

Научная статья**УДК 378.147:796.8****DOI: 10.25683/VOLBI.2024.69.1108****Aleksander Yurievich Osipov**

Candidate of Pedagogy, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of Physical Culture
of the Institute of Physical Culture,
Sport and Tourism,
Siberian Federal University;
Associate Professor of the Department of Physical Culture
Prof. V.F. Voino-Yasenetsky Krasnoyarsk State Medical University;
Professor of the Department of Physical Training,
Siberian Law Institute of the MIA of Russia
Krasnoyarsk, Russian Federation
Ale44132272@ya.ru

Andrey Sergeevich Yurkov

Candidate of Pedagogy,
Associate Professor of the Department of Physical Culture
of the Institute of Physical Culture, Sport and Tourism,
Siberian Federal University
Krasnoyarsk, Russian Federation
yurandser@mail.ru

Vladimir Aleksandrovich Filippovich

Candidate of Pedagogy, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of Physical Training,
Siberian Law Institute of the MIA of Russia
Krasnoyarsk, Russian Federation
filvov_69@yandex.ru

Sergey Anatolyevich Fomin

Senior lecturer of the Department of Physical Training,
Siberian Law Institute of the MIA of Russia
Krasnoyarsk, Russian Federation
fomin12021968@gmail.com

Александр Юрьевич Осипов

канд. пед. наук, доцент,
доцент кафедры физической культуры Института физической
культуры, спорта и туризма,
Сибирский федеральный университет;
доцент кафедры физической культуры,
Красноярский государственный медицинский университет
имени профессора В. Ф. Войно-Ясенецкого;
профессор кафедры физической подготовки,
Сибирский юридический институт МВД России
Красноярск, Российская Федерация
Ale44132272@ya.ru

Андрей Сергеевич Юрков

канд. пед. наук,
доцент кафедры физической культуры Института физической
культуры, спорта и туризма,
Сибирский федеральный университет
Красноярск, Российская Федерация
yurandser@mail.ru

Владимир Александрович Филиппович

канд. пед. наук, доцент,
доцент кафедры физической подготовки,
Сибирский юридический институт МВД России
Красноярск, Российская Федерация
filvov_69@yandex.ru

Сергей Анатольевич Фомин

старший преподаватель кафедры физической подготовки,
Сибирский юридический институт МВД России
Красноярск, Российская Федерация
fomin12021968@gmail.com

АКТУАЛИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ И СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ

5.8.4 — Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

Аннотация. Эксперты указывают, что уровень физической подготовки большей части курсантов, офицеров и сотрудников полиции не способствует эффективному решению служебных задач, связанных с физической подготовкой полицейских. Актуальные научные исследования свидетельствуют, что уровень физической подготовки значительной части офицеров и сотрудников полиции не соответствует оптимальным параметрам. По мнению экспертов, проблема недостаточного уровня физической подготовленности полицейских связана с недостатками профессионального обучения будущих сотрудников полиции в вузах МВД России и учебных центрах подготовки полицейских. Статья посвящена поиску наиболее эффективных методов организации процесса физической подготовки у курсантов, офицеров и сотрудников полиции, способствующих эффективному выполнению различных служебных задач, связанных с уровнем физической подготовленности полицейских. Поиск научной информации выполнен в международных наукометрических базах: MEDLINE (PubMed), Cochrane library и Google Scholar. Все собранные научные данные были критически оценены

авторами и сторонними экспертами с помощью специального инструмента объективной оценки методологического качества исследований — шкалы PEDro. Методология оценки и анализа собранных данных позволила выделить семь исследований, удовлетворяющих всем требованиям поиска данных. Некоторые исследования представляли собой качественные обзоры научной литературы, большинство работ содержало результаты оригинальных исследований. Авторами работ выступали специалисты из Бразилии, США, ОАЭ, России, Сербии, Словакии, Боснии и Герцеговины, Польши и Нидерландов. Анализ данных показал, что практика физической подготовки курсантов, офицеров и сотрудников полиции должна обязательно включать в себя регулярное фитнес-тестирование, комплексные программы силовой и функциональной подготовки, программы, способствующие развитию гибкости и подвижности обучающихся.

