дел, а также для организации полноценной физической подготовки. Определить точный перечень спортивного оборудования необходимо при помощи сравнения с

нормативно-правовыми актами иных силовых ведомств, а также с действующим сводом правил. Кроме этого, необходимо использовать научные работы исследователей в области применения силовых тренажеров и инвентаря в физической подготовке сотрудников силовых ведомств.

1.2.2 Оснащения зала для спортивных единоборств

Согласно статьи Федерального закона от 7 февраля 2011 года № 3-ФЗ «О полиции» сотрудник имеет право в определенных случаях применять физическую силу, в том числе боевые приемы борьбы [41]. Следует отметить важность умения полицейского качественно применять силу, а именно законодатель дает право проводить боевые приемы борьбы в отношении нарушителя, в том числе и в тех случаях, когда разрешено применять специальные средства и огнестрельное оружие. Кроме этого, стоит не забывать, что на применение специальных средств и оружия имеются законодательно прописанные ограничения, а в некоторых сложившихся ситуациях применить их может быть невозможно.

Практика применения сотрудниками полиции силы неоднократно исследовалась с правовой точки зрения. Исследователями рассматривались правомерность использования специальных средств, применение физической силы при подавлении сопротивления действиям представителя правоохранительных органов. В своей работе А.Н. Волков и С.В. Кузнецов ссылаются на статистику причинения вреда задерживаемому лицу и сотруднику полиции, где указывают, что применение неконтактных средств воздействия более безопасно, в том числе и для полицейского, чем физическое воздействие, непосредственно контактным способом [6]. А в случаях, когда у сотрудника отсутствуют навыки применения боевых приемов борьбы, возможность причинения вреда последнему возрастает.

В ходе исследования вопроса оснащения спортивного зала для проведения занятий по боевым приемам были изучены учебное пособие для

ведомственных вузов правоохранительных структур, а также научные статьи по организации занятий по изучению боевых приемов борьбы.

Учебное пособие по физической подготовке сотрудников уголовно-исполнительной системы содержит в себе примерный перечень оборудования для организации занятий по спортивным единоборствам. Среди предлагаемого инвентаря имеется как стандартное оборудование (боксерский мешок, борцовский манекен), так и изготовленное собственными силами (тренажер для набивки рук и коленей, макивары) [52]. Стоит отметить, что авторы данного учебного пособия указывают на необходимость наличия конструкций, которые необходимы для моделирования ситуаций применения физической силы сотрудником для пресечения противоправных действий.

Само занятие по изучению боевых приемов борьбы должно строиться в целях формирования у сотрудника навыков действий. Тренировочная деятельность состоит из стратегии (только умственных действий), тактики (умственных и двигательных действий) и техники (только двигательных действий) [32]. В связи с этим первоначально необходимо формирование навыков технических действий. Процесс обучения указанным действиям происходит вначале без сопротивления, затем с регламентированным сопротивлением, что позволяет обрести не только умения, но и навыки двигательных тактико-технических действий [23].

Согласно исследования сотрудников Дальневосточного юридического института МВД России можно утверждать, что бросковая техника при пресечении правонарушений сотрудниками полиции на практике применяется редко, что является результатом недостаточного внимания к изучению данных боевых приемов борьбы на проводимых занятиях по физической подготовке по месту несения службы [22]. Стоит заметить, что причина отсутствия должного внимания к элементам борьбы может крыться в недостаточном оснащении спортивного зала, а именно в необходимости комплектования борцовским ковром. При этом основные группы приемов, применяемые сотрудниками полиции, согласно утвержденного положения, являются техническими

средствами таких видов спорта, как дзюдо, самбо и рукопашный бой [32], которые предусматривают в себе применение борцовской техники.

Стоит отметить важность применения комплекса подводящих упражнений к броскам в процессе обучения сотрудников полиции, в том числе с применения тренировочного оборудования [65]. В данном комплексе рассматривается спортивный инвентарь как амортизационный (резина, пружина), так и неамортизационный (пояс от куртки самбо или кимоно). Использование указанного оборудования позволяет индивидуально отрабатывать отдельные элементы броска в случае отсутствия партнера на занятиях, что подтверждает актуальность качественного оснащения спортивного зала для единоборств.

Следует не забывать о важности владения сотрудниками полиции техникой нанесения ударов. Согласно научной работы исследователей Северо-Кавказского института повышения квалификации филиала Краснодарского университета МВД России курсанты и слушатели образовательных учреждений МВД должны владеть и совершенствовать ударную технику, на тренировках руки и ноги необходимо подготавливать к нанесению мощных ударов [62]. В указанной работе исследователи отмечают, что отработка ударов производится в последовательности от выполнения удара в воздух до нанесения по ударным тренажерам. Кроме этого, указывается, что для развития скоростно-силовых качеств необходимо использовать отягощение, а именно гантели, ядра, камни. Хотелось бы отметить, что следует оснастить тренировочный зал медболами различных весов, что позволит организовать отработку приемов и общую физическую подготовку сотрудников полиции, а также в отличие от ядер и камней, медболы более безопасны как для самих занимающихся, так и для тренировочного помещения.

Касательно экипировки для занятий спортивными единоборствами необходимо отдать предпочтение снаряжению для армейского рукопашного боя, так как в данном виде спорта используются закрытый шлем, защитный жилет, что создает определенные ограничения при движении бойца

(сотрудника). Данные вопросы в своей работе рассматривают сотрудники Сибирского юридического института МВД России [53]. Согласно данного исследования тренировочные занятия по отработке боевых приемов борьбы должны проводиться в защитной экипировке, что позволяет моделировать ситуации при выполнении сотрудником оперативно-служебных задач в бронежилете и каске (шлеме). Кроме этого исследователи указывают в своей работе, что нанесения расслабляющих ударов в защитной экипировке позволяет минимизировать шанс получения сотрудником травмы во время занятий, а также позволяет бойцу отработать прием до автоматизма с нанесением удара, а не его обозначением.

Согласно изученного материала можно отметить, что для проведения занятий по изучению боевых приемов борьбы необходимо иметь спортивный зал, оборудованный борцовским ковром, имеющий снаряды для отработки и постановки ударов. Кроме этого, необходимы вспомогательный спортивный инвентарь (метболы, борцовская резина), которые играют большую роль в специальной физической подготовке бойца, а именно скоростно-силовая подготовка, изучение бросковых движений и т.д. Спортивная экипировка решает сразу несколько задач: способствует безопасному изучению и отработке приемом борьбы; проведению тактических занятий по применению боевых приемов борьбы.

Практика показывает, что зачастую сотрудники полиции неспособны применить физическую силу, а также боевые приемы борьбы для преодоления оказываемого противодействия со стороны правонарушителя, что указывает на пробелы в профессиональной подготовке [48]. Данная проблема кроется не только в самой системе обучения боевыми приемами борьбы, а также в некачественном оснащении спортивных залов по месту службы сотрудников полиции.

Приказ Министерства внутренних дел от 5 мая 2018 года № 275 указывал нам, что «профессиональная служебная и физическая подготовка осуществляется по месту службы сотрудников в целях совершенствования их

профессиональных навыков, необходимых для выполнения служебных обязанностей, в том числе в условиях, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия» [37]. Такую же норму содержит в себе приказ Министерства внутренних дел от 2 февраля 2024 года № 44, который заменил приказ МВД России № 275. То есть обучение должно проходить без отрыва сотрудника на длительный период от выполняемых им оперативно-служебных задач. Таким образом, можно сделать вывод, что спортивный зал территориального органа внутренних дел должен быть укомплектован инвентарем, способствующим организации полноценного занятия целого подразделения и исключающим случайного получения травм личным составом.

Согласно наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации сотрудники полиции изучают удары рукой, локтем и ногой, защиту от данных ударов, загибы и рычаги руки, а также броски и удушающие приемы [30]. При этом данный правовой акт не содержит в себе конкретные нормы, указывающие на оснащение служебного помещения для единоборств. Пункт 52 данного Приказа лишь рекомендует нам проводить занятия в зале, оборудованном борцовскими и боксерскими снарядами, а также в условиях, приближенных к применению физической силы в ходе осуществления сотрудником оперативно-служебных задач: занятия на местности с моделированными ситуациями, в квартире, вагоне поезда, улице и т.д.

Стоит отметить, что наставление по физической подготовке учреждений уголовно-исполнительной системы, утвержденное приказом Министерства юстиции Российской Федерации от 12 ноября 2001 года № 301, содержит в себе аналогичные нормы организации физической подготовки по изучению элементов борьбы, а именно не дает конкретики по оснащению учебно-тренировочной базы спортивного зала для единоборств.

На основании анализа требований к знаниям, умениям и навыкам сотрудников силовых ведомств по применению боевых приемов борьбы, можно

сделать вывод, что спортивный зал, предназначенный для занятий единоборствами, должен быть оснащен инвентарем и снарядами для проведения занятия по борьбе и изучения ударов, а также иметь устройства, с помощью которых можно смоделировать различные служебные ситуации.

В сравнении с указанными выше нормативными актами наставление Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации содержит в себе рекомендации к тренировочным площадкам [29]. Согласно данному наставлению занятия по боевым приемам проводятся на специально подготовленных площадках или в спортивном зале в случае обучения приемам без оружия. Занятия с оружием и средствами индивидуальной защиты проводятся на специальных площадках, оборудованных переносными препятствиями, ударными тренажерами, траншеями, блиндажами и т.д. Стоит отметить, что данный приказ в отличие от нормативных актов МВД России и ФСИН России содержит в себе рекомендации по организации тренировочного процесса на различных специализированных объектах, но все же нет конкретных сведений по наличию того или иного спортивного оборудования, данных норм нет и в приказе по оснащению учебно-тренировочных баз подразделений и частей Росгвардии [34]. Данное сравнение особенно актуально в связи с тем, что Федеральная служба войск национальной гвардии является молодым силовым ведомством, ранее входившая в состав Министерства внутренних дел, а также потому, что территориальные отделы вневедомственной охраны и лицензионно-разрешительной работы не имеют в своих подразделениях спортивного объекта для физической подготовки, поэтому используют спортивный зал отдела полиции, с которым соседствуют.

Перечень оборудования спортивного зала для территориального отдела полиции изложен в норме № 5 приложения № 1 Приказа Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418 в том числе и для проведения занятий по спортивным единоборствам [33]. Стоит отметить, что нормы оснащённости тем или иным инвентарем фактически не обоснованы. К примеру, указанная позиция «груша боксерская пневматическая»

подразумевает под собой спортивный инвентарь, который крепится к специальной платформе (данная платформа указана также в нормах комплектации), но при этом стоит рассмотреть необходимость в комплектации спортивного зала и пневматической боксерской грушей на растяжках, которая не указана в нормах положенности.

Кроме этого, в данном приложении указывается только название позиции, но отсутствует характеристика объекта, а именно его размеры, вес, материал, что отрицательно может сказаться на физической подготовке сотрудников.

Также не стоит предусматривать комплектование боксерским рингом территориальные отделы полиции небольшой численностью, ввиду возможного отсутствия большого помещения для проведения занятий спортом для сотрудников. Правила для бокса предусматривают собой ринг, имеющий форму квадрата, размером от 4,90 до 6,10 метров по внутренней линии канатов [49]. Стоит отметить, что ринг расположен на помосте высотой 1 метр. Наличие ринга в спортивном зале означает отсутствие мобильного оборудования в данной функциональной зоне.

Достаточно рассмотреть нормы положенности борцовского ковра. При этом приказ Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418 не содержит размеры борцовского ковра. Согласно свода правил 332.1325800.2017 рабочая площадь для занятий дзюдо составляет минимально составляет 8х8 метров, максимальная площадь составляет 10х10 метров, для занятий самбо рабочая площадь составляет от 6 до 9 метров в диаметре [23]. Кроме этого, согласно правилам вида спорта, рукопашный бой размер ковра составляет 8х8 метров, для многораундовых боев – 6х6 метров [51]. Таким образом, мы имеем несколько возможных размеров борцовского ковра, которые можно использовать в оснащении спортивного зала органов внутренних дел.

Указанные аспекты лишь подтверждают формализм при составлении позиций и норм комплектации спортивным инвентарем и оборудованием территориальных отделов полиции.

Стоит провести аналогию с Приказом Федеральной службы исполнения наказания от 24 июня 2013 года № 359, в котором указан примерный перечень оборудования и инвентаря борцовского зала учреждений уголовно-исполнительной системы [28]. Согласно приложения № 9 рекомендовано оснастить борцовский зал комплектом борцовского ковра, борцовским тренировочным манекеном, мешками и грушами, экипировкой для рукопашного боя, бокса и самбо и иным другим спортивным инвентарем. Отметим, что указанный приказ дает лишь рекомендации в оснащении, каждая позиция имеет примеры рекомендуемого тренировочного оборудования. Применимо к боксерским мешкам и грушам указанный приказ предлагает настенные и апперкотные подушки, пневмоплатформы и борцовские мешки. Но каждая позиция не имеет конкретных норм положенности, нельзя точно сказать в каком количестве тренировочного инвентаря ведомственное учреждение должно быть оснащено. Данный факт не гарантирует качественную организацию занятий по изучению боевых приемов среди сотрудников.

На основе анализа нормативных актов различных правоохранительных ведомств можно сказать, что проблема правового регулирования оснащения спортивных залов, а также мест специальной профессиональной подготовки, присутствует везде. Формальный подход к регламентированию вопроса об организации физической подготовки может отрицательно сказаться на способности сотрудников применять боевые приемы борьбы в экстремальных ситуациях и привести к несчастным случаям. Таким образом, рассматриваемая проблема в данной работе актуальна не только для территориальных органов МВД России, но и для других силовых структур.

Таким образом, можно сделать вывод, что фактически обоснованный перечень спортивного оборудования и экипировки для изучения боевых приемов борьбы, послужит не только качественному изучению техники их

выполнения, но и отработке тактики их применения. Данный перечень необходимо сформировать на основе действующего приказа Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418, после анализа с ведомственным приказом Федеральной службы исполнения наказания, а также актуальными правилами видов спорта и сводом правил.

1.2.3 Оснащение зала для игровых видов спорта

Согласно приказа Министерства внутренних дел Российской Федерации от 2 февраля 2024 года № 44 общая физическая подготовка включает в себя спортивные игры (волейбол, футбол, регби и другие). Тем самым игровые виды спорта совместно с занятиями по атлетической гимнастике и боевыми приемами борьбы направлены на развитие у сотрудников физических качеств, способствующих выполнению ими своих непосредственных служебных задач.

В настоящий момент в МВД России проводятся регулярные ведомственные соревнования по игровым видам спорта как на всероссийском уровне, так и на уровне территориального органа внутренних дел. Занятие игровыми видами спорта положительно влияют на физическую подготовку сотрудников полиции. Игра дает кардионагрузку на организм, развивая выносливость, скорость, быстроту реакции, что необходимо в повседневной оперативно-служебной деятельности полицейского.

Спортивные игры хорошо дополняют тренировки по изучению боевых приемов борьбы. К примеру, исследование по применению подвижных игр в процессе подготовки квалифицированных борцов-курашистов показало, что относительный прирост наступательных действий в экспериментальной группе составил 9,12% и это указывает на эффективность использования комплекса подвижных игр [1].

В качестве примера игрового вида спорта в системе органов внутренних дел можно рассмотреть волейбол. В своей работе сотрудники Волгоградской академии МВД России отмечают, что волейбол развивает общие (сила

быстрота, выносливость) и специальные («взрывная» сила, прыгучесть, акробатическая ловкость) физические качества, высокую подвижность нервных процессов, что дает возможность волейболисту быстро ориентироваться в постоянно изменяющихся ситуациях [17].

Исследователи из Белгородского юридического института МВД России имени И.Д. Путилина указывают на положительную тенденцию в улучшении физических показателей курсантов ведомственного образовательного учреждения, занимающихся мини-футболом, на уровень беговой подготовленности и функциональных возможностей, связанных с проявлением высоких результатов в беге. Кроме этого, в данной работе указано, что спортивные игры ставят игроков в определенные временные рамки, что требует от них быстрого принятия решений в условиях напряженности, непрерывно меняющейся ситуации и интенсивности игры [58].

С указанными точками зрения нельзя не согласиться, так как спортивные игры развивают основные физические качества, необходимые для сотрудника полиции. В ходе состязаний в рамках занятий по игровым видам спорта, они только совершенствуют свои физические и психологические способности, но и развивают такие нравственные качества, как стремление к победе, уверенность в себе, сопереживание за результат всех участников команды - «командный дух» [20].

Кроме этого стоит обратить внимание, что спортивные игры также являются одним из видов рекреационно-оздоровительной физической культуры, их можно использовать для профилактики стрессов и эмоционального перенапряжения сотрудников, для активного отдыха личного состава [44].

Стоит не забывать про такой игровой доступный вид спорта, как настольный теннис. Согласно исследования о влиянии указанной спортивной дисциплины на представителей профессий, связанных с водительской, операторской и диспетчерской и другими аналогичными видами деятельности, можно судить о развитии общих и специальных физических и психологических

качеств [4]. Для сотрудников полиции указанные виды профессиональной деятельности характерны для водительского состава и дежурных смен дежурной части отдела полиции. Настольный теннис позволяет развивать быстроту реакции, способность переключать и распределять внимание. Особенно это важно при наличии в подразделении специалистов старших возрастных категорий [4].

Проведенные учебно-тренировочные занятия в рамках данного исследования показали, что свойства внимания обучаемых значительно улучшились, средний уровень общей физической подготовки улучшился на 21 % [4].

Результаты проведенного исследования показывают, важность спортивных игр в системе физической подготовки сотрудников полиции, так как они развивают необходимые для повседневной службы физические качества, сплачивают коллектив, позволяют активно отдыхать личному составу, тем самым снимают эмоциональное напряжение как с отдельно взятого сотрудника, так и с целого коллектива.

Нормы положенности для обеспечения территориальных отделов полиции спортивным инвентарем для этих спортивных дисциплин указаны в приказе Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418, где имеется спортивный инвентарь и оборудование для игровых видов спорта. При этом в правовой системе Министерства внутренних дел Российской Федерации отсутствуют нормативно-правовые акты, содержащие требования к игровым спортивным помещениям органов внутренних дел.

Для определения размеров спортивного объекта, необходимо обратиться к Своду правил 332.1325800.2017, где в п. 6.2. указаны размеры спортивных площадок для игровых видов спорта, а также размеры спортивной зоны, высота объекта.

