

УДК 796.015

## АНАЛИЗ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СЛУШАТЕЛЕЙ УЧРЕЖДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СЛЕДСТВЕННОГО КОМИТЕТА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

**И.В. ЕЛСАКОВ**

*(Институт повышения квалификации и переподготовки  
Следственного комитета Республики Беларусь, Минск)*

*Рассмотрена служебная деятельность сотрудников правоохранительных органов на предмет определения физических качеств, необходимых при несении службы. Проведено сравнение результатов, показанных при выполнении контрольных упражнений слушателями переподготовки УО «Институт повышения квалификации и переподготовки Следственного комитета» (далее – Институт СК) в начале обучения, с результатами выпускных экзаменов. Проанализировано развитие физических качеств сотрудников правоохранительных органов, обучающихся в учреждениях дополнительного образования в лимитируемые сроки.*

**Ключевые слова:** профессионально-прикладная физическая подготовка, физические качества, физическая подготовленность, контрольные упражнения, слушатели; сотрудники, правоохранительные органы.

**Введение.** Следственный комитет Республики Беларусь – единая централизованная система, включающая государственные правоохранительные органы, являющиеся органами предварительного следствия и осуществляющие полномочия в сфере досудебного уголовного производства, и учреждение образования. Следственный комитет (далее – СК) является военизированной организацией, сотрудники которой выполняют задачи по всестороннему, полному, объективному и оперативному расследованию преступлений в соответствии с подследственностью; защите прав и законных интересов граждан, организаций; защите государственных и общественных интересов; соблюдению законности при проверке заявлений и сообщений о преступлениях, возбуждении уголовных дел, производстве предварительного следствия [1, с. 1–2].

Деятельность следователя, если проводить хронометраж рабочего времени, в основном характеризуется камеральным (кабинетно-канцелярским) профилем. Вместе с тем в составе каждой следственно-оперативной группы (далее – СОГ) есть сотрудник СК. Заступая на суточное дежурство в СОГ, в зависимости от оперативной обстановки сотрудники выбывают на места совершения преступлений в среднем до трех раз за дежурство. Разбирательства на месте осуществляются, как правило, не менее двух часов. За это время сотрудник с учетом обстоятельств дела преодолевает значительные расстояния и различные препятствия, периодически останавливаясь и занимая статическое положение (присед, полуприсед, стоя) для фиксации следовой картины происшествия. Кроме того, следователи территориальных отделов СК по роду своей деятельности опрашивают и проводят допросы лиц, подозреваемых или причастных к совершению преступлений. Зачастую данные лица склонны к физическому насилию в отношении сотрудников и попыткам совершения побега из-под стражи либо с места совершения преступления при проведении следственных действий. Для защиты от нападения со стороны подозреваемого сотруднику необходимо незамедлительно отреагировать на насильственные действия (удар, захват конечностей и одежды, обхват туловища и др.) и применить боевой прием борьбы или силовое воздействие. Следует отметить, что это не спортивная схватка, в которой соблюдаются правила ведения поединка, нападающий имеет определенный умысел, выражающийся в нанесении телесных повреждений, завладении табельным оружием и попытке скрыться с места совершения следственных действий. Совершая побег, подозреваемый может в зависимости от подготовки и психического состояния преодолеть значительную дистанцию, используя естественные преграды, укрытия, при этом резко изменяя направление движения.

Продуктивное выполнение должностных обязанностей невозможно без таких физических качеств, как общая и специальная выносливость, статическая сила и координационные способности. Сталкиваясь с экстремальными и параэкстремальными ситуациями, сотрудник должен быть готовым применить такие качества, как быстрота, координационные способности, сила, общая и специальная выносливость. Под «экстремальными условиями» в статье понимаются долгосрочные условия, создающие реальную угрозу жизни и здоровью сотрудников, требующие от последних проявления необходимых психических, физических качеств и технико-тактических действий прикладного характера. Полагаем, что сотрудники в основном реализуют профессиональную деятельность в параэкстремальных (особых, напряженных) условиях – экстремальных ситуациях в терминологии [2, с. 321].