Ключевые слова: правоохранительные органы, физическая подготовка, анализ научной литературы, сотрудники полиции, фитнес-тесты, программы подготовки, мобильность, служебные задачи, шкала PEDro, анализ данных

Для цитирования: Осипов А. Ю., Юрков А. С., Филиппович В. А., Фомин С. А. Актуализация процесса физической подготовки курсантов и сотрудников полиции // Бизнес. Образование. Право. 2024. № 4(69). С. 278—283. DOI: 10.25683/VOLBI.2024.69.1108.

ACTUALIZATION OF THE PHYSICAL TRAINING OF CADETS AND POLICE OFFICERS

5.8.4 — Physical culture and professional physical training

Abstract. Professionals report that the physical fitness profile of the majority of cadets and police staffs does not contribute to the effective solution of official tasks related to the physical fitness profile of police staffs and cadets. Current scientific research shows that physical fitness profile of a significant part of police staffs does not meet the optimal parameters. According to professionals, the problem of insufficient physical fitness profile of police staffs is associated with shortcomings in the professional training of future police officers in universities of the MIA of Russia and police academies. This article is devoted to the search for the effective methods of organizing the physical training routine of police staffs and cadets, contributing to the effective performance of official tasks, related to the physical fitness profile of police staffs. The data were searched in international science databases: MEDLINE (PubMed), Cochrane library and Google Scholar. The collected data were assessed by the authors and external profes-

sionals using a special tool for assessing the methodological quality of scientific studies — the PEDro scale. The methodology of evaluation and analysis of the collected data allowed us to identify seven studies that meet all the requirements of data retrieval. Some studies were qualitative literature reviews; most of the scientific works contained the results of original research. The investigations were by experts from Brazil, the United States of America, the United Arab Emirates, Russia, Serbia, Slovakia, Bosnia and Herzegovina, Poland and the Netherlands. The analysis of the data indicates that the routine of physical training of police staffs and cadets should include regular fitness tests, programs of strength and functional training, and fitness programs that promote the development of flexibility and mobility.

Keywords: law enforcement agencies, physical training, analysis of scientific literature, police officers, fitness tests, training programs, mobility, service tasks, PEDro scale, data analysis

For citation: Osipov A. Yu., Yurkov A. S., Filippovich V. A., Fomin S. A. Actualization of the physical training of cadets and police officers. *Biznes. Obrazovanie. Pravo = Business. Education. Law.* 2024;4(69):278—283. DOI: 10.25683/VOLBI.2024.69.1108.

Введение

Актуальность. Хорошо известно, что профессиональная деятельность большинства офицеров и сотрудников полиции является довольно напряженной, стрессовой и физически трудной, содержащей определенные риски и угрозы как для психофизического здоровья, так и жизни полицейских [1—3]. Поскольку деятельность сотрудников полиции зачастую связана с эффективным решением различных служебных силовых задач: пресечением правонарушений, задержанием и сопровождением правонарушителей, защитой жизни и здоровья граждан, — данная деятельность предъявляет повышенные требования к уровню физической подготовленности полицейских, в первую очередь к уровню их общей и силовой выносливости, скорости и мышечной силы [2; 4; 5].

Изученность проблемы. Профессионалам хорошо известно, что уровень физической подготовленности офицеров и сотрудников полиции к выполнению профессиональных служебных задач можно выявить с помощью использования специальных фитнес-тестов. Однако специалисты (М. Д. Кудрявцев с соавторами, А. Ю. Осипов с соавторами) указывают на ряд значимых недостатков, присущих процессу объективной оценки уровня физической подготовленности у курсантов, офицеров и сотрудников полиции, проводимого с помощью специальных фитнес-тестов. Отмечается, что общие параметры оценки итоговых результатов фитнес-тестов соответствуют лишь минимальным показателям, соответствующих нормативным требованиям к должности и задачам служебной деятельности [5; 6]. Также в ходе тестов участники могут компенсировать слабые стороны своей физической подготовки (далее — ФП; например, явный недостаток мышечной силы, выраженный слабым результатом в силовых тестах, возместить высоким уровнем скоростных способностей в тестах на быстроту) и успешно пройти фитнес-тестирование. Эксперты (М. Koeđijk с соавторами) указывают на необходимость использования особых фитнес-тестов, позволяющих всесторонне оценить уровень физической подготовленности кандидатов на должности полицейских и сотрудников полиции, в ходе одного стан-