Каждый из игровых видов спорта имеет свои требования к размеру площадки. Волейбол требует игровую площадку с размерами 18 метров в длину и 9 метров в ширину, при этом со всех сторон необходима свободная зона

минимум 3 метра. Таким образом, спортивный зал, в котором можно проводить занятие по волейболу, должен иметь минимальные размеры 24x15 метров, высотой не менее 7 метров.

Для занятий по мини-футболу необходима спортивная площадка длиной (линия ворот) от 25 до 42 метров, ширина (боковая линия) от 16 до 25 метров. Для баскетбола необходима игровая площадь размером 28 метров в длину и 15 метров в ширину, измеряемая от внутренних краев ограничивающей линии, а для разновидности данной игры баскетбола 3x3, согласно официальным правилам Международной федерацией баскетбола (ФИБА) действующие с 29 августа 2019 года [38] площадка имеет размеры 15x14 метров с одним кольцом. Как вариант для небольших отделов полиции с численностью до 100 человек стоит рассмотреть возможность обустроить спортивное помещение с игровой зоной для баскетбола 3x3, что не требует большой площади для игровых видов спорта, а также для оптимизации спортивного зала при проведении занятий в том числе атлетической гимнастикой и спортивными единоборствами.

При этом стоит отметить, что свод правил 332.1325800.2017 содержит в себе лишь сведения по отдельным площадкам, размеров конкретного спортивного зала он не имеет.

Для сравнения стоит обратиться к своду правил 31-112-2004 «Физкультурно-спортивные залы» [54]. Согласно п. 4.2.3 данного свода правил наиболее распространенными залами являются спортивный зал с размерами 30x18 метров, который предусмотрен для волейбола, баскетбола и бадминтона, а также 36x18 метров, позволяющий проводить занятия по теннису. Рассматривая высоту потолков спортивного помещения, стоит также обратиться к данному своду правил, где указано, что минимальная высота до низа выступающих конструкций составляет 7 метров, максимальная — 12,5 метров в зависимости от уровня спортивного мероприятия.

Следует отметить, что игровые виды спорта можно проводить вне помещения, а именно на уличных спортивных площадках или стадионах. В данных вариантах имеются свои недостатки. Так как проведение занятий на

открытом воздухе напрямую зависит от погодных условий. Кроме этого, данные спортивные сооружения могут быть расположены не в прямой близости с территориальным органом, что дополнительно требует выделения определенного времени на дорогу к месту проведения занятий и обратно.

Стоит заметить, что не каждый игровой вид спорта подходит для занятий в спортивном зале. К примеру, регби-7 нецелесообразно играть на твердом покрытии в виду риска травматизма. При этом многие подвижные игры были адаптированы для занятий в помещении, что делает их доступными круглогодично. Данный фактор является особенно решающим в субъектах Российской Федерации с неблагоприятными климатическими условиями.

Таким образом, в настоящее время в системе Министерства внутренних дел Российской Федерации закреплено приказом оснащение спортивным оборудованием для игровых видов спорта. Размеры спортивных помещений и игровых площадок закреплены в сводах правил, а также в правилах вида спорта. Стоит отметить, что оптимальными игровыми видами спорта в рамках физической подготовки сотрудников полиции является волейбол, мини-футбол, баскетбол (в том числе 3x3), настольный теннис, так как занятия по данным спортивным дисциплинам можно проводить в спортивном зале. Нормы положенности спортивным оборудованием для этих игровых видов, предусмотрены приказом Министерства внутренних дел Российской Федерации. В связи с этим стоит рассмотреть требования к игровым площадкам, согласно свода правил 332.1325800.2017 при моделировании игровой зоны спортивного зала территориального отдела полиции.

1.3 Характеристика профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел на транспорте для определения оснащения спортивного зала

В настоящее время сфера общественного транспорта с точки зрения

безопасности граждан находится в зоне постоянного внимания государства. Со стороны органов государственной власти принимаются меры по регулированию тех или иных возникающих правоотношений между лицами по поводу пользования ими общественного транспорта. Стоит отметить, что несмотря на указанные действия государственной власти, не прекращаются, к примеру, случаи хулиганства или пьяного дебоша в самолетах, осуществляющие междугородние и международные рейсы.

В связи с этим в структуре МВД России создано Главное управление на транспорте, которое осуществляет организацию деятельности органов внутренних дел на железнодорожном, водном и воздушном транспорте, координации в установленном порядке деятельности органов, организаций и подразделений системы МВД России по обеспечению безопасности населения на транспорте [35]. В подчинении данного управления находятся территориальные линейные отделы и пункты полиции на транспорте.

Особенностью службы в указанных подразделениях является выполнение поставленных задач по охране общественного порядка на определенных изолированных объектах и помещениях с нахождением там большого количества граждан. В связи с этим стоит особое внимание уделять профессиональной подготовке данных сотрудников.

Согласно Федерального закона «О полиции» для сотрудника полиции имеются ограничения в применении огнестрельного оружия и специальных средств [41]. Так, например, огнестрельное оружие нельзя применять при значительном скоплении граждан, если в результате его применения могут пострадать случайные лица. Вокзалы, аэропорты, железнодорожный транспорт и т.д. являются общественными местами, где в основном находится большое количество граждан. В связи с этим при задержании правонарушителя полицейскому необходимо полагаться на собственные силы, а также навык применения боевых приемов борьбы.

Согласно исследованию сотрудников Дальневосточного юридического института МВД России, где проводился опрос действующих сотрудников

полиции о применении ими боевых приемов борьбы, установлено, что 32,3 % респондентов сообщили, что испытывают неуверенность в связи с недостаточным уровнем физической подготовленности [8].

Сотрудники Сибирского юридического института МВД России в своей работе уделяют внимание тактике действий сотрудника полиции при задержании правонарушителя находясь на различных объектах транспорта с большим скоплением людей [43]. При этом исследователи отмечают необходимость отработки различных ситуаций путем их моделирования на занятиях по физической подготовке.

На моделирование ситуаций применения физической силы в ограниченном пространстве указывают и сотрудники Омской академии МВД России, отмечая высокие требования к боевой и физической подготовке сотрудников полиции [9].

Стоит отметить, что не все боевые приемы борьбы подойдут для использования в ограниченном пространстве. Данный факт в своей работе отражают сотрудники Белгородского юридического института МВД России. В своем исследовании они ссылаются на проведенный опрос, в ходе которого респонденты отметили, что разнообразие боевых приемов борьбы не подходит в полной мере для применения их на транспорте. Опрошенные сотрудники полиции отделов внутренних дел на транспорте склоняются к разработке новой методики обучения, где особое внимание стоит уделять специфике работы на объектах транспорта, особенно на умение действовать в условиях массового скопления людей или ограниченного пространства [18]. К примеру, рычаг руки наружу нецелесообразно производить в проходе между сиденьями вагона электропоезда в виду амплитудности данного броска, так как возможно прогнозировать причинение вреда рядом находящимся гражданам, а также самому правонарушителю при падении на преграду.

Таким образом, можно заметить, что исследователи особое внимание уделяют именно организации занятий по изучению и тактике применения боевых приемов борьбы сотрудников полиции на транспорте. При этом следует

не забывать, что физическая подготовка по спортивным единоборствам предусматривает в себе и силовую подготовку.

Кроме того, сотрудники транспортной полиции участвуют в непосредственной охране общественного порядка на самом объекте транспорта, тем самым подвержены негативным влияниям: вибрация, шум, гиподинамия неблагоприятный климат, магнитные поля, инфразвук, электромагнитные поля и другие [10]. Что может повлечь за собой различные расстройства здоровья. Жукова Е.И. предложила использование аэробики для занятий со студентами транспортных вузов, указав на положительное влияние данной нагрузки на сердечно-сосудистую и дыхательную систему, повышение устойчивости организма к различным заболеваниям, а также снятию стресса, при использовании музыкального сопровождения во время занятий [56]. Сама по себе аэробика представляет собой совокупность танцевальных и силовых упражнений, выполняемых под музыку. Как было ранее, отмечено в разделе 1.2.1 зал для общефизической подготовки, согласно свода правил 332.1325800.2017 предусматривает свободную зону, где можно выполнять аэробные упражнения.

Таким образом, можно сделать вывод, что спортивное помещение органов внутренних дел на транспорте должно быть оснащено спортивным инвентарем и экипировкой для тренажерного зала и зала для спортивных единоборств. Тренажерный зал должен предусматривать обязательно свободную зону для выполнения аэробных упражнений. Зона для игровых видов спорта не рассматривалась в виду небольшой численности структурных подразделений линейных отделов полиции. Особое внимание стоит уделить оборудованию, которое позволит моделировать ситуацию применения боевых приемов борьбы в ограниченном пространстве. Нормы положенности также не рассматривались в виду единого нормативного-правового акта, регулирующего данную сферу.

1.4 Особенности организации физической подготовки сотрудников вне места постоянной дислокации

Как указывалось, в разделе 1.1 данной работы, наличие учебной базы для проведения занятий по огневой и физической подготовке выглядит следующим образом [5]:

- не имеют собственных объектов – 30%;
- имеют собственные объекты – 43%;
- используют объекты на договорной основе – 27%

При отсутствии собственного спортивного зала территориальный отдел полиции использует находящийся рядом спортивный объект. Это может быть физкультурно-спортивный комплекс, спортивный зал учебного заведения, стадион. Ярким примером является Межмуниципальный отдел МВД России «Балахтинский», расположенный в поселке Балахта Красноярского края. Данный территориальный орган не имеет собственного спортивного помещения, для проведения физической подготовки использует муниципальный физкультурно-спортивный объект, расположенный в этом же населенном пункте.

В качестве решения проблемы в наличии условий для профессиональной подготовки можно рассмотреть спортивные объекты Всероссийского физкультурно-спортивного общества «Динамо» (ВФСО «Динамо»).

Согласно Устава Общественно-государственного объединения ВФСО «Динамо» основной целью общества является развитие служебно-прикладных видов спорта и физической подготовки среди сотрудников силовых ведомств [59]. Еще в СССР между МВД и ДСО «Динамо» было заключено соглашение об организации и проведению работы по повышению уровня физической подготовки личного состава ведомства, особенно в условиях применения физической силы [47].

Кроме этого, общество оказывает содействие в предоставлении своей материальной базы для проведения ведомственных спортивных мероприятий.

Так, к примеру, ежегодно спортивный зал Красноярского регионального отделения ВФСО «Динамо» предоставляет свое помещение для проведения ведомственного турнира по гиревому спорту Главного управления Министерства чрезвычайных ситуаций Российской Федерации по Красноярскому краю.

Согласно Приказа Министерства внутренних дел от 1 июля 2017 года № 450 занятия для полицейских проводятся по таким дисциплинам как атлетическая гимнастика, легкая атлетика, боевые приемы борьбы, лыжная подготовка и плавание. Наставления по физической подготовке иных силовых ведомств аналогичны, предусматривают те же спортивные дисциплины для повышения качества профессиональной подготовленности сотрудников. При этом спортивные и тренажерные залы можно предусмотреть в территориальных отделах, но, к примеру, наличие бассейна сводится некоторым проблемам, а именно к его содержанию, наличию соответствующего помещения, наличие персонала и инструкторов. Данный фактор будет накладывать дополнительные финансовые трудности для отделов и подразделений. Проведение занятий в физкультурно-спортивных центрах, которые не имеют своей целью развития, к примеру, служебно-прикладных видов спорта, тоже будут иметь свои трудности.

Как было отмечено ранее одной из целей Общества «Динамо» служит развитие служебно-прикладных видов спорта. Данные виды спорта способствуют развитию прикладных качеств и навыков, необходимых для различных специальностей [20], таким образом влияют на эффективность организации профессиональной подготовки.

Согласно совместного исследования сотрудников учебных заведений МВД России и ФСИН России о влиянии Общества «Динамо» на развитие лыжного спорта в нашей стране, можно сказать, что лыжники-динамовцы сформировали сильную базу развития данного зимнего спорта [12]. Наличие в г. Красноярске лыжной базы регионального отдела общества «Динамо» позволяет проводить как занятия по лыжной подготовке для сотрудников

ведомств, так и соревнования с их участием. Это несомненно снимает определенную нагрузку среди подразделений, отвечающих за профессиональную подготовку кадров, в необходимости комплектования отделов снаряжением для лыжных видов спорта.

Наличие спортивных сооружений ВФСО «Динамо» в регионе позволяет проводить занятия по физической и огневой подготовке силовым ведомствам при отсутствии своих тренировочных залов и тиров. Так отделы Главного управления Федеральной службы судебных приставов России по Красноярскому краю используют тир ВФСО «Динамо» для занятий по стрельбе из боевого оружия. Кроме этого, иные силовые ведомства Красноярского края используют указанный тир при проведении ведомственных турниров.

Спортивные сооружения ВФСО «Динамо» используются для проведения занятий по профессиональной подготовке территориальными отделами полиции, при этом некоторые подразделения используют спортивные объекты учебных заведений и в физкультурно-спортивных центрах. Данный факт означает, что в некоторых подразделениях и отделах отсутствует свой спортивный зал, а использование объектов Общества «Динамо» является неоптимальным ввиду определенных факторов.

Одним из таких факторов является расстояние. Применимо к Красноярскому краю стоит отметить, что территория нашего региона очень большая, прибывать сотрудникам отдаленных территориальных отделов для занятий постоянно в г. Красноярск очень затруднительно и неоправданно. Особенно это касается линейных пунктов полиции отделов полиции на транспорте, которые базируются на железнодорожных станциях, аэропортах и у них отсутствует собственные помещения для занятий по физической подготовке.

Спортивные сооружения ВФСО «Динамо» способствуют решению вопроса об организации профессиональной подготовки, но при этом имеются некоторые проблемы:

— в общество входят большое количество силовых ведомств, которые имеют свои региональные управления в одном субъекте. При проведении ими постоянных занятий в указанном спортивном сооружении необходимо будет задействовано большого количества сотрудников, так как ежедневно один спортивный зал будет пропускать не менее восьми учебных групп.

— в территориально больших регионах, таких как Красноярский край наличие одного спортивного сооружения ВФСО «Динамо» в региональном центре представляет собой отсутствия доступности для некоторых районных подразделений из-за отдаленности от центра.

На основе изложенного материала можно сделать вывод, что использование спортивных сооружений ВФСО «Динамо» позволяет организовать занятия по профессиональной подготовке среди сотрудников различных ведомств, но это не должно быть единственным решением данного вопроса. Наличие собственных территориальных спортивных залов позволяет не отвлекать личный состав от выполнения возложенных на них служебных задач. В тоже время стоит рассматривать спортивные объекты общества, как альтернативу проведения занятий по отдельным видам спорта (лыжные гонки, плавание), а также на центр развития служебно-прикладных видов спорта.

2 Организация и методы исследования

2.1 Организация исследования

Исследование по данной работе проводилось территориально в Красноярском и Екатеринбургском гарнизонах органов внутренних дел.

2.1.1 Организация исследования в территориальных отделах внутренних дел г. Красноярска

В ходе исследования с целью установить потребность сотрудников полиции в спортивных помещениях было проведено визуальное обследование спортивных залов Межмуниципального управления Министерства внутренних дел «Красноярское», расположенные в подчинённых отделах полиции. Всего в состав Межмуниципального управления Министерства внутренних дел «Красноярское» входит 13 отделов полиции и 3 строевых подразделения. Следует отметить, что не все отделы полиции имеют спортивные помещения, например, в отделах № 11 и № 12 отсутствуют такие объекты. Обследованию подлежали спортивные залы отделов полиции № 1, № 3 и № 13, в связи с территориальной доступностью для исследования

В качестве примера можно рассмотреть спортивный зал отдела полиции № 13 Межмуниципального управления Министерства внутренних дел России «Красноярское» (дислокация г. Дивногорск). Спортивный зал имеет размеры 30x18м в плане и высоту 7 м, находится в отдельно стоящем здании, занимая 2 и 3 этажи, на втором этаже расположены две комнаты для переодевания, каждая из которых имеет собственный санузел и душевую комнату. Данный зал предусмотрен только для проведения профессионально-прикладной физической подготовки, разом может вместить до 50 занимающихся.

Материальное оснащение спортивным инвентарем бедное, территориальные отделы полиции комплектуются спортивным инвентарем в

том числе силами сотрудников. В спортзале данного отдела имеются тренажеры и спортивный инвентарь, изготовленные кустарным способом: тренажер «Гакк-присед» представленный на рисунке 1,



Рисунок 1 – Тренажер «Гакк-присед»

конструкция для верхнего блока, изображенная на рисунке 2, стойки для штанги, прямая и наклонная атлетические скамьи, конструкция для хранения дисков, кустарные грифы, настенные брусья, перекладина, скамья Смита, набор разборных кустарных гантель, комплекты гирь.



Рисунок 2 – Конструкция для верхнего блока

В указанном спортивном зале отсутствуют заводские тренажеры, что может повлиять на безопасность занятий и качество выполнения физических

упражнений. Диски для штанги имеют нестандартные веса, сами грифы нестандартные, то есть имеются ограничения по объему использования дисков, а значит и возможного веса штанги.

В качестве сравнения рассмотрим зал отдела полиции № 3 Межмуниципального управления Министерства внутренних дел России «Красноярское», так как указанные залы имеют одинаковые размеры помещения, а именно размеры 30x18м в плане и высоту 7 м, находится в прилегающем к основному корпусу здания, занимая 2 и 3 этажи. Данный зал также имеет на втором этаже две комнаты для переодевания, каждая из которых имеет собственный санузел и душевую комнату. Предусмотрен только для проведения профессионально-прикладной физической подготовки, разом может вместить до 50 занимающихся. Также имеет отдельную зону для силовых тренажеров. Данный зал оснащен двумя атлетическими скамьями для жима лежа, стойкой для штанги, стойкой для дисков, тренажером верхний блок и нижний блок, представленным на рисунке 3,



Рисунок 3 – Тренажер верхний и нижний блок

многофункциональным тренажером, изображенным на рисунке 4, предусмотренным для всех групп мышц, гимнастической лестницей с перекладиной, столом для армрестлинга, настенными брусками.



Рисунок 4 – Многофункциональный тренажер

Хотелось бы обратить внимание на разнообразие комплектов гирь: имеются гири номиналом 28, 30, 32 и 34 кг. Веса подогнаны кустарным способом при помощи наваривания и обрезания гирь весом 32 кг.