**Основная часть.** Анализ литературы таких авторов, как С.М. Ашкинази [3], В.А. Барташ [4], С.А. Гайдук [5], С.В. Шукан [6], Г.И. Башлакова [7], свидетельствует о том, что содержание и направленность профессионально-прикладной физической подготовки (далее – ППФП) военнослужащих и сотрудников государственных органов системы обеспечения национальной безопасности определяются с учетом особенностей конкретного вида профессиональной деятельности, в зависимости от принадлежности к определенному ведомству, роду войск. ППФП базируется на развитии профессионально важных качеств, формируемых и эффективно закрепляемых в процессе

комплексных занятий с различными заданиями, в разных внешних условиях, моделирующих ситуации оперативно-служебной деятельности.

Ряд вопросов, характерных для всего правоохранительного блока, представлены в исследованиях, посвященных ППФП в органах пограничной службы (А.В. Козыревский [8]), подразделениях Министерства по чрезвычайным ситуациям (Е.А. Чумила [9]). Исследования проблем ППФП в органах внутренних дел (В.В. Леонов [10]) в значительной части связаны с ведомственными учреждениями высшего образования.

В вузе процесс обучения длится четыре года, и подготовке курсантов уделяется особое внимание, т.к. во время обучения закладывается тот теоретический и методический фундамент, на основе которого в дальнейшем будет организована не только практическая деятельность сотрудников, но и их дальнейшее профессиональное развитие, самосовершенствование. ППФП курсантов учреждений образования правоохранительных органов – это специально направленный процесс использования средств физической культуры и спорта для развития физических качеств и овладения двигательными умениями и навыками, необходимыми для профессиональной деятельности сотрудников [11, с. 205]. Профессиональная подготовка носит ярко выраженный прикладной характер, т.к. только физически подготовленный, обладающий необходимыми профессионально важными прикладными навыками и умениями, сформированными волевыми качествами сотрудник может выполнить сложные, ответственные, связанные с физическими нагрузками профессиональные задачи [12, с. 46]. Несмотря на значительные наработки отечественных и зарубежных ученых, сегодня продолжается поиск оптимальных организационных форм образовательного процесса, комбинаций методов развития у курсантов необходимых навыков и умений. В этой связи исходный материал таких исследований, организация педагогического эксперимента, соответствующие выводы и рекомендации взаимосвязаны с образовательной программой высших учебных заведений. Однако в системе Министерства внутренних дел (далее – МВД) есть учреждение образования другого типа, с отличающейся образовательной программой и требованиями к зачислению и организации образовательного процесса. УО «Центр повышения квалификации руководящих работников и специалистов МВД Республики Беларусь» (далее – ЦПК) является учреждением дополнительного образования взрослых и обеспечивает первоначальную подготовку и повышение квалификации сотрудников ОВД. Наряду с ЦПК схожие задачи возлагаются на УО «Институт повышения квалификации и переподготовки Следственного комитета» (далее – Институт СК), где также в лимитированный период времени проходят переподготовку сотрудники Следственного комитета. Лимитируемый период времени составляет 14 недель для курсантов ЦПК и 16 недель для слушателей Института СК. Учебными программами на дисциплину «Физическая подготовка» в ЦПК отводится 100 академических часов [13, с. 5], в Институте СК – 80 академических часов [14, с. 5]. Считается, что именно качественная подготовка на этапе первоначального обучения и последующих повышений квалификации позволит сотрудникам эффективно решать поставленные задачи. Одним из ключевых компонентов профессиональной подготовки является физическая подготовка, определяемая уровнем физической подготовленности сотрудников. Физическая подготовленность развивается прямо пропорционально результатам развития физических качеств обучающихся.

В результате исследования, проведенного ранее, было установлено, что наименее подготовленными к сдаче контрольных упражнений (входной контроль) показали себя курсанты и слушатели, окончившие гражданские высшие учебные заведения. Эта категория курсантов продемонстрировала значимо более низкие результаты по сравнению с остальными тестируемыми группами (прошедшими службу в вооруженных силах, закончившими средние учреждения образования): в силовом компоненте ( $P < 0,001$ ); в развитии быстроты и координационных способностей ( $P < 0,05$ ); в развитии аэробной выносливости ( $P < 0,001$ ) и ( $P < 0,01$ ) соответственно. Разный уровень физической подготовленности требует повышенного внимания к развитию физических качеств обучающихся, имеющих высшее образование, что свидетельствует о целесообразности корректировки программы по дисциплине «Физическая подготовка» [15, с. 91].

