

В. А. Овчинников, Р. А. Исеев

ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА В СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОВД

В статье изложен анализ ведомственных документов, касающихся раздела физическая подготовка. Исходя из анализа профессиональной деятельности сотрудников милиции, обоснован вывод о профессионально важных физических качествах в служебной деятельности сотрудников органов внутренних дел.

Ключевые слова: профессиональная деятельность, профессионально важные физические качества, сотрудники органов внутренних дел.

V. A. Ovchinnikov, R. A. Isaev

PROFESSIONALLY IMPORTANT PHYSICAL QUALITIES OF LAW ENFORCEMENT OFFICIALS

In the article the authors analyze departmental documents related to Physical Training. On the basis of the analysis of militia officers' professional activities they give grounds for conclusion about professionally important physical qualities of law enforcement officials.

Keywords: professional activities, professionally important physical qualities, law enforcement officials.

В процессе своей деятельности работники милиции подвергаются экстремальным по величине и продолжительности нагрузкам, требующим предельной мобилизации функциональных возможностей организма и предъявляющим высокие требования к физической подготовке. Сотрудникам органов внутренних дел (ОВД) в служебной деятельности необходимо быть готовым обеспечивать личную и общественную безопасность, противопоставлять полученные теоретические знания и практические умения, двигательные навыки физически и материально подготовленным правонарушителям и преступникам. Эти факторы обуславливают высокие требования, предъявляемые к уровню физической подготовленности сотрудников ОВД и к высокому уровню развития физических качеств.

Под физическими качествами принято понимать врожденные (генетически унаследованные) морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая (материально выраженная)

активность человека, реализующаяся в полной мере в целесообразной двигательной деятельности [3, 4]. К основным физическим качествам относят: мышечную силу, быстроту, выносливость, ловкость и гибкость.

Развитие физических качеств, как и формирование двигательных навыков, во многом зависит от образования условно-рефлекторных отношений в центральной нервной системе.

Для развития физических качеств характерна значительно меньшая по сравнению с формированием навыков осознанность тех компонентов, из которых складывается успех в достижении намеченной цели. Можно рассказать человеку, как надо выполнять то или иное движение (например, защиту от ножа), но никакие объяснения не помогут установить наилучшие координационные отношения в деятельности сердечно-сосудистой системы, чтобы добиться большей выносливости.

Существование двух сторон двигательной функции — навыков и качеств — приводит к

выделению в процессе физического воспитания двух направлений: обучение движениям (техническая подготовка) и воспитание физических качеств (физическая подготовка) [2].

Профессиональная деятельность работников ОВД связана с выполнением своих служебных обязанностей в любых погодно-климатических условиях. По роду своей деятельности сотрудникам ОВД приходится осуществлять охрану общественного порядка, обеспечивать безопасность дорожного движения, общественную безопасность при проведении массовых, спортивно-зрелищных мероприятий, охранять специализированные и государственные объекты, принимать меры пожаротушения, конвоирования, а в необходимых случаях — преследование, задержание, огневое поражение правонарушителей и преступников. В этой связи высокая физическая подготовленность является одним из главных требований, предъявляемых к сотруднику ОВД, и вопрос об определении

наиболее важных физических качеств для его профессиональной деятельности остается наиболее актуальным и требующим окончательного его решения.

На основе изучения содержания приказов, распоряжений МВД РФ и других документов [1, 5, 6], регламентирующих деятельность сотрудников ОВД, можно обобщить и систематизировать перечень задач, которые ставятся перед ними. Так, подготовка к выполнению указанных задач осуществляется в том числе и с помощью тактико-специальных действий, выполнение которых требует от личного состава проявления определенных физических качеств и двигательных способностей.

Сформулированная логическая цепочка: «задачи — действия по выполнению этих задач — необходимые физические качества» была положена нами в основу определения профессионально важных физических качеств сотрудников ОВД (табл. 1).

Таблица 1

Профессионально важные физические качества сотрудников ОВД

Задачи	Действия по выполнению задач	Необходимые физические качества	Двигательные способности
Охрана общественного порядка и обеспечение общественной безопасности на улицах и при проведении различных спортивно-массовых мероприятий	Патрулирование, преследование, задержание правонарушителей, в том числе сопротивляющихся, с использованием боевых приемов борьбы и специальных средств	Выносливость, ловкость, сила, быстрота	Выносливость общая и специальная; способность точно соизмерять пространственные, временные и силовые параметры движений; способность удерживать устойчивое положение в статическом и динамическом режимах; собственно силовые способности, скоростно-силовые способности, силовая выносливость; быстрота реакции, быстрота выполнения целостных двигательных действий, реакция выбора, реакция на движущийся объект
Розыск и задержание невооруженных и вооруженных преступников	Поиск, преследование, блокирование, штурм, задержание, сопровождение	Выносливость, быстрота, ловкость, сила	Выносливость общая и специальная; быстрота реакции, быстрота выполнения целостных двигательных действий, частота движений, реакция выбора, реакция на движущийся объект; способность точно соизмерять пространственные, временные и силовые параметры движений; способность удерживать устойчивое положение в статическом и динамическом режимах; собственно силовые способности, скоростно-силовые способности
Пресечение массовых беспорядков в населенных пунктах	Оцепление, блокирование, рассечение, вытеснение, изъятие зачинщиков, задержание, сопровождение	Сила, ловкость, быстрота	Собственно силовые способности, скоростно-силовые способности; способность точно соизмерять пространственные, временные и силовые параметры движений; способность удерживать устойчивое положение в статическом и динамическом режимах, способность управлять тонической и координационной напряженностью; быстрота реакции, быстрота выполнения целостных двигательных действий, реакция выбора, реакция на движущийся объект
Пресечение захвата важных объектов	Вытеснение, блокирование, задержание нападающих, патрульно-постовая служба	Сила, ловкость, быстрота	Собственно силовые способности, скоростно-силовые способности; способность точно соизмерять пространственные, временные и силовые параметры движений; способность удерживать устойчивое положение в статическом и динамическом режимах; быстрота реакции, быстрота выполнения целостных двигательных действий
Участие в ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	Патрульно-постовая служба, задержание нарушителей общественного порядка, сопровождение	Выносливость, ловкость, сила	Выносливость общая и специальная; способность точно соизмерять пространственные, временные и силовые параметры движений; способность удерживать устойчивое положение в статическом и динамическом режимах; собственно силовые способности, скоростно-силовые способности, силовая выносливость