Рисунок 5 – Набор гирь различного номинала

Таким образом, в результате анализа оснащения рассмотренных подразделений, можно сделать вывод, что отдел полиции № 3 оснащен

эффективно: имеется многофункциональный тренажер, в комплектации которого предусмотрен верхний блок, что дает занимающимся без задержки выполнять схожие упражнения как на данном тренажере, так и на тренажере верхнего и нижнего блока; имеется скамья для жима лежа, (для сравнения в отделе полиции № 13 имеется только горизонтальная скамья); стойка для штанги позволяет делать присед, жимы и тяги, (для сравнения в отделе полиции № 13 конструкция для штанги позволяет делать только присед и жимы); гири представлены различных весов, имеется возможность подготовки к соревнованиям, улучшения результата.

Стоит обратить внимание, что в отделе полиции № 3 нет тренажера для ног, кроме предусмотренной конструкции в многофункциональном тренажере. В этом случае спортзал отдела полиции № 13 оснащен лучше для тренировки мышц ног, так как имеется специализированный тренажер «Гакк-присед». При этом следует не забывать, что в указанных подразделениях отсутствуют кардиотренажеры.

Для занятий по спортивным единоборствам спортивные залы комплектуются силами личного состава отдела полиции, которые ранее самостоятельно занимались определенным единоборством. В качестве примера стоит рассмотреть спортивный зал отдела полиции № 13, где ранее сотрудники данного отдела (в настоящее время уволены из органов внутренних дел в связи с достижением пенсионного возраста) занимались каратэ и армейским рукопашным боем. Спортивный инвентарь приобретен в магазинах или изготовлен кустарным способом. В данном спортивном зале имеются пять боксерских мешков, две самодельные конструкции для набивания кулаков и голени, две покрышки от грузового автомобиля, самодельный борцовский тренировочный манекен (сделан из боксерского мешка, куртки самбо и поролона), изображенный на рисунке 6, боксерские перчатки и лапы, резина 4 метра. Также имеется арендованные маты для татами в количестве 9 штук, что не позволяет организовать полноценный борцовский ковер.



Рисунок 6 – Самодельный борцовский манекен

Экипировка для спортивных единоборств практически везде отсутствует. Если на момент обследования в залах находились какие-либо предметы экипировки, то в основном это личная экипировка определенного сотрудника данного отдела полиции. Защитные шлемы и жилеты полностью отсутствуют.

Кроме этого, обследование спортивных залов отделов полиции № 3 и № 13 показало, что данные залы по площади позволяют проводить занятия с личным составом по игровым видам спорта, но при этом не имеют игрового инвентаря, окна и лампы освещения залов не защищены от попадания мяча, что может послужить как повреждения имущества, так и к причинению вреда здоровью занимающихся.

Стоит отметить, что не все отделы полиции в полной мере имеют спортивный инвентарь и экипировку для занятий по спортивным единоборствам. К примеру, в настоящий момент из отделов полиции г. Красноярска только два отдела имеют полноценный борцовский ковер. Одним из таких является отдел полиции № 1. Спортивное помещение данного отдела примечательно тем, что расположено в подвальном помещении здания, являющимся культурным наследием, состоящее из двух комнат, размером 4х6 метров, комнаты для переодевания отсутствуют, скамейки, предназначенные для переодевания личного состава расположены в коридоре между комнат

спортивных помещений. Спортивное помещение для занятий по единоборствам имеет ковер размером 3х5 метров, расположенный в непосредственной близости к стенам помещения, которые не закрыты мягкими матами. Второе спортивное помещение укомплектовано силовыми тренажерами.

Остальные отделы полиции оснащены лишь отдельными матами, что может привести к получению травм личным составом при проведении учебного занятия по бросковой техники.

Таким образом в ходе обследования спортивных залов отделов полиции не было выявлено наличие спортивных помещений, в которых могут организовать полноценную физическую подготовку.

При посещении спортивного зала отдела полиции № 3 был проведен устный опрос занимавшегося на тот момент личного состава. Согласно опроса среди полицейских имеются Мастер спорта России по гиревому спорту, призер всероссийских турниров (командир взвода патрульно-постовой службы); спортсмен 1 спортивного разряда по армрестлингу (командир роты патрульно-постовой службы); спортсмен 1 спортивного разряда по гиревому спорту (заместитель начальника отдела). Данные сотрудники проходят службу в отделе полиции № 3 длительное время, повышая свое спортивное мастерство в указанном спортивном зале. Наличие сотрудников, выступающих на спортивных соревнованиях, имеющих спортивные разряды и звания, по нашему мнению, является показателем качественной организации тренировочного процесса, в том числе в нерабочее время.

В данной исследовательской работе было проведено анкетирование среди сотрудников аппарата Главного управления МВД России по Красноярскому краю, отделов полиции и строевых подразделений МУ МВД России «Красноярское», в котором приняло участие 157 человек, проходящих службу на различных должностях. Вопросы были направлены на получение информации о возрасте и стаже службы сотрудников полиции, их заинтересованности в занятиях спортом, а также о наличии потребности в

спортивном инвентаре. Результаты приведены в качестве диаграмм и процентном соотношении.

Согласно данного анкетирования было установлено, что подавляющее большинство сотрудников, проходящих службу в настоящий момент составляют молодые кадры со стажем работы до 5 лет, а также лица, проходящие службу в органах внутренних дел более 15 лет. Результаты опроса представлены на рисунке 8.

Какой стаж Вашей службы в ОВД
153 ответа

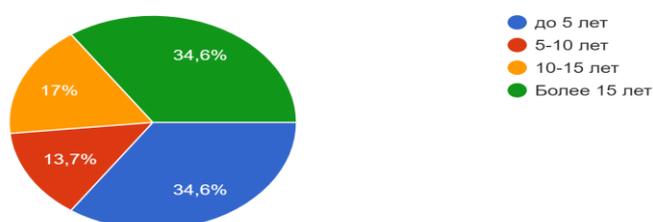


Рисунок 8 – Результаты опроса о стаже службы
в органах внутренних дел

Кроме этого, согласно рисунка 9 можно сделать вывод, что основная часть, опрашиваемых составляют сотрудники, относящиеся медико-возрастным группам 35-40 лет (25,5%), также большой процент сотрудников возрастом старше 40 лет (19,6%).

К какой медико-возрастной группе вы относитесь?
153 ответа



Рисунок 9 – Результат опроса сотрудников по медико-возрастной группе

При этом следует заметить, что значительное количество проходящих службу в указанных подразделениях лиц, относятся к медико-возрастным группам 20-25 лет (17%) и 25-30 лет (22,2%). Таким образом, на основе полученных данных можно сделать вывод, что в настоящий момент в территориальных органах МВД г. Красноярска преимущественно проходят службу лица, по сроку службы, имеющие право на получение льготной пенсии, а также молодые кадры, которые только получают первичные профессиональные навыки. Данные сведения важны для построения занятий с целью распределения нагрузки между занимающимися. В рамках данной работы указанная информация необходима для определения спортивного инвентаря, который необходим в отделах полиции, чтобы не превысить возможного предела физической нагрузки на личный состав.

Кроме этого, хотелось бы отметить, что квалификационные звания, присвоение которых зависит от физической и служебной подготовки сотрудника внутренних дел, не оказывают большое влияние на спортивную подготовку, так как согласно опроса 89% из 154, представленного на рисунке 10, ответивших на данный вопрос сотрудников не имеют квалификационного звания. Отсутствие указанных лиц в большей мере указывает на отсутствие желающих прохождения испытания на присвоение квалификации, чем на отсутствие достаточной физической подготовки.

Имеете ли вы квалификационное звание
154 ответа

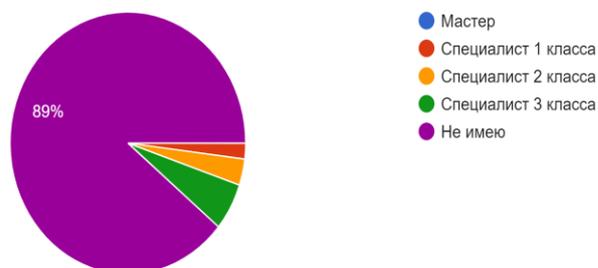


Рисунок 10 – Результаты опроса на наличие квалификационных званий

Согласно, проведённого опроса по занятиям физической культурой вне профессиональной подготовки, представленного на рисунке 11, было установлено, что из 154 опрошенных сотрудников 40,3% занимаются физической культурой и спортом по мере возможности, 24% тренируются 2-3 раза в неделю. При этом имеются сотрудники внутренних дел, которые вне занятий по физической подготовке самостоятельно не занимаются спортом или физической культурой, данные лица составляют 16,9% из числа опрошенных.

Как часто вы занимаетесь физической культурой вне профессиональной подготовки?
154 ответа

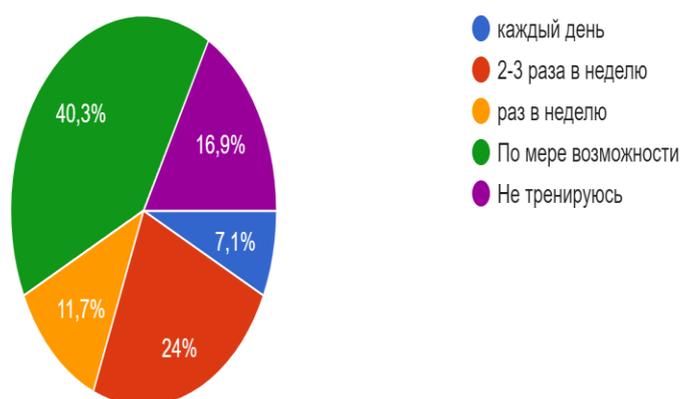


Рисунок 11 - Опрос по занятиям физической культурой вне профессиональной подготовки

Кроме этого было установлены предпочтения сотрудников к видам спорта, которыми они увлекаются. Согласно рисунка 12 на выбор были представлены такие категории как игровые виды, лёгкая атлетика, силовые виды, плавание, служебно-прикладные виды, спортивные единоборства, а также был предложен вариант «иные виды спорта». Самый большой процент опрошенных отдали своё предпочтение игровым видам (23,4%), свои

предпочтения к иным видам, не указанным в опросе, высказали 22,7% опрошенных сотрудников, плаванию была отдана третья позиция (20,1%).

Каким видом спорта Вы занимаетесь (либо предпочли бы заниматься)

154 ответа



Рисунок 12 - Предпочтения сотрудников полиции к видам спорта

Самый наименьший процент у служебно-прикладных видов спорта, при этом стоит отметить, что это не означает, что сотрудники не желают увлечься данными спортивными дисциплинами, потому что соревнования из-за своей специфичности проводятся только среди сотрудников, их количество строго ограничено согласно ведомственного календаря проведения. При этом стоит заметить, что наличие данного варианта среди выбранных указывает нам, что среди ограниченного количества опрошенных имеются спортсмены данной категории.

Согласно рисунку 13 можно судить, что большая часть респондентов занимаются физической культурой для поддержания своей физической формы, при этом стоит отметить, что есть и те, которые принимают участие в соревновательной деятельности на турнирах различных уровнях.

Принимаете ли Вы участие в спортивных соревнованиях?

153 ответа

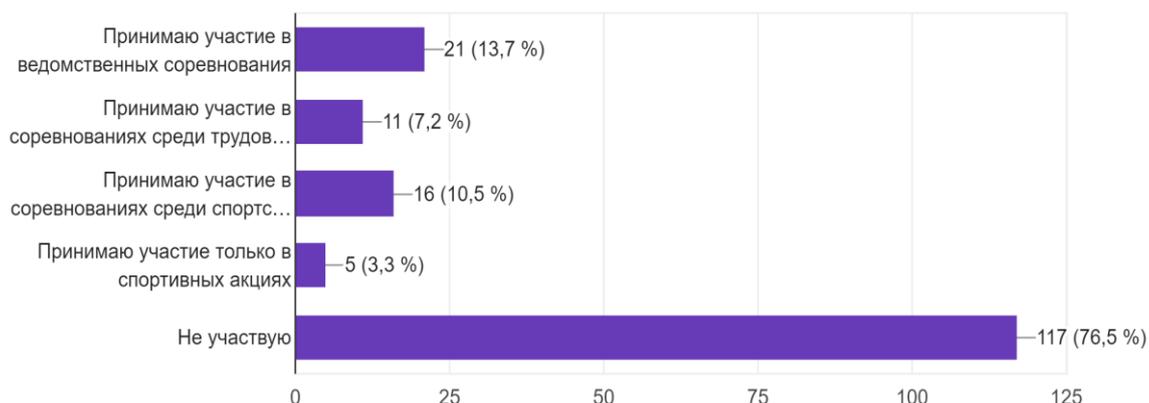


Рисунок 13 – Сведения о спортивной соревновательной деятельности сотрудников территориальных отделов полиции

По оснащению спортивных залов территориальных органов согласно опроса, представленного на рисунке 14, установлено, что 11,2% опрошенных сотрудников поясняют, что в спортивного инвентаря достаточно. Остальные респонденты считают, что необходимо оснастить дополнительно спортивные залы инвентарём и тренажёрами, самый большой процент предпочтения кардиотренажёрам (29,6%) и силовым тренажёрам (26,3%).

Какой по Вашему мнению необходимо добавить инвентарь в спортивный зал ОВД для занятий физической подготовкой сотрудников

152 ответа

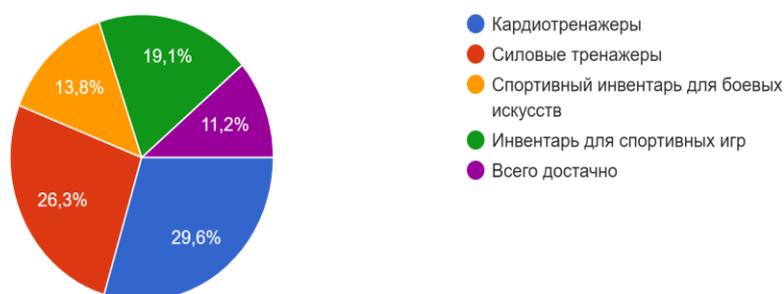


Рисунок 14 – Результаты опроса о комплектовании спортивных залов отделов полиции спортивным инвентарем

Следует заметить, что отсутствие необходимого инвентаря и спортивного оборудования отрицательно будут влиять на эффективность подготовки сотрудников внутренних дел. Без необходимого оборудования спортивного зала для тренировочного процесса нельзя развить у личного состава подразделения указанных физических качеств, так как при отсутствии борцовского ковра невозможно качественно обучить самостраховке при падении, а значит занятия по отработке элементов борьбы будут травмоопасными, неэффективными.

Кроме этого, был проведён опрос по месту организации занятий по физической подготовки, представленный на рисунке 15.

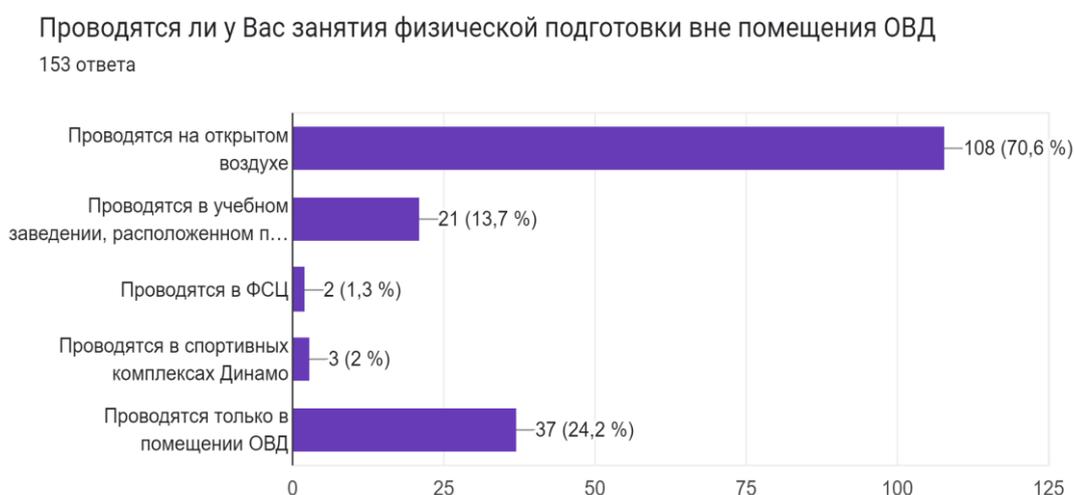


Рисунок 15 – Результаты опроса по месту проведения занятий по физической подготовки

На данный вопрос было дано 153 ответа, среди них 108 респондентов пояснили, что занятия проводятся у них на открытом воздухе, 21 респондент пояснили, что занятия проводятся в учебных заведениях (школы, техникумы, вузы), 2 ответа были отданы за проведения занятий в физкультурно-спортивных центрах, 3 сотрудника ответили, что занятия проводятся в

спортивных комплексах ВСФО «Динамо». 37 сотрудников пояснили, что занятия по физической подготовке проходят только в помещениях ОВД.

Данное анкетирование подтвердило гипотезу о заинтересованности личного состава в занятиях физической культурой, а также о необходимости в оснащении спортивным инвентарем на основе мнения личного состава.

Привлечение сотрудников отдела вневедомственной охраны войск национальной гвардии России (дислокация г. Дивногорск) к проводимому исследованию необходимо было в виду специфики работы подразделений данного отдела (групп задержания). Наблюдение проводилось при сдаче итоговых зачетов личным составом по боевым приемам борьбы. Были выставлены критерии, по которым выставялась оценка «выполнено/ не выполнено». Данные суммировались, после чего по каждому критерию определялся процент выполнения.

При проведении зачетов сотрудникам, находившиеся со специальными средствами и средствами индивидуальной бронезащиты, было предложено задержать ассистента, который осуществлял нападение. При этом ассистент имел спортивное снаряжение, а именно боксерские перчатки и накладки на голень, последнему было разрешено наносить полноконтактные удары сдающему вполсилы. Сдающему было разрешено осуществлять пресечения противоправного действия и задержание в том числе с использованием макета огнестрельного оружия.

В ходе наблюдения было установлено, что около 30% сдающих при нападении на них ассистента начинали отступать и выходили за предел борцовского ковра, около 5 % выронили макет пистолета при попытке его достать, 5 % не смогли с первой попытки достать палку резиновую. Стоит отметить, что условиями приема зачетов не было ограничения пространства.