В процессе исследования был проведен анализ развития физических качеств слушателей института при сдаче контрольных нормативов (бег на 1000 м, бег 10x10 м, подтягивание на высокой перекладине, комплексно-силовое упражнение, прыжок в длину с места), принимаемых у сотрудников в начале и по окончании срока обучения.

При проведении исследования были изучены научно-методические работы, проведены педагогическое наблюдение, анкетирование на предмет отношения слушателей к своей физической подготовленности, тестирование, сравнительный анализ полученных результатов с применением *t*-критерия Стьюдента.

Исследование проводилось в период с января по май 2022 г. во время обучения контрольной группы, в которую входили 20 слушателей мужского пола, средний возраст 23 года, имеющих высшее образование. Следует отметить, что сотрудники до поступления в СК не проходили службу в военизированных подразделениях.

Исследование включало четыре этапа. Первый этап – входной контроль (прием контрольных нормативов) кандидатов на обучение с целью выявления показателей физической подготовленности в соответствии с предъявляемыми требованиями. Второй этап заключался в определении самооценки физической подготовленности слушателей в начале и по окончании обучения (анкетирование) с применением *t*-критерия Стьюдента (таблица 1) с целью выявления различий в отношении своей физической формы. Во время третьего этапа по истечении 16 недель на момент окончания обучения был проведен итоговый контроль (прием контрольных нормативов) слушателей, прошедших обучение. На четвертом этапе с применением *t*-критерия Стьюдента было осуществлено

сравнение результатов, показанных группой во время поступления, с результатами, полученными при завершении обучения. Проведен анализ, который представлял интерес относительно различия в уровнях развития физических качеств группы (таблица 2) с целью выявления динамики роста физической подготовленности слушателей.

Таблица 1. – Различия в самооценке физической подготовленности слушателей с применением *t*-критерия Стьюдента

Самоопределение уровня	Входной контроль $n = 22$ ( $x \pm m$ )	Экзамен $n = 22$ ( $x \pm m$ )	$P$
	1	2	$t$
Освоение программы по физической подготовке	4,27±1,11	3,68±1,11	$P < 0,001$ 3,74
Освоение боевых приемов борьбы	4,18±1,67	4,32±1,11	$P < 0,001$ 6,77
Общая физическая подготовленность	3,84±7,81	3,75±8,37	$P < 0,001$ 7,14

Анкетирования, проведенные на втором этапе исследования, показывают существенные различия в самооценке слушателей в начале и по окончании обучения к уровню освоения программы по физической подготовке ( $P < 0,001$ ); боевых приемов борьбы ( $P < 0,001$ ); общей физической подготовленности ( $P < 0,001$ ). Полученные данные позволяют сделать вывод о положительной динамике в оценке совершенствования тактико-технических действий и физической подготовленности слушателей на момент завершения обучения.

Таблица 2. – Различия в уровне физической подготовленности слушателей с применением *t*-критерия Стьюдента

Упражнение	Входной контроль $n = 22$ ( $x \pm m$ )	Экзамен $n = 22$ ( $x \pm m$ )	$P$
	1	2	$t$
Бег 1000 м, с	288,41±8,37	277,73±8,54	$P < 0,001$ 3,78
Челночный бег 10x10 м, с	27,81±3,30	27,59±3,90	$P > 0,05$ 0,83
Подтягивание, кол-во раз	3,86±6,13	6,23±7,81	$P < 0,01$ 3,10
Комплексно-силовое упражнение, кол-во раз	44,14±1,78	54,23±1,84	$P < 0,01$ 3,78
Прыжок в длину с места, см	203,18±5,02	214,68±5,02	$P < 0,01$ 2,99

Результаты контроля физической подготовленности, показанные слушателями в начале и по окончании обучения, показали значимые различия ( $P < 0,001$ ) в совершенствовании таких физических качеств, как общая выносливость (бег 1000 м), силовая выносливость (подтягивание на высокой перекладине ( $P < 0,01$ ), комплексно-силовое упражнение ( $P < 0,01$ ), сила (прыжок в длину с места  $P < 0,01$ ). Результаты исследования подтверждают эффективность применяемой программы обучения в части совершенствования таких физических качеств, как общая, силовая выносливость и сила. Однако существенных различий в результатах упражнения, направленного на контроль скоростной выносливости и координационных способностей (челночный бег 10x10 м), выявлено не было ( $P > 0,05$ ).