дартизированного тестового испытания, которое позволит тестируемым лицам продемонстрировать довольно широкий спектр своих физических возможностей [4]. Помимо этого, в научной литературе появляется всё больше доказательств того, что уровень общей физической подготовленности и здоровья большей части сотрудников полиции ниже нормативных значений, рекомендуемых экспертами для осуществления эффективной профессиональной деятельности [6]. В частности, в научной литературе представлены данные, характеризующие результаты выполнения контрольных нормативов по ФП кандидатами на службу в полиции Краснодарского края. Результаты свидетельствуют, что более 30 % лиц, проходящих обучение по программе профессиональной подготовки для рядового и младшего начальствующего состава, не смогли выполнить контрольные нормативы по ФП даже на оценку «удовлетворительно» [7]. Специалисты (А. А. Ташиян с соавторами) также заявляют о наличии ряда определенных проблем с ФП у офицеров и сотрудников полиции, несущих службу в охранно-конвойных подразделениях органов внутренних дел (далее — ОВД). Следует особо отметить, что непосредственная служебная деятельность данных сотрудников связана с обеспечением режима конвоирования и содержания под стражей лиц, обвиняемых или подозреваемых в совершении преступлений различной степени тяжести [8]. По мнению Р. М. Черкесова с соавторами, проблемы, связанные с недостаточным уровнем ФП у офицеров и сотрудников полиции, связаны с проблемами профессионального обучения курсантов и кандидатов на службу в ОВД в различных образовательных организациях МВД России, поскольку у большинства будущих сотрудников полиции именно на данном этапе обучения формируются и развиваются основные умения и навыки будущей служебной деятельности [9].

Профессионалы в области физической подготовки сотрудников полиции (Y. Feng с соавторами, F. Kukić с соавторами) считают, что недостаток научных знаний о стандартах ФП и объективных методах оценки общего уровня физической подготовленности сотрудников полиции приводит к серьезным проблемам в качестве преподавания

программ ФП и несоблюдению или существенному снижению минимальных требований к уровню физической подготовленности действующих и будущих сотрудников полиции [1; 10]. Таким образом, учитывая данные обзора научной литературы, указывающие на значительное влияние существующих стандартов и программ ФП курсантов, офицеров и сотрудников полиции на эффективность последующей профессиональной деятельности полицейских, целью данного исследования авторы выбрали поиск актуальных данных, связанных с улучшением качества ФП курсантов и сотрудников полиции, с помощью обзора специализированной литературы. Следует отметить, что актуальность подобных исследований отмечают ученые и специалисты, работающие на кафедрах ФП в различных вузах МВД России. По мнению А. В. Алдошина с соавторами, успешное формирование и развитие профессионально важных психофизических качеств у будущих офицеров и сотрудников полиции возможно лишь с использованием в практике обучения специализированной профессиональной подготовки, учитывающей все особенности служебной деятельности сотрудников полиции и направленной на развитие у обучающихся лиц прикладных умений и навыков, способствующих успешному решению возникающих служебных задач [11]. Кроме того, в научной литературе высказано мнение о том, что существующая система ФП сотрудников полиции в значительной мере устарела и нуждается в существенном обновлении, в первую очередь за счет интеграции в практику процесса обучения современных образовательных методов и технологий, а также достижений технического прогресса [12; 13]. На взгляд авторов статьи, качественное обновление существующей системы ФП не будет успешным без ознакомления и последующего использования в практической деятельности актуальных знаний, полученных специалистами в области профессиональной подготовки и ФП сотрудников полиции различных стран.