Таким образом, входе проведенного исследования было установлено реальное материальное оснащение спортивных залов территориальных отделов полиции. В настоящее время данное оснащение не позволяет проводить

полноценные занятия по физической подготовке. Кроме этого, анкетирование сотрудников указало на заинтересованность в оснащении спортивных залов.

Проведенный педагогический эксперимент показал на необходимость в оснащении спортивных залов экипировкой для единоборств.

2.1.2 Организация исследования в Уральском юридическом институте МВД России г. Екатеринбург

Исследование состояло из анкетирования и экспериментов с постоянным и переменным личным составом Уральского юридического института МВД России. Обследование спортивных помещений не проводилось в виду оснащения учебных заведений образовательной системы МВД России по другим установленным нормам положенности. В Уральском юридическом институте МВД России имеется спортивно-тренировочный комплекс, состоящий из игрового зала, зала единоборств, стадиона с футбольным полем, тренажерного зала и площадки с уличными тренажерами, лыжной базы, полосы препятствия. Интерес для данной работы в указанном учебном заведении представляет факультет заочного обучения и профессиональной подготовки. В настоящее время происходит реконструкция учебного корпуса для организации первоначальной подготовки вновь принятых сотрудников территориальных отделов полиции на транспорте, в котором будут располагаться спортивные помещения для обучения первичным навыкам применения физической силы. К сожалению, на момент исследования ремонтные работы в помещениях не закончены, конкретные помещения, которые будут использоваться как спортивные объекты, не определены.

Анкетирование личного состава проводилось по заинтересованности занятиями игровыми видами спорта. Результаты представлены в виде диаграмм с процентными соотношениями.

В анкетировании участвовали курсанты Уральского юридического института МВД России, было опрошено 59 учащихся различных курсов.

На вопрос какие качества у занимающихся больше всего развивают игровые виды спорта, представленного на рисунке 16, больший процент ответов респондентов был отдан развитию координации и умению быстро реагировать на меняющуюся обстановку (74,6%). Следует заметить, что опрошенные также отмечают способность спортивных игр развивать у игроков коммуникабельность и умение действовать в команде (64,4%), при этом на развитие физических качеств указывают только 52,5% данных ответов.

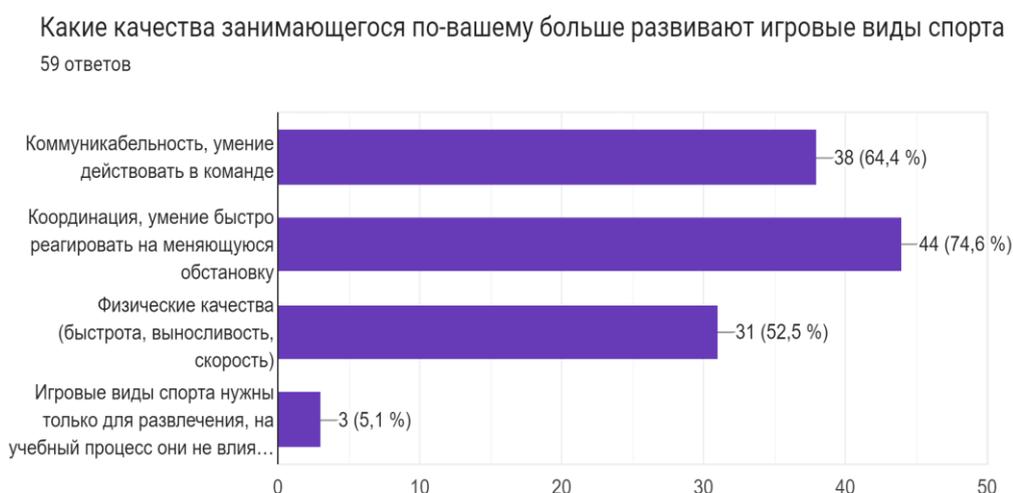


Рисунок 16 – Опрос по качествам, которые развиваются при помощи спортивных игр

Тем самым можно говорить, что игровые виды спорта для занимающихся ими только в качестве физической подготовки представляют собой хороший инструмент для развития реакции, коллективности.

Согласно рисунка 17 свое мнение о том, что игровые виды спорта не стоит использовать в физической подготовке выразило, 5,1% респондентов. Такое же процентное соотношение опрошенных дали ответ, что игровые виды спорта нужны только для развлечения (рисунок 16). И все же большинство курсантов отметили значимость спортивных игр в конце занятий для проведения заминки и разгрузки занимающихся (62,7%). 25,4% респондентов

хотели посвятить играм отведенное время на физическую подготовку. И лишь 6,8% опрошенных предпочли провести разминку игровым способом.

Игровые виды спорта на занятиях лучше всего использовать:
59 ответов

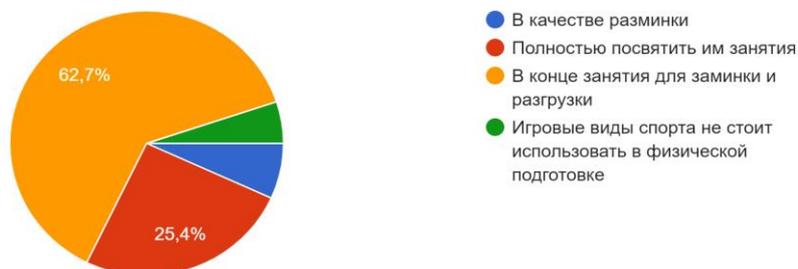


Рисунок 17 – Результаты опроса о использовании игровых видов спорта в физической подготовке

Согласно этим, данным можно судить, что большинство лиц воспринимают спортивные игры как разгрузку после тяжелой тренировки, тем самым подтверждается действенность игр для снятия эмоционального напряжения среди личного состава. Несомненно, необходимо практиковать данный способ для отдыха сотрудников в территориальных органах и подразделениях на местах.

Согласно результатам, представленных на рисунке 18, на вопрос об предпочтениях в способах проведения занятий по физической подготовке больше половины опрошенных высказались за игровые виды спорта (52,5%), остальные предпочли на занятиях увлечься силовыми видами спорта (20,3%), легкой атлетикой (20,3%), гимнастикой (6,8%).

На занятиях по физической подготовки вы бы отдали предпочтение (как альтернатива)
59 ответов



Рисунок 18 – Результаты опроса о предпочтениях физической активности

Согласно рисунка 19, среди предпочтений 61% респондентов отметили для себя волейбол, 23,7% предпочитают баскетбол и 13,6% за мини-футбол.

Каким игровым видам спорта вы бы отдали предпочтение при занятиях в спортивном зале
59 ответов

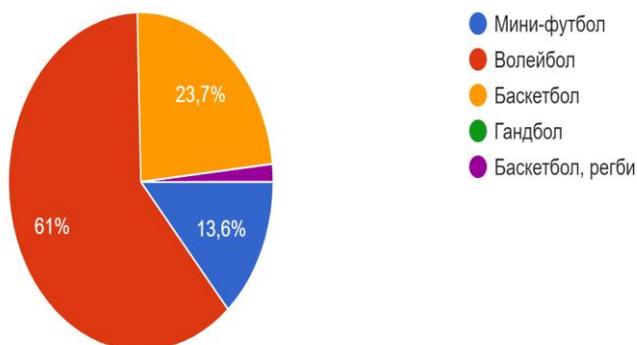


Рисунок 19 – Предпочтения респондентов к игровым видам спорта

Данные игровые виды спорта были предложены в качестве вариантов, так как они предусмотрены в том числе и для занятий в спортивном зале. Популярность волейбола можно определить в виду оптимального варианта для занятий в смешанных группах сотрудников, где могут присутствовать в командах как мужчины, так и женщины, в том числе и разных возрастных групп. Остальные представленные игровые виды спорта более контактные, что в случае смешанных команд может привести к травматизму занимающихся.

На основе проведенного анкетирования можно сказать, что игровые виды спорта целесообразно использовать для физической подготовки сотрудников полиции, развития у них специальных качеств для выполнения ими оперативно-служебных задач, а также для организации активного отдыха, профилактики стресса среди личного состава.

В ходе исследования был проведен педагогический эксперимент с постоянным личным составом института в количестве 6 человек (возрастная категория от 25 до 45 лет), которым было предложено самостоятельно

посещать занятия по «кикбоксингу» в технически и материально оборудованном спортивном зале. Цель данного эксперимента была в том, чтобы определить влияние наличия спортивного оборудования на результаты занятий по спортивным единоборствам. По результатам занятий был проведен опрос данных лиц.

Секция кикбоксинга была выбрана в связи с доступностью данной секции территориально и по времени проведения тренировок. На протяжении 3 месяцев указанная группа посещала данные занятия регулярно 2 раза в неделю, с продолжительностью одного занятия не более шестидесяти минут.

Согласно опроса по истечению указанного времени указанные сотрудники отметили, что у них улучшилась выносливость, скорость реакции; после проведения тренировочных занятий в спаррингах, отметили появление уверенности при отражении атаки соперника, а также при выполнении боевых приемов борьбы на занятиях по физической подготовке на местах прохождения службы; улучшилась координация, амплитуда движения ног и рук в суставах увеличилась в виду выполнения постоянных упражнений на растяжку.

Улучшение своих физических качеств отметили сотрудники, которые, как отмечено ранее, регулярно занимались силовыми видами спорта, имели определенную выносливость, свойственную для занятий с тяжелыми весами. При этом стоит заметить, что занятия проходили в специализированном помещении для занятий спортивными единоборствами, а именно имело ковер, состоящий из будо-матов, боксерских мешков, экипировки (боксерские перчатки, шлемы для бокса, защиты голеностопа).

Наличие экипировки также было отмечено занимающимися, так как при проведении тренировочных спаррингов можно было не бояться получить травму, что придавало уверенность при проведении атак и контратак.

Второй педагогический эксперимент проводился с курсантами Уральского юридического института МВД России по применению боевых приемов борьбы в ограниченном пространстве. Для этого был использован автобус. В ходе эксперимента проводилась фотофиксация. Целью данного

эксперимента было доказать влияние ограниченного пространства на технику выполнения боевых приемов борьбы.

По легенде занятия курсант должен задержать оппонента, применив установленные наставлением по физической подготовке загибы руки за спину и рычаг руки. При этом для создания реальности обстановки, остальные курсанты являлись статистами, размещаясь на пассажирских сидениях.

В ходе занятий успешно был применен загиб руки за спину «Рывком», показанный на рисунке 20.



Рисунок 20 – Загиб руки за спину «Рывком»

Загиб руки за спину «Нырком» проводить в ограниченном пространстве затруднительно в виду того, что необходимо отвести в сторону руку оппонента и занырнуть под нее. В связи с этим выполняющему прием курсанту пришлось прогибаться в спине, тем самым он ослабевал хват и давал возможность оппоненту контратаковать. Выполнение данного приема представлено на рисунке 21.



Рисунок 21 – Загиб руки за спину «Ныркком»

Рычаг руки наружу затруднительно провести в проходе между сидениями, так как по технике выполнения данного приема оппонента необходимо уронить на пол и перевернуть его лицо вниз. В автобусе оппонент ложится спиной на сидения или на статистов, довести прием до конца не представляется возможным, что показано на рисунке 22.

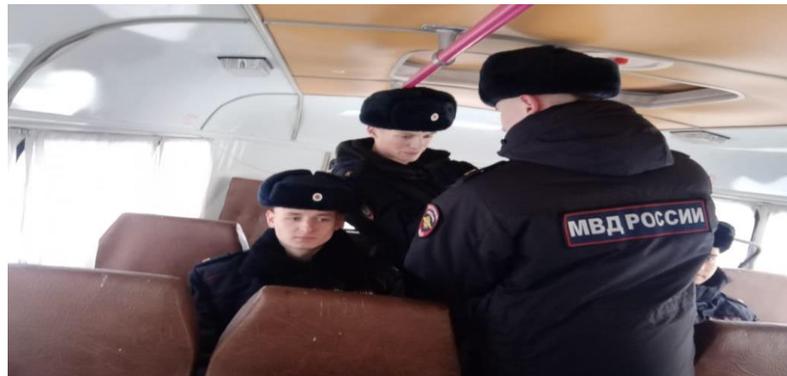


Рисунок 22 – Рычаг руки наружу

Почти аналогично происходит ситуация с рычагом руки вовнутрь, представленным на рисунке 23, а именно в момент проведения приема оппонент может причинить себе дополнительный вред здоровью ударом головой об предметы, находящиеся рядом, либо причинить повреждения рядом находящимся статистам, в реальной ситуации – гражданам.



Рисунок 23 – Рычаг руки вовнутрь

После проведенного занятия был осуществлен опрос курсантов по поводу их ощущений во время применения боевых приемов борьбы. Все курсанты однозначно ответили, что в момент выполнения приема испытывали дискомфорт в виду ограниченного пространства, приходилось отвлекать свое внимание на перемещение в узком проходе, а также на исключение причинения случайной травмы оппоненту.

Проведенный эксперимент безусловно подтверждает, что наличие оборудованного спортивного помещения и специализированного тренировочного инвентаря способствует проведению качественного занятия, позволяет занимающимся сотрудникам чувствовать уверенность в своих действиях в отношении противника, развивать все необходимые физические качества для проведения задержания правонарушителя при оказании сопротивления им.

Можно сделать вывод, что исследования, проведенные в Уральском юридическом институте МВД России показали желание личного состава включать игровые виды спорта в занятия по физической подготовке как для развития определенных физических качеств, так и в рамках разминки или заминки в ходе другой физической активности. Кроме этого, проведенные педагогические эксперименты доказывают необходимость в оснащении спортивных объектов экипировкой для единоборств, а также специальным

оборудованием, позволяющим ограничивать пространство. Это позволяет создавать ситуацию реального применения физической силы в рамках занятия по боевым приемам борьбы и тактики их применения, что позволит сотруднику быть готовым к реальному сопротивлению со стороны правонарушителя.

2.2 Методы исследования

Методы исследования служат фундаментальным инструментом в создании качественных, научно обоснованных работ, способствуя развитию знаний и прогрессу в различных областях науки.

С целью подтверждения или опровержения предложенной гипотезы исследования, о том, что спортивные залы для территориальных органов ОВД, сформированные по предложенной модели, будут способствовать полноценной и эффективной профессиональной подготовке сотрудников; а также созданные условия для самостоятельной спортивной тренировки или обычным занятиям физической культурой вне рабочего времени позволят сотрудникам поддерживать физическую форму и укреплять здоровье, были использованы следующие методы:

1. Теоретические:

- изучение и анализ специальной и научной литературы, нормативно-правовых актов;
- сравнительный анализ ведомственных актов

Применение данных методов позволило получить данные об исследованиях в области практической подготовки сотрудников полиции, что позволило сформировать определенный перечень спортивного инвентаря, необходимого для модернизации физической подготовки.

2. Практические:

- обследование и сравнительный анализ спортивных залов территориальных отделов полиции;
- анкетирование и опрос сотрудников полиции;

- наблюдение за проведением занятий по физической подготовке сотрудников;
- педагогический эксперимент;
- моделирование функциональных зон.

Практические методы позволили погрузить испытуемых в ситуации, приближенные к тем, которые могут возникнуть при в ходе выполнения оперативно-служебных задач.

Кроме этого обследование и сравнительный анализ спортивных залов, а также анкетирование и опрос сотрудников, позволили определить существующие проблемы в оснащении спортивных залов органов внутренних дел.

Данные методы показали, что наличие достаточного оснащения спортивным инвентарем и снаряжением позволяют разнообразить тактические занятия по применению боевых приемов борьбы. Метод моделирования позволил создать модель спортивных залов органов внутренних дел, позволяющую улучшить эффективность профессиональной подготовки сотрудника.

3 Модернизация спортивного зала территориального отдела полиции

3.1 Зонирование спортивного зала органа внутренних дел

Как указывалось, ранее в разделе 1.1 данной работы, согласно приказа Министерства внутренних дел Российской Федерации от 2 февраля 2024 года физическая подготовка проводится по следующим разделам: общефизическая подготовка, игровым видам спорта, изучение и тактика применения боевых приемов борьбы. Спортивные объекты, находящиеся в собственности территориальных отделов полиции, должны быть оснащены материально и технически, чтобы возможно было проводить физическую подготовку согласно учебного плана по месту службы.

Стоит напомнить, что согласно визуального обследования спортивных залов отделов полиции № 3 и № 13 Межмуниципального управления МВД России «Красноярское» было установлено, что данные спортивные объекты имеют размеры 30x18 метров, высотой 7 метров. Данные размеры соответствуют спортивным залам для игровых спорта, согласно свода правил 31-112-2004. Но ввиду того, что в данных спортивных залах не предусмотрена площадь для организации силовой подготовки и изучения боевых приемов борьбы, стоит отметить формальный подход к проектированию зданий отделов полиции. За основу взяты помещения для игровых видов спорта, что не соответствует в полной мере требованиям физической подготовки сотрудников полиции. Иные помещения, которые могут быть использованы в качестве спортивного объекта в зданиях данных территориальных отделов полиции отсутствуют. В связи с этим необходимо оснастить имеющийся игровой спортивный зал инвентарем и оборудованием для проведения занятий по общефизической подготовки и изучения боевых приемов борьбы.

Следовательно, особенно важно разделение спортивного объекта на функциональные зоны.

Функциональное зонирование представляет собой метод рациональной организации и использования полезного пространства, площади в интерьере и т.д., заключающийся в выделении отдельных зон, предназначенных для особых видов деятельности человека, процессов и процедур. Согласно разделов физической подготовки сотрудников полиции таких зон должно быть три:

- зона для игровых видов спорта;
- зона для спортивных единоборств;
- тренажерная зона.

Для создания модели спортивного зала территориального отдела полиции за основу взят спортивный зал размером 30x18 метров. Это обусловлено тем, что среди обследованных спортивных объектов имеются спортивные залы данного размера, а также он определен СП 31-112-2004.

Также не стоит забывать, что согласно проведенного анализа нормативно-правовых актов Министерства внутренних дел Российской Федерации в разделе 1.1, установлена примерная численность сотрудников, задействованных для занятий по физической подготовке, которая составляет от 10 до 50 человек. Таким образом, функциональные зоны должны вместить в себя данное количество сотрудников, обеспечив им непрерывную физическую подготовку.