Существуют субъективные и объективные причины незначительных различий в показанных результатах. К субъективным причинам относится то, что челночный бег – сложное координационное упражнение. Наиболее выгодные условия для развития координационных способностей отмечаются в возрасте от семи до девяти лет [16, с. 168]. Также можно отметить, что достичь видимой положительной динамики за столь короткое время обучения в этом показателе без специальной работы представляется сложной задачей. К объективным причинам можно отнести методику проведения занятий по физической подготовке, которая не должным образом способствовала получению существенной разницы в результатах контрольного упражнения челночный бег. Речь идет о необходимости более тщательного внимания на развитие таких физических качеств слушателей, как координационные способности и скоростная выносливость. Несомненно, координационные способности, проявляющиеся в двигательной деятельности, во многом зависят от скоростных, силовых, скоростно-силовых качеств [17, с. 305].

Отметим, что основная часть учебного времени на занятиях по физической подготовке отведена на освоение боевых приемов борьбы (далее – БПБ). В свою очередь уровень развития специальных физических качеств непосредственным образом влияет на время приобретения слушателями необходимых умений и навыков

эффективного применения БПБ. Чем более физически развит и координирован сотрудник, тем успешнее будут освоены, а главное, применены в соответствующей оперативной обстановке необходимые приемы. Необходимо подчеркнуть, что наиболее эффективным средством развития и совершенствования профессионально значимых физических качеств являются упражнения комплексного воздействия, соответствующие осваиваемым БПБ [18, с. 43]. Значимость средств физической культуры и спорта для системы профессиональной подготовки слушателей учреждения образования определяется направленностью этих средств на повышение уровня физической подготовленности и освоения боевых приемов борьбы. Одним из основных условий достижения профессионального мастерства является высокий уровень развития необходимых физических качеств и уверенное владение тактико-техническими действиями боевого раздела борьбы.

**Заключение.** Анализ результатов проведенного исследования показал, что для более качественного развития основных физических качеств, которые в т.ч. будут способствовать уверенному овладению БПБ, следует разработать методику, позволяющую внедрить в основную часть практических занятий (по обучению БПБ) блоки, направленные на совершенствование физической подготовленности обучающихся. В настоящее время методика, направленная на повышение уровня общей и специальной выносливости, а также совершенствование защитных и атакующих действий с применением средств фитнес-технологий с целью более уверенного и качественного освоения разделов учебной программы по изучению БПБ за лимитированный период времени, проходит апробацию в Институте СК.