Из табл. 1 видно, что при решении различных задач, как правило, требуется проявление всех основных физических качеств. Для действий, связанных с силовым задержанием активно

сопротивляющихся правонарушителей и их последующим конвоированием, необходимо проявление абсолютной и взрывной силы, способности к ориентированию, способности к

сохранению устойчивого равновесия, быстрота реакции и двигательных действий, проявление специальной выносливости к силовой работе в изометрическом режиме. Причем приходится затрачивать значительное количество энергии в короткий промежуток времени. Все эти качества необходимы и при сдерживании толпы, при изъятии зачинщиков беспорядков и при переноске пассивно сопротивляющихся правонарушителей. При ведении противоборств, связанных с нанесением ударов руками, ногами, специальными средствами (резиновой палкой), необходимы взрывная сила, специальная выносливость, точность соотношения пространственных, временных и силовых характеристик движений, быстрота реакции и двигательных действий. При преследовании и задержании правонарушителей необходима быстрота выполнения целостных двигательных действий, частота движений, скорость одиночного движения, что позволяет в достаточно короткое время догнать и задержать пытающегося убежать правонарушителя. При ускоренном передвижении к месту нарушения общественного порядка или поиске преступника, его преследовании при попытке скрыться требуется общая выносливость в условиях работы циклического характера, выполняемая в режимах субмаксимальной и максимальной интенсивности.

Для многих сотрудников правоохранительных органов характерно чередование периодов действий с незначительной физической нагрузкой и с достаточно высокой двигательной активностью. Большой объем разнообразных действий, включающих в работу более 2/3 всех мышечных групп, имеет место при задержании преступника или нарушителя общественного порядка. Сотруднику милиции необходимо обладать хорошей силовой подготовленностью и в то же время уметь быстро перестраивать двигательные действия в соответствии с внезапно меняющейся обстановкой (сенсомоторная координация, способность быстро овладевать новыми движениями).

При несении службы у сотрудника милиции может возникнуть необходимость в использовании табельного оружия. При этом он должен уметь

выполнять быстрые, точные и экономичные движения, связанные с проявлением ловкости и координации, а также целевой точностью при поражении. Кроме того, он довольно часто действует в опасных, экстремальных ситуациях при ликвидации последствий аварийных и экстремистских проявлений. Все это требует от сотрудника умения совершать правильные двигательные действия в минимальный промежуток времени, высокого уровня развития различных видов двигательных реакций, среди которых особое значение имеют: простая двигательная реакция (быстрый ответ заранее известным движением на сигнал), реакция различения (быстрый выбор нужного двигательного ответа на ряд возможных сигналов), реакция переключения (способность быстро и точно переключаться с одного двигательного задания на другое). Хорошая реакция, особенно при выполнении боевых задач, является одним из показателей высокой квалификации сотрудника правоохранительных органов. Работа некоторых категорий сотрудников ОВД характеризуется малоподвижностью, длительным пребыванием в вынужденной позе — сидя, стоя. Такая ограниченная двигательная активность ухудшает профессиональную работоспособность, приводит к большому количеству ошибок, оказывает отрицательное кумулятивное воздействие на жизненно важные функции в системе организма. Необходимость сохранять высокую работоспособность в условиях длительной гиподинамии требует развития статической выносливости мышц туловища и спины, испытывающих наибольшее напряжение во время малоподвижной работы. Особым значением при решении большинства оперативно-служебных задач будет характеризоваться высокая степень управления равновесием как в статических, так и в динамических режимах.

Из вышеизложенного следует, что решение служебно-оперативных задач требует от сотрудника милиции развития и проявления всех основных физических качеств и способностей: общей выносливости, максимальной силы и силовой выносливости, взрывной силы и

быстроты (скоростно-силовых способностей), гибкости и ловкости (координационных способностей). Окончательное разрешение вопроса о ранжировании наиболее значимых физических качеств для профессиональной деятельности сотрудника ОВД требует еще дальнейшего исследования.

Список библиографических ссылок

1. О милиции: закон Российской Федерации. 6-е изд. М., 2002.
2. Овчинников В. А. Воспитание физических качеств сотрудников ОВД: учеб. пособие. Волгоград, 2001.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ. культуры. М., 1991.
4. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. 2-е изд., испр. М., 2004.
5. Об основах государственной службы Российской Федерации: федер. закон от 31 июля 1995 г. // СЗ РФ. 1995. № 39. Ст. 2990.
6. Об оперативно-розыскной деятельности в Российской Федерации: федер. закон от 12 августа 1995 г. // СЗ РФ. 1995. № 33. Ст. 3349.