Зона игровых видов спорта:

Для организации игровой зоны спортзала, размером 30x18 метров, предлагается оборудовать площадь размером 10x18 метров. Определить большую площадь для иных игровых видов спорта не представится возможным, в связи с предполагаемым наличием силовых тренажеров и места для размещения оборудования для спортивных единоборств. При этом затруднительно проводить занятия по игровым видам спорта на такой небольшой площади.

Как отмечалось ранее в разделе 1.2.3 данной работы официальными правилами баскетбола 3x3, так называемого стритбола, Международной федерацией баскетбола (ФИБА) игровая площадка имеет размеры 15x14 метров

с одним кольцом. Данные размеры соответствуют половине поля для классического баскетбола. Но для игровой зоны рассматриваемого спортивного зала все равно не подходят.

Согласно интернет-ресурсам [13] при меньшем количестве игроков допускается площадка, равная половине поля для мини-баскетбола, а именно 12x9 метров. Согласно ширины имеющегося спортзала, то это оптимальный вариант, но только для тренировочной деятельности. Для безопасности игры и ограничения игровой зоны от остальных функциональных зон длина площадки будет составлять 10 метров, для удобства конец данной зоны будет отделен сеткой, которую при необходимости можно будет сдвигать в сторону для удобства.

Стритбол особенно подойдет для организации занятий для подразделений численностью 10-15 человек, так как позволяет самостоятельно создать 2 и более команды.

Для оснащения игровой зоны спортивного зала следует также предусмотреть стол для настольного тенниса, который можно разместить на игровой площадке, а после занятий убрать, освободив игровую зону. Инвентарем для настольного тенниса необходимо оснастить с учетом возможности игры 2x2 на одном столе.

Таким образом, зону для игровых видов спорта для спортивного зала размером 30x18 следует оснастить одним баскетбольным кольцом, баскетбольными мячами, столом для настольного тенниса с сеткой, а также ракетками с игровыми шариками.

Зона для спортивных единоборств:

Второй функциональной зоной является зона для спортивных единоборств, где будут проводиться занятия по обучению и отработки боевых приемов борьбы, для которой также предложены размеры 10x18 метров. Согласно норм положенности, утвержденного приказом Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418, для оснащения территориальных отделов полиции предлагается боксерский ринг и

борцовский ковер. Установление боксерского ринга не целесообразно в виду его массивности и отсутствия мобильности в перемещении. Борцовский ковер же можно использовать как для занятий по борьбе, так и для занятий по рукопашному бою.

Предлагаемые размер борцовского ковра составляют 8х8 метров. Данный размер предложен ввиду соответствия его разрешенной рабочей площади для занятий по дзюдо и самбо, согласно свода правил 332.1325800.2017, а также размера ковра для рукопашного боя, согласно правилам вида спорта рукопашный бой.

Указанный размер ковра является оптимальным в виду следующих признаков:

- занимает площадь равную 64 квадратным метрам из возможных 180 квадратных метра функциональной зоны, что позволяет разместить дополнительный спортивный инвентарь для организации физической подготовки по отработке боевых приемов борьбы, в том числе и ударной техники.

Данные площади борцовского ковра и функциональной зоны были получены путем умножения: $8 \times 8 = 64$ квадратных метров – площадь борцовского ковра; $10 \times 18 = 180$ квадратных метров – площадь функциональной зоны.

- при выделении площади для отработки боевых приемов борьбы занимающей паре сотрудников равной 4 квадратным метром (такая площадь обычно выделяется на одну пару), можно рассчитать путем деления сколько в данном ковре разом могут заниматься сотрудники полиции, а именно $64 : 4 = 16$ пар, то есть 32 сотрудника.

Сам борцовский ковер должен состоять из будо-матов размером 1х1 метр. Это делает ковер его мобильным, позволяет в любое время увеличить или уменьшить его размеры при необходимости.

Таким образом, оптимально будет оснастить спортивный зал борцовским ковром. При этом хотелось бы вернуться к боксерскому рингу. Использование

ринга в физической подготовке сотрудника имеет свои положительные моменты: ринг имеет строгие границы своей площади, благодаря канатам, что ставит тренирующегося в зону дискомфорта в связи с отсутствием возможности убежать от нападающего оппонента. Данное условие ринга способствует обучению сотрудников полиции к действиям в ограниченном пространстве, выработке тактики защиты от правонарушителя, пытающегося нанести урон правоохранителю.

При этом ринг имеет большую площадь для работы одной пары, тем самым теряя данное преимущество в качестве оборудования для организации физической подготовки в территориальном органе внутренних дел.

В целях создания условий ограниченного пространства для проведения занятий по тактике применения боевых приемов борьбы, по аналогии с рингом, предлагается использовать канаты или сетку (можно использовать сетку для волейбола), которые будут крепиться к стойкам, закрепленным у противоположных стен, карабинами. При этом стойки необходимо располагать горизонтально для регулирования ширины полученного коридора. Минимальная ширина должна составлять не менее 40 сантиметров, что соответствует ширине проходов в общественном транспорте, и не более 2 метров, так как большая ширина коридора уже теряет свое назначение. Канаты или сетку необходимо натягивать на высоте не более 1,70 метра. Данная высота предложена исходя из среднего роста взрослого мужчины, тем самым все обучающиеся будут ощущать данную границу.

Установка иных ограждений, выполненных из твердых материалов, может способствовать травме занимающегося, а также требует наличие дополнительного места для их хранения. Предложенная конструкция позволяет по необходимости натянуть ее в короткие сроки времени, а также оперативно ее убрать. Для хранения не требует дополнительной площади.

На основе изученного материала, а также личного практического опыта можно сделать вывод, что для организации качественного тренировочного процесса по изучению бросковой и ударной техники необходим специальный

инвентарь для спортивных единоборств. Касательно спортивных помещений отделов полиции предложен следующий перечень оборудования и снаряжения:

- для проведения занятий по изучению и отработке приемов борьбы необходимо укомплектовать зал, борцовскими тренировочными манекенами, борцовской резиной, шведской стенкой для крепления борцовской резины, экипировкой для самбо или дзюдо;

- для проведения занятий по изучению и отработке ударной техники необходимо укомплектовать зал боксерским мешком, пневматической боксерской грушей на платформе, пневматической боксерской грушей на растяжках, настенной боксерской грушей, утяжелителями разных весов, комплектом мячей с утяжелителями (медбол), конструкциями для набивки рук и ног, боксерские лапы или макивары, защитной экипировкой для рукопашного боя и бокса, тренировочные перчатки.

Указанный инвентарь, в том числе боксерские мешки, следует размещать вдоль боковых стен спортивного зала. Боксерские мешки особенно необходимо размещать на перекладине, позволяющей оперативно их сдвинуть, освободив необходимую площадь. Количество боксерских мешков, боксерских груш и иного оборудования для отработки ударов, не должно превышать 3 штук на одну сторону, большее количество не позволит свободно перемещаться занимающемуся вокруг одного мешка.

Таким образом данная функциональная зона должна комплектоваться борцовским ковром из будо-матов, канатами (сетками) для создания условий ограниченного пространства, борцовскими тренировочными манекенами, борцовской резиной, шведской стенкой для крепления борцовской резины, экипировкой для самбо или дзюдо, боксерским мешком, пневматической боксерской грушей на платформе, пневматической боксерской грушей на растяжках, настенной боксерской грушей, утяжелителями разных весов, комплектом мячей с утяжелителями (медбол), конструкциями для набивки рук и ног, боксерские лапы или макивары, защитной экипировкой для рукопашного боя и бокса, тренировочные перчатки. При грамотном распределении

занимающихся в данной функциональной зоне можно организовать физическую подготовку для группы сотрудников до 50 человек.

Тренажерная зона:

Таким образом для функциональной зоны тренажерного зала остается площадка размером 18x10 метров, общей площадью 180 квадратных метров соответственно. Такая площадь будет оптимальной для занятия со снарядами и на силовых тренажерах. Данная территория должна быть предусмотрена только для занятий силовыми видами спорта, так как требует наличие специального покрытия, согласно требований к залам общефизической подготовке, указанных в СП 332.1325800.2017.

При комплектации необходимо данной функциональной зоны необходимо обязательно предусмотреть размещения помоста. Согласно требований к помосту для тяжелой атлетики, последний должен иметь размеры 4x4 метра [55]. Установка такого помоста на неспециализированном для занятий тяжелой атлетикой спортивном объекте является нецелесообразным. Оптимальным является помост размером 2,5x2,5 метров, так как он позволяет осуществлять тренировочную деятельность со стандартной штангой [50].

Количество тренажеров и тренировочного инвентаря для силовой подготовки необходимо рассчитывать из оптимального количества возможных занимающихся сотрудников. Согласно возможной численности подразделений следует рассматривать количество занимающихся от 10-20 человек, так как большее количество сотрудников в данной тренировочной зоне создаст неудобство для проведения занятия по силовой подготовке, а также создании ситуации возможного причинения вреда спортивным инвентарем.

При рассмотрении результатов проведенного нами опроса сотрудников полиции Главного управления МВД России по Красноярскому краю, отделов полиции и строевых подразделений МУ МВД России «Красноярское», нормативно-правовых актов, а также предложенных тренировочных комплексов для совершенствования силовой подготовки сотрудников другими

исследователями в своих научных работах, можно определить, что тренажерные залы должны комплектоваться следующими тренажерами:

- Оптимальным количеством кардиотренажеров следует считать не менее двух, зависимости от имеющейся свободной площади тренажерной зоны.

- Необходимо наличие одного двустороннего блочного тренажера (Кроссовер) с перекладиной для подтягивания, а также не менее одного блочного тренажера.

- Из иных силовых тренажеров следует иметь по одному тренажеру на каждую группу мышц: мышцы груди, мышцы ног и мышцы спины.

- Из многофункциональных тренажеров обязательно стоит установить силовую раму (стойку для штанги) и наклонную скамью.

- Из иного инвентаря необходимого для силовой подготовки оснастить тренажерный зал не менее трех прямых грифов, двух изогнутых грифов, набором дисков для указанных грифов, комплектом гантель разных номиналов и гирь.

Согласно свода правил, площадь кардиозоны и силовой зоны определяется исходя из расчета 6 квадратных метров на один тренажер. В соответствии с данным нормами, а также минимального количества предложенного тренировочного оборудования можно рассчитать площадь, занимаемую тренажерами:

(2 кардиотренажера + 1 двусторонний блочный тренажер + 1 блочный тренажер + 3 силовых тренажера + 1 силовая рама + 1 наклонная скамья) x 6 квадратных метров = (9) x 6 = 54 квадратных метра.

К данному показателю стоит прибавить стойки с грифами и дисками к ним, с гантелями и с гирями. Предполагается, что данное оборудование не будет занимать более 12 квадратных метров (6 квадратных метров для грифов с дисками и 6 квадратных метров для гантель с гирями вместе).

Также не стоит забывать про помост, площадь которого составляет: $2,5 \times 2,5 = 6,25$ квадратных метров.

Таким образом, согласно указанных норм и предложенного тренировочного оборудования установлено путем сложения, что тренажерная зона оснащена оборудованием и инвентарем на площади $= 54+12+6,25 = 72,25$ квадратных метров.

При общей площади функциональной зоны в 180 квадратных метров, остается еще свободная зона площадью $= 180-72,25 = 107,75$ квадратных метров, что является вполне достаточным для размещения как минимум еще 9 занимающихся либо оснащением дополнительными тренажерами, к примеру, еще одним кардиотренажером.

Можно сделать вывод, что рекомендуемый перечень тренажерной зоны позволяет работать как со свободными весами, так и проработать каждую группу мышц на специализированном тренажере. Наличие кардиотренажеров позволяет развивать скорость и выносливость в любое время года, находясь в помещении. Указанной площади функциональной зоны достаточно для проведения занятий по общефизической подготовке одного и более подразделения территориального отдела полиции.

Таким образом, функциональное зонирование спортивного зала территориального отдела полиции позволяет организовать полноценную круглогодичную физическую подготовку личного состава на местах несения службы. Рекомендуемая модель размещения функциональных зон спортивного зала 30x18 метров и спортивного инвентаря в них представлена в приложении А. К сожалению, данная модель не может быть универсальной, она содержит основную информацию, которую следует обязательно учесть при зонировании конкретного спортивного зала. Размеры функциональных зон могут варьироваться, завися от определенных условий, складывающихся для определенных регионов. К примеру, наличие большого количества кардиотренажеров в территориальных органах полиции южных регионов страны не является обязательным условием, так как климатические условия данных регионов позволяют проводить занятия на открытом воздухе практически круглогодично. Противоположностью является потребность в

тренировочном оборудовании для отделов внутренних дел, дислоцирующихся севернее.

Обязательным условием, которое отражено в модели спортивного зала, является размещения функциональной зоны для единоборств в центре. Это необходимо с целью увеличения при необходимости какой-либо функциональной зоны для проведения занятий по физической подготовке, к примеру, для увеличения игровой зоны. Это достигается в связи с предусмотрением мобильного тренировочного оборудования.

Стоит отметить, что при наличии спортивного объекта другого размера для его комплектования и размещения спортивного оборудования стоит обращаться к требованиям свода правил 332.1325800.2017 для помещения игровых видов спорта, спортивных единоборств и зала общефизической подготовки, с учетом данных рекомендаций в данной работе. Оптимальным будет выделять для каждой функциональной зоны отдельное собственное помещение.

3.2 Рекомендации для оснащения спортивного помещения для линейных отделов полиции на транспорте

Специфика работы линейных отделов полиции не всегда позволяет всем подразделениям, входящих в их структуру, находиться в месте дислокации отдела. К примеру, линейный отдела МВД России на станции Иланская имеет в оперативном обслуживании 906,692 километра железной дороги, в структуру входит шесть линейных пунктов полиции, которые расположены на большом расстоянии от территориального отдела.

В большинстве случаев территориальный отделы на транспорте обеспечены спортивными залами. За основу модели оснащения для таких залов можно взять модель функционального зонирования, предложенная в разделе 3.1 данной работы. При этом организовать физическую подготовку можно

только для сотрудников, которые постоянно дислоцируются в территориальном отделе.

Стоит отметить, что линейные пункты полиции в основном расположены на крупных станциях. Тем самым можно предположить, что в данных населенных пунктах возможно находятся обычные территориальные отделы полиции, а также иные органы исполнительной власти, относящиеся к правоохранительным органам, в собственности или оперативном управлении которых возможно наличие спортивных объектов.

Следует не забывать, что данные спортивные объекты могут быть территориально отдалены от линейного пункта полиции в населенном пункте, в связи с чем постоянный доступ будет ограничен. Использование указанных спортивных залов для еженедельной физической подготовки будет сводиться к тому, что посещение будет регламентировано строго по графику, а сотрудники, которые будут находиться на дежурстве в указанный день, не смогут восполнить самостоятельно данное занятие.

Исходя из небольшой численности личного состава линейных пунктов полиции (согласно приказа Министерства внутренних дел Российской Федерации от 30 апреля № 333 – до 20 человек) стоит рассматривать необходимость наличие обязательного зала для спортивных единоборств, тренажерного зала, что также подтверждается выводами в разделе 1.4 данной работы, а также наличие помещения для игры в настольный теннис (данная функциональная зона может быть, как отдельным помещением, так и в составе других функциональных зон, в зависимости от выделяемой площади). Наличие отдельного игрового зала для маленького подразделения является необязательным в виду отсутствия возможности организовать полноценные занятия по игровым видам спорта. В данном случае эффективнее будет использовать игровые помещения других органов исполнительной власти, органов образования, физкультурно-спортивных объектов, в том числе совместно с другими трудовыми коллективами.

Наличие такого оборудования, как стол для настольного тенниса, позволяет провести занятие по физической подготовке среди личного состава, в том числе и занятие сотрудников в рамках самоподготовки и снятия стресса с использованием физической нагрузки.

Оснащение функциональной зоны для спортивных единоборств следует рассмотреть по аналогии с предложенными рекомендациями в разделе 3.1 данной работы, с обязательной отсылкой к возможной численности линейного пункта полиции. Данную зону стоит оснастить борцовским ковром состоящего из будо-матов на площади не более 6х6 метров (что предусмотрено правилами для рукопашного боя). Таким образом, общая площадь ковра будет составлять: $6 \times 6 = 36$ квадратных метров. Согласно произведенного вычислений можно определить, что на данной площади можно проводить занятие для сотрудников полиции в количестве: $36/4$ (площадь на одну пару занимающихся) = 9 пар = 18 сотрудников.

Стоит отметить, что наличие борцовского ковра из будо-матов, размером каждый 1х1 метр, позволит нам организовать занятие по отработке боевых приемов борьбы в том числе и в арендованном спортивном зале, ввиду мобильности перемещения данного ковра.

Оснащать помещение боксерскими мешками, боксерскими грушами, конструкциями для набивки рук и ног стоит лишь в том случае, если имеется собственное спортивное помещение. При этом оснащать необходимо в количестве не менее двух штук.

Обязательным условием в оснащении данной функциональной зоны будет наличие стоек для закрепления канатов и сеток, имитирующих ограниченное пространство, так как для сотрудника полиции на транспорте это особенно необходимо. Кроме этого, необходимо иметь мобильный спортивный инвентарь для отработки боевых приемов борьбы, а именно:

- для проведения занятий по изучению и отработке приемов борьбы: борцовская резина, экипировка для самбо или дзюдо;

- для проведения занятий по изучению и отработки ударной техники: утяжелители разных весов, комплект мячей с утяжелителями (медбол), боксерские лапы или макивары, защитная экипировка для рукопашного боя и бокса, тренировочные перчатки.

Таким образом можно сделать вывод, что для оснащения функциональной зоны для спортивных единоборств собственного спортивного помещения линейного пункта полиции стоит руководствоваться рекомендациями, изложенными для обычного отдела полиции, с учетом численности данного подразделения полиции на транспорте. В случае отсутствия собственного спортивного объекта, линейный пункт полиции необходимо комплектовать мобильным спортивным инвентарем и экипировкой, среди которых обязательно наличие борцовского ковра из будо-матов и стоек для закрепления канатов и сеток, имитирующих ограниченное пространство.

Тренажерный зал для линейного пункта полиции следует также оснащать с учетом рекомендаций, указанных в разделе 3.1 данной работы за исключением силовых тренажеров и блочных, которые могут занимать большое пространство в спортивном помещении. Большое количество тренажеров необоснованно при численности личного состава до 20 человек. В этом случае указанные тренажеры необходимо заменить на многофункциональные тренажерные комплексы.