Элемент новизны заключается в том, что физическая нагрузка направленного характера осуществляется в процессе учебных занятий по овладению БПБ в непродолжительный период времени с применением метода интервальных тренировок и использованием современных подходов в обучении молодых сотрудников (элементы фитнес-технологий, музыкальное сопровождение, применение мультимедийных обучающих систем) защитным и атакующим действиям.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Об образовании Следственного комитета Республики Беларусь [Электронный ресурс] : Указ Президента Респ. Беларусь, 12 сент. 2011 г., № 409 : в ред. Указа Президента Респ. Беларусь от 17.11.2014 г., № 535 // Консультант Плюс. Беларусь / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2016.
2. Маришук, Л.В. К вопросу об условиях деятельности сотрудников органов внутренних дел / Л.В. Маришук, И.В. Елсаков // Ученые записки Белорус. гос. ун-т физ. культуры : сб. науч. тр. / редкол.: С.Б. Репкин [и др.]. – Минск, 2020. – Вып. 23. – С. 314–322.
3. Ашкинази, С.М. Вопросы теории и практики рукопашного боя в Вооруженных Силах Российской Федерации / С.М. Ашкинази ; под ред. В.Л. Маришука. – СПб. : Воен. ин-т физ. культуры, 2001. – 210 с.
4. Барташ, В.А. Профессиональный психофизический отбор кандидатов на службу в подразделения специального назначения / В.А. Барташ, О.А. Чернышев ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2019. – 275 с.
5. Гайдук, С.А. Технология формирования волевых качеств в процессе профессионально-прикладной физической подготовки / С.А. Гайдук, Л.В. Маришук. – Минск : МГВРК, 2007. – 200 с.
6. Шукан, С.В. Повышение уровня физической подготовленности курсантов учреждений образования министерства внутренних дел Республики Беларусь в процессе профессионально-прикладной физической подготовки : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / С.В. Шукан. – Минск, 2012. – 188 л.
7. Башлакова, Г.И. Формирование навыков задержания нарушителей на водных участках государственной границы Республики Беларусь в профессионально-прикладной физической подготовке курсантов : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Г.И. Башлакова. – Минск, 2018. – 27 с.
8. Козыревский, А.В. Технология сопряженного формирования физической подготовленности и эмоционально-волевой устойчивости пограничников / А.В. Козыревский, Л.В. Маришук. – Минск : ИПС Респ. Беларусь, 2016. – 208 с.
9. Чумила, Е.А. Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки курсантов учебных заведений МЧС Республики Беларусь / Е.А. Чумила // Мир спорта. – 2015. – № 2. – С. 41–47.
10. Организация профессионально-прикладной физической подготовки в органах внутренних дел : пособие / В.В. Леонов [и др.]. – Минск : Акад. МВД, 2016. – 186 с.
11. Кривенков, Ю.В. Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки курсантов учреждений образования МВД / Ю. В. Кривенков // Актуальные вопросы права, образования и психологии : сб. науч. тр. / редкол.: В. Е. Бурый [и др.]. – Могилев, 2017. – Вып. 5. – С. 205–209.
12. Башлакова, Г.И. Анализ особенностей оперативно-служебной деятельности и самооценки уровня физической подготовленности сотрудников и военнослужащих органов пограничной службы / Г.И. Башлакова // Мир спорта. – 2017. – № 1. – С. 45–46.
13. Елсаков, И.В. Физическая подготовка : учеб. программа первоначал. подготовки лиц, планируемых к назначению на должности рядового и начальствующего состава ОВД / И.В. Елсаков. – 2021. – 9 с.
14. Гайдук, С.А. Физическая подготовка сотрудников Следственного комитета : учеб. программа / Ин-т Следств. Ком. ; разработ.: С.А. Гайдук, М.А. Бусыгина, Е.В. Денисенко. – Минск, 2021. – 12 с.
15. Маришук, Л.В. Сравнительный анализ уровня физической подготовки выпускников учреждений высшего образования и лиц, прошедших срочную службу в Вооруженных Силах Республики Беларусь / Л.В. Маришук, И.В. Елсаков // Мир спорта. – 2022. – № 1. – С. 81–91.
16. Платонов, В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В.Н. Платонов – М. : Спорт, 2019. – 656 с.

17. Шилакин, Б.В. Координационные способности как основа освоения и совершенствования умений и навыков боевых приемов борьбы курсантами вузов МВД России / Б.В. Шилакин, А.В. Захаров, А.Д. Калинин // Ученые зап. ун-та им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 5 (159) – С. 303–307.
18. Шукан, С.В. Параметры тренировочных нагрузок при использовании упражнений комплексного воздействия в процессе развития и совершенствования профессионально значимых физических качеств сотрудника милиции / С.В. Шукан, В.В. Леонов // Мир спорта. – 2015. – № 1. – С. 42–46.

Поступила 16.09.2022

**ANALYSIS OF DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES  
OF STUDENTS OF THE INSTITUTION OF ADDITIONAL EDUCATION  
OF THE INVESTIGATIVE COMMITTEE OF THE REPUBLIC OF BELARUS**

**I. YELSAKOU**

*(Institute for Advanced Training and Retraining Investigative Committee  
of the Republic of Belarus, Minsk)*

*The article analyzes professional performance of law enforcement officers in order to determine the physical qualities needed for officers in order to perform their duties. The comparison was made between the results demonstrated during control exercises performed by the re-trained students of the educational institution “Institute for Advanced Studies and Retraining of the Investigative Committee” (hereinafter referred to as the Institute of the Investigative Committee) at the beginning of the course and the results of final exams. An analysis was made of development of the physical qualities of law enforcement officers studying in institutions of additional education during a limited time period.*

**Keywords:** *professionally applied physical training, physical qualities, physical fitness, control exercises, students, officers, law enforcement authorities.*