Таким образом рекомендации для оснащения тренажерного зала линейного пункта полиции выглядит следующим образом:

- кардиотренажеры, не менее двух, в зависимости от имеющейся свободной площади тренажерной зоны.
- многофункциональный тренажерный комплекс, не менее двух, в зависимости от имеющейся свободной площади тренажерной зоны.
- наклонная скамья, перекладина.
- из иного инвентаря необходимого для силовой подготовки оснастить тренажерный зал не менее трех прямых грифов, двух изогнутых

грифов, набором дисков для указанных грифов, комплектом гантель разных номиналов и гирь.

Наличие помоста не обязательно в виду того, что он также может занимать большую площадь имеющегося спортивного объекта линейного пункта полиции. Согласно требований СП 332.1325800.2017 данная функциональная зона должна иметь специальное покрытие.

Таким образом, рекомендации для тренажерной зоны линейного пункта полиции отличаются от рекомендации для обычного отдела полиции в виду небольшой численности подразделения полиции на транспорте. Основным оборудованием для оснащение спортивных объектов линейных пунктов полиции является многофункциональные тренажерные комплексы.

Можно сделать вывод, что оснащение отдела полиции на транспорте и его структурного подразделения (линейного пункта полиции) может отличаться в первую очередь наличием собственного спортивного объекта: для линейных пунктов полиции стоит предусматривать мобильный спортивный инвентарь, с помощью которого можно организовать физическую подготовку в арендуемых спортивных помещениях. Модель спортивного объекта, согласно данных рекомендаций по оснащению в данном разделе, для линейных пунктов полиции представлена в приложении Б. Для спортивного объекта линейного отдела полиции на транспорте стоит использовать модель, представленную в приложении А, а также рекомендации из раздела 3.1 данной работы.

3.3 Рекомендации для комплектования материально-технической базы тренировочных зон и нормы положенности

Как указывалось, ранее в разделах главы 1 данной работы нормы положенности спортивным инвентарем законодательно закреплены в приказе Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418. Эти нормы носят формальный характер. При этом не стоит пренебрегать указанными в данном подзаконном акте рекомендациями, так как норма № 5

содержит в себе перечень спортивного инвентаря для игровых видов спорта, спортивных единоборств, тренажерного зала, а также гимнастического оборудования. Стоит отметить, что занятия гимнастикой в территориальных отделах полиции фактически не проводятся, гимнастический инвентарь лишь будет занимать определенную площадь в спортивном зале. Следует ограничиться занятиями по гимнастике в рамках самостраховки при изучении боевых приемов борьбы. Таким образом, в рекомендациях данной работы гимнастический инвентарь будет отсутствовать.

Кроме этого, для определения перечня необходимого спортивного инвентаря и экипировки для занятий по физической подготовке будут использованы рекомендации, изложенные в приказе Федеральной службы исполнения наказаний Российской Федерации от 24 июня 2013 года № 359. Данный приказ содержит не количественные, а качественные характеристики спортивного инвентаря, необходимого для организации физической подготовки. Стоит отметить, что в некоторых случаях обязательные характеристики для того или иного оборудования содержатся в описании позиций каталога товаров, работ и услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд, которые необходимо применять при осуществлении закупки. В этом случае в нормах положенности необходимо указывать лишь те качественные характеристики, которые будут указывать на разнообразие приобретаемого спортивного инвентаря.

С целью систематизации предлагаемых рекомендаций по оснащению спортивных залов следует их рассматривать в рамках функциональных зон спортивного зала.

Зона для спортивных игр:

Основными игровыми видами спорта, реализуемыми согласно наставления о физической подготовке сотрудников полиции, является волейбол, футбол и баскетбол.

Самым оптимальным оснащением для спортивного зала является инвентарь для баскетбола, так как кроме классического баскетбола, можно

проводить занятие с данным оборудованием по стритболу, регболу. Как отмечалось в разделе 3.1 данной работы, при зонировании спортивного зала размером 30x18 метров рекомендовано предусмотреть площадку для стритбола. Для организации занятий по данному виду спорта необходимо наличие баскетбольного мяча, одного баскетбольного щита с кольцом и сеткой. Хотелось бы отметить, что приказ Федеральной службы исполнения наказаний Российской Федерации от 24 июня 2013 года № 359 предлагает нам использование баскетбольной стойки. Опять же указанный инвентарь мало мобильный, занимает определенную площадь спортивной зоны. В этом случае стоит рассмотреть баскетбольную ферму с щитом. Данное оборудование крепится к стене, не представляя собой преграды.

Как отмечалось выше, что для стритбола необходимо наличие одного баскетбольного щита с кольцом и сеткой. Стоит рекомендовать наличие не менее одной единицы указанного инвентаря, так как при наличии полноценного спортивного помещения для игровых видов спорта баскетбольное оборудование необходимо будет две единицы каждой позиции для проведения полноценного занятия по баскетболу.

Стоит отметить, что согласно приказа Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418 норма положенности баскетбольного мяча для спортивных помещений, где число занимающихся менее 100 человек, составляет одна штука. При этом, при такой же численности занимающихся норма положенности мяча для волейбола и мяча для футбола составляет три штуки. Необходимо привести данные показатели к одному знаменателю, а именно не менее трех мячей для каждого вида спорта (футбол, волейбол, баскетбол). Это можно обосновать тем, что проведение занятий по игровым видам спорта не обязательно должно проходить в рамках игры, можно отрабатывать отдельные игровые элементы в парах, тройках. Данный подход к занятиям необходим не для повышения спортивного мастерства сотрудников полиции, а больше всего для тренировки координации, реакции, ловкости.

Как отмечалось ранее в разделах 1.2.3 и 3.1, такие игровые виды спорта, как волейбол и футбол требуют определенную игровую площадку, которая не всегда совпадает с имеющейся в спортивных объектах территориальных отделов полиции. При этом не стоит исключать инвентарь данных спортивных дисциплин из норм положенности. Наличие мячей должно быть обязательным, так как занятия по футболу и волейболу можно провести на стадионе или других арендуемых спортивных объектах. Кроме этого, как указывалось выше, можно использовать мячи для отработки определенных игровых элементов или комбинаций в пределах собственного спортивного объекта. Такой инвентарь как футбольные ворота, волейбольная сетка и стойки для нее, следует указать в нормах положенности с оговоркой «при наличии спортивного зала, соответствующего правилам данного вида спорта».

Кроме этого, необходим насос для мячей в количестве не менее одной штуки.

Также следует оснащать игровую зону мобильным столом для настольного тенниса в количестве не менее одного. Ракетки для игры в настольный теннис необходимы в количестве не менее четырех штук для одного стола (для игры 2х2), мяч для настольного тенниса – 8 штук, сетка для настольного тенниса – 1 штука.

Таким образом, для функциональной зоны игровых видов спорта необходим следующий спортивный инвентарь: мячи по видам спорта (футбол, волейбол, баскетбол); баскетбольная ферма со щитом, кольцом и сеткой; волейбольная сетка со стойками к ней; ворота для мини-футбола с сеткой; насос для мячей, стол для настольного тенниса мобильный с сеткой; ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса.

Зона для спортивных единоборств:

Основным требованием для оснащения функциональной зоны для спортивных единоборств является наличие борцовского ковра (татами). В качественных характеристиках необходимо указать обязательное наличие будо-матов для формирования ковра (татами) размером 1х1 метр. Вместо количества

ковров, стоит предусматривать минимальную площадь самого ковра (татами) в зависимости от численности занимающихся сотрудников. Наличие борцовского покрывала не обязательно.

Для отработки приемов необходимо иметь комплект борцовских чучел, борцовскую резину. Для крепления борцовской резины необходимо наличие гимнастической лестницы.

При описании борцовских чучел в качественных характеристиках необходимо отметить необходимость оснащения данным инвентарем различной длины и различного веса. Количество следует указывать исходя из равного комплектования борцовских чучел каждым размером и весом.

Среди снаряжения требуется закупить куртки для самбо (дзюдо) различных размеров.

Для организации занятий по изучению ударной техники необходимо оснастить спортивный зал следующим инвентарем: боксерский мешок, груша боксерская пневматическая, груша боксерская набивная, лапа боксерская, макивары и т.д. Данный инвентарь следует распределить на следующие позиции:

- боксерский мешок и боксерские груши;
- боксерские лапы и макивары.

В качественных характеристиках следует представить возможный перечень альтернативного оборудования, с указанием на определенные позиции, которыми в обязательном порядке необходимо комплектовать спортивный зал. К примеру, среди боксерских лап и макивар можно приобрести альтернативное оборудование такое, как тайский пад, тренерская ракетка, тренерские палки, щит. Обязательным для комплектования должны быть боксерские лапы, тренерские палки.

Кроме этого, следует иметь защитное снаряжение для рукопашного боя: шлем, перчатки, накладки на голень, защита корпуса и паха. Снаряжение необходимо для организации спаррингов, а также для отработки боевых приемов борьбы (задержания).

Также зал для спортивных единоборств должен иметь различные утяжелители (метболы). В качественных характеристиках необходимо указывать вес данных утяжелителей и их номиналы.

Таким образом, зал (зона) для спортивных единоборств должен быть укомплектован: борцовским ковром (татами), комплектом борцовских чучел, борцовской резиной, гимнастической лестницей, спортивным и защитным снаряжением, боксерским мешком и боксерской грушей, боксерскими лапами и макиварами, утяжелителями. Обязательным в оснащении территориального отдела полиции являются следующие позиции: борцовский ковер (татами); борцовская резина, боксерские лапы и макивары, спортивное и защитное снаряжение. Остальные позиции должны иметь пометку о наличие собственного спортивного помещения.

Количество указанного спортивного инвентаря и снаряжения зависит от количества занимающихся.

Тренажерный зал:

Минимальный перечень тренажеров для оснащения спортивного объекта территориального отдела полиции был представлен в разделах 3.1 и 3.2. Следует не забывать, что улучшить силовые показатели сотрудников полиции можно не только при помощи тренажеров, но при использовании штанги, гантелей, гирь. В данном случае стоит обратиться к нормам положенности приказа Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418, чтобы определить наиболее эффективный вариант комплектования.

Согласно данного приказа для территориального отдела предусмотрена тренировочная штанга, при этом отсутствует какая-либо конкретика, а именно не указан вид грифа. К примеру, олимпийский мужской гриф отличается от грифа для фитнеса как размерами, так и весом. Кроме этого, имеются изогнутые грифы, которые служат для выполнения изолированных упражнений на определенную группу мышц. Следовательно, в качественных характеристиках следует перечислить оптимальные варианты комплектования ведомственного спортзала данным спортивным инвентарем. Обязательным

условием в указанных характеристиках должно быть оснащение грифами весом 10,15 и 20 килограмм.

По факту норм положенности дисков для тренировочной штанги можно отметить, что в указанном случае в нормативно-правовом акте предусмотрены оптимальные комплекты указанного инвентаря, а именно 25; 20; 15; 10; 5; 2,5 килограмм (по две каждого веса). Хотелось бы добавить, что с учетом предложенных вариантов грифов для штанги, необходимо приобретать диски данных размеров, для грифа весом 10 кг. оптимально предусмотреть диски весом до 15 кг.

В отношении гирь можно сказать, что по нормам предусмотрены гири соревновательных весов, а именно 16, 24 и 32 кг. Согласно наставления по физической подготовке для сдачи зачетов используется гиря 24 кг. Кроме этого ведомственные соревнования в основном проводятся также с использованием гири данного веса. К примеру Всероссийские соревнования Общества «Динамо» по гиревому спорту 2018, согласно положения состязания проходили в дисциплине двоеборье у мужчин с гирей 24 кг. Таким образом, гири 32 кг. необходимы лишь в случае наличия профессиональных спортсменов по гиревому спорту среди сотрудников, выступающих на соревнованиях различных уровней, так как повседневная тренировка сотрудника, не знающего правильность техники выполнения со снарядом такого номинала, может повлечь травму. При этом стоит отметить, что мужчины старше 40 лет на соревнованиях выступают с гирями 24 кг, что обусловлено возрастными изменениями. Согласно исследований, указанных в разделе 2.1.1, большой процент действующих сотрудников в настоящее время в возрастной группе старше 40 лет. Таким образом, комплектование спортивных объектов гирями, имеющим вес более 24 кг нецелесообразно.

Следует обратить внимание, что для обучения техники жима (толчка) гири 24 кг необходимо учиться с гири меньшего номинала. Для этого подойдет гиря весом 16 кг, но резкий переход на более тяжелую гирю может привести к

нарушению техники выполнения и возможной травме, поэтому следует иметь в арсенале промежуточные гири весом 18, 20 и 22 кг.

Кроме этого, гири имеют разнообразие видов: соревновательные гири, чугунные, для кроссфита. Разнообразие гирь сводится к их форме, размеру и форме ручки. В качественных характеристиках следует указать соревновательные гири, так как они независимо от веса имеют одинаковую форму и объем, что позволит сотрудникам быстрее освоить технику выполнения упражнений.

Согласно приказа Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14 июня 2022 года № 418 в норме № 5 предлагаются гантели универсальные разборные весом до 16 килограмм в количестве 5 пар для спортивного зала с численностью до 100 занимающихся. Данный вариант возможен, но в ходе занятия по физической подготовке использовать указанные гантели смогут только 5 человек. Хотелось бы предложить комплект пар литых гантелей от 2 кг до 28 кг с разницей через каждые 2 кг. В этом случае использовать гантели разом смогут большее количество сотрудников.

Можно сделать вывод, что кроме тренажеров, спортивные залы необходимо комплектовать штангами, гантелями и гирями, их разнообразие позволит расширить список возможных упражнений со свободными весами, что несомненно положительно скажет на силовой и общефизической подготовке сотрудников полиции. Кроме этого, следует не забывать в перечне положенности стойки для хранения грифов, дисков, гантелей и гирь.

Таким образом, на основе предложенных функциональных зон разработаны рекомендации по оснащению спортивным инвентарем территориальные отделы внутренних дел. Применительно к нормам положенности необходимо подходить как с количественной, так и с качественной характеристики предлагаемых позиций. Для определения количества необходимого оборудования предлагается использовать не количество занимающихся, а численность территориальных отделов полиции, а именно: до 20 сотрудников, 20-50, 50-100, и свыше 100 сотрудников. На

основании данных доводов предложены нормы положенности спортивного оборудования, инвентаря и экипировки для территориальных отделов органов внутренних дел, которые отражены в приложении В.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование показало необходимость строгой регламентации требований к оснащению спортивных залов отделов и подразделений органов внутренних дел.

Поставленная цель и задачи исследования были достигнуты с применением следующих методов:

- анкетирование сотрудников территориальных отделов г. Красноярска и курсантов Уральского юридического института МВД России о заинтересованности в проведении физической подготовки;

- изучение и анализ специальной литературы, научной литературы, нормативно-правовых актов.

- анализ спортивных залов отделов полиции г. Красноярска на возможность проведения занятий по всем направлениям физической подготовки;

- наблюдение за проведением занятий по боевым приемам борьбы.

- эксперимент с группой сотрудников Уральского юридического института МВД России, осуществлявших занятие "кикбоксингом" в течение двух месяцев.

В ходе проведенного исследования были достигнуты поставленные задачи:

1. В ходе изучения основных аспектов процесса физической подготовки сотрудников полиции были:

- 1.1. Проанализированы ведомственные правовые акты, изучены нормативно-правовые акты оснащения спортивных залов, содержащие нормы положенности специализированного оборудования.

проведено сравнение ведомственных актов Министерства внутренних дел Российской Федерации, Федеральной службы исполнения наказания Российской Федерации, Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации, регулирующих отношения в области организации

физической подготовки сотрудников данных ведомств. На основании данного анализа были установлены недостатки в ведомственных правовых актах, которые указывают на формальность подхода к определению и законодательному закреплению норм положенности оснащения спортивным инвентарем спортивных залов органов внутренних дел.

1.2. Определены основные направления физического воспитания сотрудников полиции в процессе подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел.

Приказом Министерства внутренних дел Российской Федерации от 02.02.2024 № 44 строго регламентированы направления физической подготовки сотрудников полиции: прикладная гимнастика, атлетическая подготовка, легкая атлетика, лыжи, плавание, спортивные игры, а также боевые приемы борьбы и тактика их применения. С учетом анализа технического оснащения отделов полиции установлено, что в спортивных залах органов внутренних дел оптимально проводить занятия по атлетической подготовке, спортивным играм и боевым приемам борьбы.

Установлено, что в ходе проведения занятий по изучению боевых приемов борьбы и тактики их применения, необходимо применять спортивную экипировку, а также оборудование для ограничения пространства в целях отработки действий сотрудником полиции в различных ситуациях задержания правонарушителей.

1.3. Дана оценка важности физической подготовки в территориальных отделах полиции на районном уровне.

Проведенные наблюдения за занятиями по боевым приемам борьбы и тактике их применения в ограниченном пространстве, а также при активном сопротивлении оппонента. Результаты данных наблюдений показывают, что при помещении сотрудника в некомфортные для него условия, то появляются сложности в применении физической силы, которые могут отрицательно сказаться на здоровье самого сотрудника, а также находящихся рядом граждан.

2. Проведен анализ оснащения тренажерного зала, зала для спортивных единоборств, зала игровых видов спорта, а именно:

2.1. Проанализированы работы исследователей в области применения тренажерного оборудования и инвентаря, влияния игровых видов спорта для улучшения показателей физической подготовки сотрудников полиции. Приведены исследования сотрудников образовательных учреждений МВД России и других авторов, которые обосновывают необходимость использования спортивного оборудования в служебной подготовке сотрудников полиции, что указывает на потребность в оснащении данным оборудованием отделов полиции.

2.2. Проведенное анкетирование личного состава отделов полиции Межмуниципального управления МВД России показало, что оснащение спортивных залов тренажерами и инвентарем не достаточно для занятием физической подготовкой.

Согласно результатов исследования установлено, что сотрудники полиции заинтересованы не только в проведении физической подготовки, но и самостоятельно изготавливают спортивные тренажеры и оборудования.

2.3 Проведен анализ спортивных помещений для органов внутренних дел на транспорте. В данном разделе рассмотрена особенность и специфика работы подразделений транспортной полиции. Изучены научные работы по тактике применения боевых приемов борьбы на объектах транспорта, а также возможность применения специальных средств и огнестрельного оружия вместо физической силы к правонарушителю. Данный анализ показал важность развития физических качеств у сотрудников транспортной полиции в виду исключительной необходимости применения боевых приемов борьбы при задержании правонарушителя. Это доказывает о потребности в качественном оснащении спортивных помещений подразделений полиции на транспорте согласно их специфике работы.

2.4. Рассмотрены варианты организации физической подготовки вне места дислокации отдела полиции. Были рассмотрены варианты использование

спортивных объектов всероссийского физкультурно-спортивного общества «Динамо», муниципальных органов, а также спортивных объектов региональных территориальных управлений внутренних дел.

Согласно данного исследования можно сделать вывод, что организация физической подготовки вне дислокации территориального отдела полиции целесообразно для проведения занятий по легкой атлетике, лыжам и плаванию. Проведение постоянной физической подготовки на данных объектах нецелесообразно в виду отвлечения сотрудников полиции от исполнения оперативно-служебных задач.

3. На основании данных выводов была разработана модель спортивного зала путем зонирования помещений размером 30x18 метров. Предложенная модель содержит в себе три функциональной зоны: зона для игровых видов спорта, зона спортивных единоборств, тренажерная зона. Кроме этого, предложен механизм ограничения пространства для отработки тактики действий сотрудников полиции, который представляет собой натянутые с двух сторон канаты или сетки с креплением к стенам. Предложены варианты размещения оснащения функциональных зон, которые изложены в приложении А.

Даны рекомендации для формирования спортивных помещений для линейных отделов полиции, исходя из численности личного состава, которые изложены в приложении Б.

4. Кроме этого, на основе анализа приказа Министерства внутренних дел Российской Федерации от 14.06.2022 № 418 и приказа Федеральной службы исполнения наказания Российской Федерации от 24.06.2013 № 359 был разработан перечень спортивного оборудования, инвентаря и экипировки, а также нормы положенности для территориальных отделов полиции. Данный перечень содержит нормы для каждого отдела полиции в зависимости от возможной численности личного состава. Предложенные рекомендации изложены в приложении В.

Результаты данного исследования послужат для модернизации имеющихся спортивных залов территориальных отделов полиции, оснащения их оптимальным комплектованием, что несомненно положительно отразится на физической профессиональной подготовке личного состава территориальных отделов полиции.

Предложенные модели и нормы положенности рекомендованы территориальным органам внутренних дел для организации физической подготовки на местах.

Указанные рекомендации будут использованы для оснащения спортивных помещений факультета заочного обучения и профессиональной подготовке Уральского юридического института МВД России, которые предназначены для первоначальной подготовки вновь принятых сотрудников полиции.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Акбаров, А. Применение подвижных игр в технической подготовке квалифицированных борцов / А. Акбаров, З.С. Артиков, Б.Х. Холиков // Достижение науки и образования. – 2020. – С. 21-23.
2. Ананкин, Д.А. Тесты и нормативы общей физической подготовленности сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Ананкин Дмитрий Александрович; Волгоградская академия Министерства внутренних дел Российской Федерации. – Волгоград, 2020. – 23 с.
3. Архангельская, А.Н. Разработка и апробация спортивного комплекса для пожарных-спасателей / А.Н. Архангельская, А.И. Бабушкина, К.Г. Гуревич, Е.А. Дмитриева, И.В. Осадченко, О.И. Самусенко // Вестник новых медицинских технологий. – 2017. – №4. – С. 110-116.
4. Ахмаев, О.В. Настольный теннис как универсальное средство развития специальных физических и психологических качеств для профессий, связанных с водительской, летной, операторской, диспетчерской и других аналогичных видов деятельности с высоким уровнем ответственности / А.Г. Карасев // Форум молодых ученых. – 2018. – № 12(28). – С. 383-386.
5. Вишняков, С.В. Система организации физической подготовки в территориальных органах Министерства внутренних дел России / С.В. Вишняков, С.В. Пырчев // Автономия личности. – 2021. – № 3 (26). – С. 38–44
6. Волков, А.Н. Практика применения сотрудниками полиции силы / А.Н. Волков, С.В. Кузнецов // Вестник Нижегородской академии МВД России. – 2018. – №3 (43). – С. 133-140.
7. Герасимов, И.В. Самостоятельные занятия в системе подготовки сотрудников полиции / И.В. Герасимов, С.А. Моськин, И.Н. Подрезов // Наука-

2020. – 2016 – №4. – С. 159-165. – URL: [http://nauka-2020.ru/Konf_MNPK_4_416_4\(10\)_2016.pdf](http://nauka-2020.ru/Konf_MNPK_4_416_4(10)_2016.pdf) (дата обращения: 03.01.2023).

8. Горин, К.Ю. Боевые приемы борьбы в профессиональной деятельности сотрудников транспортной полиции / К.Ю. Горин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 6(160). – С. 41–44.

9. Дубинецкий, В.В. Тактические и технические действия сотрудников Росгвардии при задержании правонарушителя в условиях ограниченного пространства / В.В. Дубинецкий, А.В. Бакин, П.А. Кочетов // Научный журнал. – 2017 – URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 04.03.2023).

10. Жукова, Е.И. Значение занятий физической культурой в профессиональной подготовке специалистов железнодорожного транспорта / Е.И. Жукова // Крымский научный вестник. – 2017. – № 1 (13). – С. 65–74.

11. Единая информационная система в сфере закупок // Федеральное казначейство : официальный сайт. – 2024. – URL: <https://rosmintrud.ru/docs/1281> (дата обращения: 10.11.2024).

12. Иванников, С.В. Развитие лыжного спорта в обществе «Динамо». История и современность / С.В. Иванников, Н.В. Анкудинов, П.С Соколов // Власть истории и история власти. – 2022. – №5 (39). – С. 26-35.

13. История и основные правила спортивной игры Стритбол // Инфоурок : образовательный маркетплейс. – 2024. – URL: <https://infourok.ru/istoriya-i-osnovnyie-pravila-sportivnoj-igry-stritbol-6304447.html> (дата обращения: 10.11.2024).

14. Казачков, А.Ф. Анализ процесса физической подготовки при изучении боевых приемов борьбы сотрудниками органов внутренних дел на транспорте / А.Ф. Казачков // материалы юбилейной XX Международной научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых «Перспективныи Свободный - 2024». - Красноярск, 2024. - С. 422-425.

15. Казачков, А.Ф. Развитие армейского гиревого рывка как лужебно-прикладного вида спорта в системе МВД / А.Ф. Казачков // материалы II

Международной научно-практической конференции по физической культуре, спорту и туризму: «Всемирные студенческие игры: история, современность и тенденции развития» / Сибирский федеральный университет, Институт физической культуры, спорта и туризма. - Красноярск, 2023. – С. 143-148.

16. Казачков, А.Ф. Эксплуатация спортивных сооружений ВФСО «Динамо» в профессиональной подготовке сотрудников силовых структур / А.Ф. Казачков // материалы II Международной научно-практической конференции по физической культуре, спорту и туризму: «Всемирные студенческие игры: история, современность и тенденции развития» / Сибирский федеральный университет, Институт физической культуры, спорта и туризма. - Красноярск, 2023. – С. 627-632.

17. Карасев, А.Г. Спортивные игры в системе подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России / А.Г. Карасев // Инновационная наука. – 2016. – № 2. – С. 65-67.

18. Клименко, Б.А. Анализ эффективности организации физической подготовки у сотрудников территориальных органов МВД России на транспорте и пути ее совершенствования / Б.А. Клименко, А.Н. Александров, А.Н. Воротник [и др.] // Проблемы правоохранительной деятельности. – 2016. – №3. – С. 108–115.

19. Коломиец, В.В. Технология формирования профессиональной готовности сотрудников дорожно-патрульной службы МВД России средствами физической подготовки : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Коломиец Виктор Викторович; ФГБОУ ВПО "Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта". – Санкт-Петербург, 2015. – 34 с.

20. Кулиничев, А.Н. Служебно-прикладные виды спорта, как основа профессионального становления сотрудника ОВД / А.Н. Кулиничев, Б.А.

Клименко, А.Н. Воротник, И.И. Лопатин // Вестник Белгородского юридического института МВД России имени И.Д. Путилина. – 2016. – №1. – С. 71-73.

21. Кутергин, Н.Б. Роль и значение учебной дисциплины «физическая подготовка» в профессиональной подготовке сотрудников органов внутренних дел / Н.Б. Кутергин, А.В. Горбатенко, А.В. Апальков // Мир науки, культуры, образования. – 2016. – № 1 (56). – С. 31–33.

22. Лигута, В.Ф. Изучение практики применения бросковой техники сотрудниками полиции в ситуациях оперативно-служебной деятельности / В.Ф. Лигута, В.А. Серебрянников, В.С. Кшевин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – №2 (180). – С. 214-219.

23. Науменко, С.В. Методологическое обоснование использования дзюдо, самбо и рукопашного боя в процессе занятий по физической подготовке с курсантами образовательных организаций Министерства внутренних дел России / С.В. Науменко, В.А. Торопов, Ю.В. Чехранов // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2018. – №1 (77). – С. 169-173.

24. Нуцалов, Н.Н. Скоростно-силовая подготовка борцов / Н.Н. Нуцалов, А.Н. Самсонов, А.Б. Рутман // Проблемы педагогики. – 2017. – №9 (32). – С. 78-82.

25. ОК 034-2014 (КПЕС 2008). Общероссийский классификатор продукции по видам экономической деятельности (ОКПД 2) : дата введения 2014-02-01 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 10.11.2024).

26. О некоторых организационных вопросах и структурном построении территориальных органов МВД России: приказ МВД России от 30 апреля 2011 года № 333 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 21.06.2024).

27. О несении службы участковым уполномоченным полиции на обслуживаемом административном участке и организации этой деятельности:

приказ МВД России от 29 марта 2019 года № 205 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 15.04.2023).

28. Об утверждении Инструкции по оборудованию учебно-материальной базы учреждений и органов уголовно-исполнительной системы: приказ ФСИН России от 24 июня 2013 года № 359 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 17.04.2023).

29. Об утверждении Наставления по физической подготовке в войсках Национальной гвардии Российской Федерации: приказ ФСВНГ России от 29 марта 2018 года № 100 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 19.04.2023).

30. Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 1 июля 2017 года № 450 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 15.04.2023).

31. Об утверждении Наставления по физической подготовке сотрудников уголовно-исполнительной системы Минюста России: приказ Минюста России от 12 ноября 2001 года № 301 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 17.04.2023).

32. Об утверждении некоторых норм снабжения органов внутренних дел, воинских частей внутренних войск и образовательных организаций Министерства внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 22 ноября 2003 года № 905 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>.(дата обращения: 15.12.2022).

33. Об утверждении норм и порядка обеспечения некоторыми материально-техническими средствами органов внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 14 июня 2022 года № 418 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 15.04.2023).

34. Об утверждении норм обеспечения учебно-материальной базой войск Национальной гвардии Российской Федерации: приказ ФСВНГ России от

19 февраля 2019 № 50 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 19.04.2023).

35. Об утверждении положения о Главном управлении на транспорте Министерства внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 16 июня 2011 года № 680 / КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 04.03.2024).

36. Об утверждении порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации: Приказ Министерства внутренних дел Российской Федерации от 2 февраля 2024 года № 44 // КонсультантПлюс: сайт. – URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 22.04.2024).

37. Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 5 мая 2018 года № 275 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 15.04.2023).

38. Официальные правила баскетбола 2022 «Правила баскетбола и баскетбольное оборудование»: утверждены 25 марта 2022 года // Официальный сайт федерации баскетбола Санкт-Петербурга. URL: <https://www.fbp.ru/docs/FIBA/rules.pdf> (дата обращения: 19.07.2024).

39. Разницын, В.А. Соматический подход в развитии выносливости у курсантов женского пола образовательных организаций МВД России : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Разницын Виталий Александрович; Московский университет МВД России имени В.Я. Кикотя. – Москва, 2021. – 27 с.

40. Разницын, В.А. Динамика быстроты у курсантов-женщин образовательных организаций Министерства внутренних дел Российской Федерации / В.А. Разницын, А.Н. Таланцев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 10 (176). – С. 291–295.

41. Российская Федерация. Законы. О полиции: Федеральный закон № 3-ФЗ : [принят Государственной думой 28 января 2011 года : одобрен Советом Федерации 2 февраля 2011 года]. // КонсультантПлюс: сайт. – URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 03.01.2023).

42. Российская Федерация. Законы. О службе в органах внутренних дел Российской Федерации и внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации: Федеральный закон № 342-ФЗ : [принят Государственной думой 17 ноября 2011 года : одобрен Советом Федерации 25 ноября 2011 года]. // КонсультантПлюс: сайт. – URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 03.01.2023).

43. Панов, Е.В. Характерные особенности тактики применения физической силы сотрудниками МВД России на транспорте при задержании правонарушителей / Е.В. Панов, А.В. Филиппович // Научный компонент. – 2021. – № 1(9). – С. 100–106.

44. Панова, О.С. Обоснование значимости спортивных игр в профессионально-прикладной физической подготовке курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России / О.С. Панова, А.А. Тациян, Л.М. Демьянова, Т.Г. Ефремова, А.В. Бабин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 4 (218). – С. 285–289.

45. Панова, О.С. Применение тренажеров для совершенствования силовой подготовки сотрудников полиции России / О.С. Панова, Д.Г. Овечкин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – №12. – С. 241–245.

46. Панферов, Р.Г. Роль и значение физической культуры и спорта в жизни сотрудников ОВД / Р.Г. Панферов // Наука 2020. – 2021. – № 3 (38). – С. 112–116.

47. Питомцев, М.Н. Подготовка инструкторов по физической подготовке для территориальных органов МВД России (история и современность) / М.Н. Питомцев, А.А. Сысоев, В.А. Разницын // Психология и педагогика служебной деятельности. – 2019. – №3. – С. 68-71. URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/podgotovka-instruktorov-po-fizicheskoy-podgotovke-dlya-territorialnyh-organov-mvd-rossii-istoriya-i-sovremennost/viewer>
(дата обращения: 03.06.2023).

48. Полуниин, В.П. О некоторых проблемах организации занятий по физической подготовке сотрудников полиции в образовательных организациях МВД России / В.П. Полуниин, С.Н. Логинов, Д.Г. Филимонов, И.П. Колотов // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2019. – №3 (28). – С. 215-217.

49. Правила вида спорта «Бокс»: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 23 ноября 2017 года № 1018 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 19.04.2023).

50. Правила вида спорта «Пауэрлифтинг»: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 2 марта 2023 года № 138 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 19.04.2023).

51. Правила вида спорта «Рукопашный бой»: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 31 января 2023 года № 64 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 19.04.2023).

52. Пузыревский, Р.В. Физическая подготовка как основная составляющая физической культуры сотрудников уголовно-исполнительной системы : учебное пособие для вузов / Р. В. Пузыревский [и др.] — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 276 с. — URL: <https://urait.ru/bcode/495681> (дата обращения: 20.04.2023).

53. Силантьев, В.В. Применение защитного снаряжения при обучении боевым приемам борьбы курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России / В.В. Силантьев, А.А. Евтушенко // Вестник Сибирского юридического института МВД России. – 2017. – №2 (27). – С. 81-85.

54. СП 31-112-2004. Физкультурно-спортивные залы : введен впервые : утвержден 2005-02-09 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>.(дата обращения: 04.12.2023).

55. СП 332.1325800.2017. Спортивные сооружения. Правила проектирования : введен впервые : дата введения 2018-05-15 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://www.consultant.ru>. (дата обращения: 04.12.2023).

56. Сысоев, А.А. Скоростно-силовая подготовка сотрудников полиции. Средства и методы развития скоростно-силовых способностей / А.А. Сысоев, В.А. Разницын // Вестник экономической безопасности. – 2016. – №3. – С. 387-390.

57. Торопов, В.А. Физическая подготовка – эффективное средство повышения профессионального мастерства сотрудников полиции / В.А. Торопов // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2016. – № 3 (71). – С. 176–178.

58. Третьяков, А.А. Использование мини-футбола в физической подготовке курсантов образовательных организаций МВД России / А.А. Третьяков, И.И. Лопатин, А.А. Лазарев, С.В. Курдюкова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 11 (213). – С. 559–563.

59. Устав Общественно-государственного объединения «Всероссийское физкультурно-спортивное общество «Динамо»: постановление XVII внеочередной Всероссийской конференции ОГО ВФСО «Динамо» от 10.06.2014 // КонсультантПлюс: сайт. URL: <https://dynamo37.ru/ustavdinamo.pdf> (дата обращения: 15.06.2023).

60. Фроленко, В.Н. Основы организации процесса физической подготовки сотрудников полиции / В.Н. Фроленко // Наука-2020. – 2021. – №5. – С. 74-80. – URL: [http://nauka-2020.ru/MKN_5\(50\)2021.pdf](http://nauka-2020.ru/MKN_5(50)2021.pdf) (дата обращения: 03.01.2023).

61. Хажироков, В.А. Особенности формирования силовых способностей у сотрудников ОВД в процессе их физической подготовки / В.А. Хажироков // Наука и спорт: современные тенденции. – 2018. – №2. – С. 123-127 – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-formirovaniya-silovyh>

sposobnostey-u-sotrudnikov-ovd-v-protssesse-ih-fizicheskoy-podgotovki/viewer (дата обращения: 20.03.2023).

62. Хажироков, В.А. Совершенствование навыков ударной техники в процессе физической подготовки в образовательных учреждениях МВД России / В.А. Хажироков // Наука и спорт: современные тенденции. – 2018. – №3. – С. 73-77 – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovershenstvovanie-navykov-udarnoy-tehniki-v-protssesse-fizicheskoy-podgotovki-v-obrazovatelnyh-uchrezhdeniyah-mvd-rossii/viewer> (дата обращения: 18.04.2023).

63. Хыбыртов, Р. Б. О «профессиональной подготовке» сотрудников органов внутренних дел / Р. Б. Хыбыртов, А. И. Ушенин, В. А.Торопов // Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии : материалы IV международной научно-практической конференции, 27 февраля 2015 г., г. Екатеринбург / Рос. гос. проф.-пед. ун-т. - Екатеринбург, 2015. - С. 77-79.

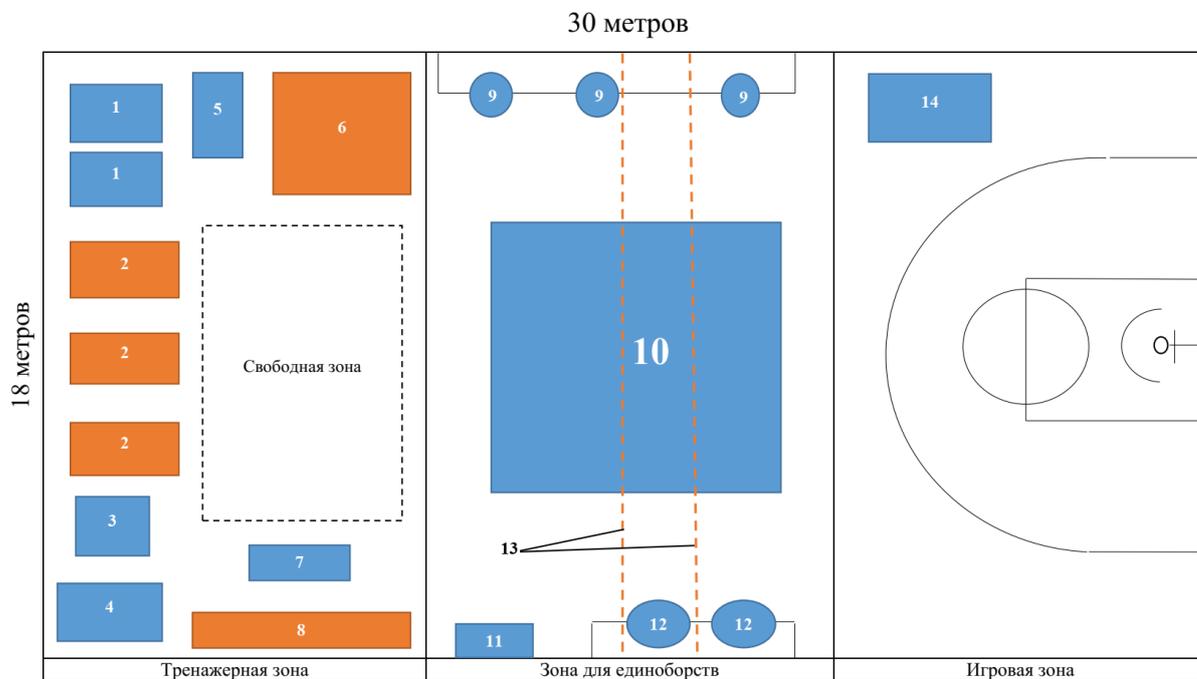
64. Чехранов, Ю.В. Формирование у курсантов образовательных организаций высшего образования МВД России компетенций по силовому пресечению правонарушений / Ю.В. Чехранов, С.А. Горелов // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2018. – № 1 (77). – С. 183–186.

65. Шилакин, В.Б. Комплекс подводящих упражнений к броска в самбо для самостоятельной специальной физической подготовки / В.Б. Шилакин, Ю.В. Чехранов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – №1 (167). – С. 337-341.

66. Pesegova, D.K., Equipment of the sports hall for the carrying out of training exercises to study fighting techniques / D.K. Pesegova, A.F. Kazachkov // материалы II Международной научно-практической конференции по физической культуре, спорту и туризму: «Всемирные студенческие игры: история, современность и тенденции развития» / Сибирский федеральный университет, Институт физической культуры, спорта и туризма. - Красноярск, 2023. – С. 603-607.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

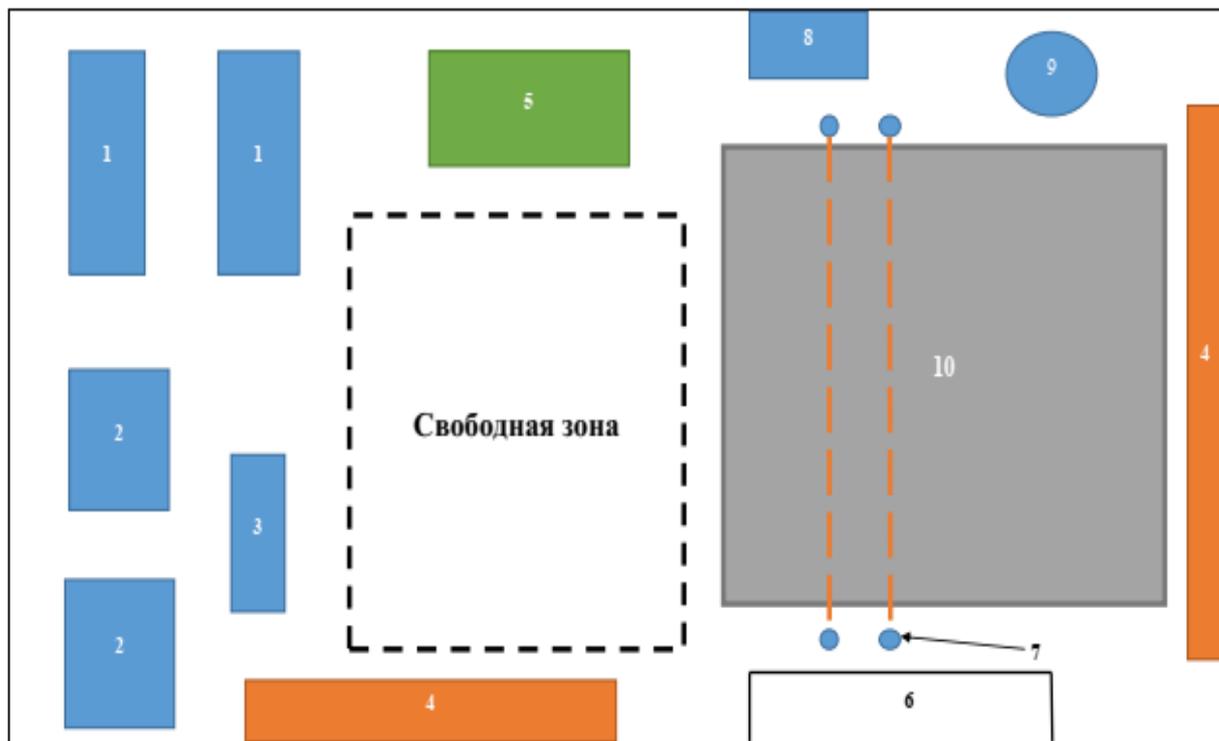
Схематическое обозначение расположение функциональных зон с инвентарем для модели спортивного зала размером 30х 18 метров



Примечание: 1 – кардиотренажер; 2 – силовой тренажер; 3 – силовая стойка; 4 – инвентарь; 5 – блочный тренажер; 6 – помост; 7 – наклонная скамья; 8 – двусторонний блочный тренажер с турником; 9 – пневматические боксерские груши на перекладине с гимнастической лестницей; 10 – борцовский ковер; 11 – настенная боксерская груша; 12 – боксерский мешок на перекладине; 13 – конструкция для ограничения пространства из сеток для волейбола; 14 – мобильный стол для настольного тенниса.

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Рекомендуемая модель спортивного помещения для линейных пунктов полиции. Схематическое обозначение предполагаемого расположения спортивного инвентаря



Примечание: 1 – кардиотренажер; 2 – многофункциональный тренажерный комплекс; 3 – наклонная скамья; 4 – инвентарь; 5 – мобильный стол для настольного тенниса; 6 – перекладина с гимнастической лестницей; 7 – конструкция для ограничения пространства из сеток для волейбола со стойками; 8 – настенная боксерская груша; 9 – боксерский мешок (пневматическая боксерская груша); 10 – борцовский ковер.

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Рекомендуемые автором нормы положенности в оснащении спортивным оборудованием и инвентарем территориальных отделов внутренних дел

№ п/п	Наименование	Описание	Единица измерения	Количество предметов, с учетом численности территориального подразделения (отдела)				Примечание
				до 20 человек	от 20 до 50 человек	от 50 до 100 человек	свыше 100 человек	
1	Ковер борцовский (татами)	Комплектуется из будо-матов размером 1x1 метр	Квадратные метры	36-64	64	64-100	100 и более	Обязательно для оснащения
2	Боксерская груша (мешок)	- мешок набивной, - пневматическая груша (пневматическая груша на растяжках), - подушка настенная апперкотная / конструкция для набивки рук и ног. Наличие каждой позиции обязательно	штук	3-4	5-6	5-6	6-8	При наличии спортивного зала
3	Лапа боксерская (макивары)	- боксерская лапа; - макивара; - тайский пад; - тренерская ракетка; - тренерские палки;	штука (пара)	3	5	7	9	Обязательно для оснащения

		- щит. Обязательными для комплектования являются боксерские лапы и тренерские палки.						
4	Манекен борцовский (чучело борцовское)	Предназначен для изучения бросков с падением, выполнения подводящих упражнений, развития специальных качеств борца. Размеры манекенов: N 1: длина - 120 см, вес - 15 кг; N 2: длина - 140 см, вес - 22 кг; N 3: длина - 150 см, вес - 26 кг; N 4: длина - 165 см, вес - 40 кг.	штук	4	4	4	4	При наличии спортивного зала
5	Утяжелители (пояс, голень, бедро), медболы	Предназначаются для усиления нагрузки при выполнении общеразвивающих упражнений. Имеют различный вес (от 0,2 кг и более).	штук	6	8	10	10	При наличии спортивного зала
6	Кимоно (куртка, брюки, пояс)	Для видов спорта дзюдо и самбо, различных ростовок	штук	6	6	10	10	Обязательно для оснащения

7	Шлем-маска (для рукопашного боя)	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	штук	6	6	10	10	Обязательно для оснащения
8	Защита корпуса или жилет защитный для рукопашного боя	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	штук	6	6	10	10	Обязательно для оснащения
9	Щитки защитные для рукопашного боя (для ног)	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	пара	6	6	10	10	Обязательно для оснащения
10	Перчатки боксерские боевые	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	пара	6	6	10	10	Обязательно для оснащения
11	Перчатки боксерские для снарядов	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	пара	6	6	10	10	Обязательно для оснащения
12	Резина борцовская	Предназначена для отработки элементов бросковой техники. Необходимо оснащать различной степени жесткости	штук	3	3	5	5	Обязательно для оснащения
13	Гимнастическая лестница	Предназначена для выполнения различных физических упражнений общеразвивающей направленности и установки дополнительного оборудования. Представляет собой	штук	1	1	3	4	При наличии спортивного зала

		сборную деревянную конструкцию различной комплектации (одно-, двух-, трехсекционная, универсальный комплекс и пр.) с металлическими уголками для крепления к стене и полу. Высота стенки - 2400-3200 мм, ширина (одной секции) - 800 мм, расстояние между осями перекладины - от 200 мм, диаметр перекладин - 35 мм						
14	Баскетбольная ферма с щитом	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	штук	1-2	1-2	1-2	1-2	При наличии спортивного зала, соответствующего правилам данного вида спорта
15	Кольцо баскетбольное с сеткой	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	штук	1-2	1-2	1-2	1-2	При наличии спортивного зала, соответствующего правилам данного вида спорта
16	Мяч баскетбольный	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	штук	3	3	5	5	Обязательно для оснащения

17	Мяч волейбольный	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	штук	3	3	5	5	Обязательно для оснащения
18	Мяч футбольный	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	штук	3	3	5	5	Обязательно для оснащения
19	Насос для мячей	Без определенных требований	штук	1	1	1	1	Обязательно для оснащения
20	Ракетка для настольного тенниса	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	штук	4	4	8	8	Обязательно для оснащения
21	Мяч для настольного тенниса	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	штук	8	8	16	16	Обязательно для оснащения
22	Сетка для настольного тенниса	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	штук	1	1	2	2	Обязательно для оснащения
23	Сетка волейбольная	Соответствии правил с правилами данного вида спорта, Также необходима для конструкции для ограничения пространства	штук	3	3	3	3	Обязательно для оснащения
24	Сетка футбольная	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	штук	2	2	2	2	При наличии спортивного зала, соответствующего правилам данного вида спорта
25	Стол для настольного тенниса	Соответствии правил с правилами данного	штук	1	1	2	2	Обязательно для оснащения

		вида спорта						
26	Стойки волейбольные	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	пара	1	1	1	1	При наличии спортивного зала
27	Ворота футбольные	Соответствии правил с правилами данного вида спорта	пара	1	1	1	1	При наличии спортивного зала, соответствующего правилам данного вида спорта
28	Штанга тренировочная	Грифь: - прямой (10 кг., 15кг, 20 кг) – обязательные для оснащения. - изогнутый (EZ-,W-образный, с параллельным хватом).	штук	5	5-7	7	10	При наличии собственного зала
29	Диски для штанги тренировочной:	- 25; 20; 15; 10; 5; 2,5 килограмм для грифов более 10 кг веса; - 15; 10; 5; 2,5 килограмм для грифов менее 10 кг веса. В один комплект входят диски всех весов, по два диска каждого веса.	комплект	2	2	3	3	При наличии собственного зала
30	Гири	Соревновательные. Вес гири 16, 18,20,22,24 кг. В один комплект	комплект	1	1	1	2	Обязательно для оснащения

		входят гири всех весов, по две гири каждого веса.						
31	Гантели	Литые. Комплект пар гантелей от 2 кг до 28 кг с разницей через каждые 2 кг	комплект	1	1	1	1	При наличии спортивного зала
32	Стойка для грифов	Без определенных требований	штук	1	1	1	1	При наличии спортивного зала
33	Стойка для гантелей, гирь	Без определенных требований	штук	1	1	1	1	При наличии спортивного зала
34	Помост	Размером 2,5x2,5 метров	штук	1	1	1	1	При наличии спортивного зала
35	Силовые тренажеры	Предназначены для тренировки мышц нижней части спины, ног, рук и пр. Например, стойки и скамейка для штанги, верхний и нижний блоки, жим ногами, гак-машина, станок Смита, станок для подтягивания, станок для отжимания, сгибатель/разгибатель ног (совместный)	штук	3	3	3-6	3-6	При наличии спортивного зала
36	Кардиотренажеры	Велотренажеры, велоэргометры, беговые дорожки, эллиптические	штук	2	2	4	4 и более	Обязательно для оснащения

		тренажеры, мини степперы, гребные тренажеры и т.д						
37	Многофункциональные тренажеры	С целью экономии места, сочетающие в себе несколько различных тренажеров	штук	1-2	1-2	1-2	1-2	При наличии спортивного зала
38	Блочные тренажеры	Обязательное наличие двустороннего блочного тренажера (Кроссовер), а также блочного тренажера для верхнего блока	штук	2	2	2	2	При наличии спортивного зала
39	Наклонная скамья	Предназначена для работы со свободными весами	штук	1	1	2	2 и более	При наличии спортивного зала
40	Коврик индивидуальный	Предназначен для выполнения упражнений по гимнастике, фитнес-аэробике, общеразвивающих индивидуальных занятий и т.д. Может быть скручивающийся, складной, иметь различные размеры и материал изготовления.	штук	5	5	8	8 и более	При наличии спортивного зала

Окончание приложения В

		Примерные размеры - 120 х 60 см, 180 х 60 см, 170 х 60 см и т.д., толщина - от 0,2 см						
41	Силовая рама (стойка со штангой)	Предназначена для различных упражнений со штангой (приседание, жим штанги стоя и т.д.)	штук	1	1	2	2 и более	При наличии спортивного зала
42	Перекладина	Предназначена для выполнения упражнения «подтягивание». Возможно наличие как отдельного оборудования, так и в комплексе с тренажером	штук	1	1	1 и более	1 и более	Обязательно для оснащения

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

АКТ ВНЕДРЕНИЯ научной, научно-технической продукции

1. Наименование научной продукции: Казачков А.Ф. «Модернизация спортивных залов органов внутренних дел для улучшения показателей физической подготовки сотрудников».

2. Вид подготовленного документа: методические рекомендации – материалы диссертационного исследования на соискание степени магистра по специальности 49.04.01.05. Управление и эксплуатация спортивных сооружений.

3. Заказчик научной продукции: личная инициатива магистранта Института физической культуры, спорта и туризма Федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Сибирский федеральный университет» Казачкова Андрея Федоровича.

4. Исполнитель работ: магистрант Института физической культуры, спорта и туризма Федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Сибирский федеральный университет» Казачков Андрей Федорович.

5. Основание выполнения научного исследования: личная инициатива магистранта Казачкова А.Ф. в рамках подготовки магистерской диссертационного исследования на тему: «Модернизация спортивных залов органов внутренних дел для улучшения показателей физической подготовки сотрудников» (49.04.01.05. Управление и эксплуатация спортивных сооружений).

6. Дата и сведения о приемке результатов научного исследования: методические рекомендации по теме «Модернизация спортивных залов органов внутренних дел для улучшения показателей физической подготовки сотрудников» изучены руководством отделения профессиональной подготовки ОРЛС УТ МВД России Уральскому федеральному округу обсуждены и рекомендованы для дальнейшего использования.

7. Сведения о внедрении научной продукции: методические материалы и рекомендованы для их внедрения в рамках осуществления закупки спортивного оборудования для организации проведения занятий по физической подготовке территориальных подразделений УТ МВД России Уральскому федеральному округу.

8. Сведения об эффективности внедрения научной продукции: использование методических рекомендаций по теме: «Модернизация спортивных залов органов внутренних дел для улучшения показателей физической подготовки сотрудников» позволит качественно оснастить спортивные помещения территориальных подразделений УТ МВД России Уральскому федеральному округу, привести к единому образцу, данные рекомендации будут применяться при осуществлении планирования закупок спортивного оборудования для спортивных залов подчиненных подразделений.

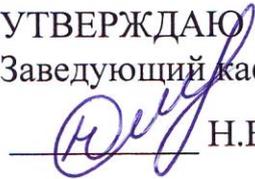
Начальник ОПП ОРЛС
УТ МВД России по УрФО
капитан полиции



К.А. Гамзин

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теоретических основ и менеджмента физической культуры и туризма

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
 Н.В. Соболева

« ____ » _____ 2025 г.

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**МОДЕРНИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ ЗАЛОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ
ДЕЛ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ**

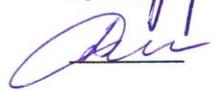
49.04.01 Физическая культура

49.04.01.05 Управление и эксплуатация спортивных сооружений

Научный руководитель  доцент, канд. архитектуры О.Н. Блянкинштейн

Выпускник  А.Ф. Казачков

Рецензент  доцент, канд. пед. наук С.Н. Чернякова

Нормоконтролер  М.В. Думчева

Красноярск 2025