Научная новизна исследования заключается в обобщении, актуализации и углублении существующих научных представлений о практике ФП у курсантов и сотрудников полиции в образовательных организациях МВД России и центрах подготовки полицейских (полицейских академиях) по всему миру.

Цель исследования состоит в поиске объективных и актуальных знаний о наиболее эффективных программах ФП у курсантов, офицеров и сотрудников полиции, чей потенциал предполагает успешное использование полученных знаний, умений и навыков в практике служебной деятельности полицейских.

Задачи исследования:

- предметно изучить актуальную научно-исследовательскую литературу, посвященную проблематике исследования, используя международные базы хранения научной информации и инструменты поиска данных;
- провести строгий отбор, оценку и анализ обнаруженных в ходе поиска актуальных научных данных, используя соответствующий инструментарий;
- воспользовавшись инструментарием научного анализа данных, выявить наиболее значимые исследования, посвященные поиску эффективных программ ФП у курсантов и сотрудников полиции и предложить их для использования в практике ФП у курсантов, офицеров и кандидатов на службу в полиции, проходящих обучение в различных образовательных организациях МВД России.

Теоретическая значимость данного исследования выражена в развитии научно и методологически обосно-

ванных представлений ученых о потенциале использования в практике ФП у курсантов и сотрудников полиции программ обучения, включающих средства и методы оздоровительного и спортивного фитнеса (программы силовой и функциональной подготовки обучающихся, программы способствующие целенаправленному развитию гибкости и общей мобильности обучающихся) и фитнес-тестирование будущих и действующих сотрудников полиции.

Практическая значимость исследования выражена в объективном анализе актуальных научных данных о потенциале актуальных программ ФП у курсантов и сотрудников полиции и предложенных авторами возможностях по эффективному использованию определенных программ ФП и программ фитнес-тестирования для решения конкретных задач значимого повышения уровня ФП и повышения эффективности профессиональной деятельности полицейских.

Основная часть

Методология. Для достижения заявленной цели и задач исследования, авторы статьи выполнили поиск актуальных научных данных в базах хранения научной информации: *MEDLINE (PubMed)*, *Cochrane library* и *Google Scholar*. Данные порталы хранения научной периодики содержат результаты исследований ученых со всего мира и представляют свободный доступ к большей части хранящейся информации. Именно возможность свободного доступа к большому массиву научных данных, соответствующих проблематике исследования, и качество информации (в указанных базах содержатся данные, опубликованные в ведущих научных рецензируемых изданиях) повлияла на выбор указанных наукометрических баз. Поскольку вся научная информация, использованная в данном исследовании, хранится в свободном доступе и не имеет ограничений по уровню секретности, авторы статьи не стали оформлять соответствующее разрешение на публикацию статьи в институциональных экспертных комитетах, дающих разрешение на публикацию материалов научных исследований в открытой печати.

Следующие критерии, повышающие качество поиска данных, были использованы в данном научном исследовании:

- а) ключевые слова должны были содержать конкретные термины: правоохранительные органы, служба в полиции, курсанты, офицеры, физическая подготовка, программы физической подготовки, фитнес-тесты;
- б) вся информация должна быть опубликована только в ведущих рецензируемых научных изданиях;
- в) хронологический возраст опубликованных данных не должен превышать последних 5—7 лет;
- г) вся опубликованная информация должна содержать результаты конкретных научных исследований или данные обзоров результатов конкретных научных исследований (материалы, представляющие собой тезисы, монографии, письма в редакцию не учитывались авторами при анализе данных);
- д) все авторы оцениваемых научных публикаций должны считаться специалистами по проблематике проводимого авторами исследования (преподаватели различных образовательных организаций МВД России или инструкторы полицейских академий, сотрудники полиции или сотрудники других «силовых» структур, ученые — обладатели степени *PhD*/кандидата/доктора наук, сертифицированные фитнес-тренеры).

Вся обнаруженная в ходе поиска информация оценивалась авторами статьи (А. Ю. Осипов и А. С. Юрков — специалисты в области оздоровительного фитнеса и спортивной

науки, А. Ю. Осипов, В. А. Филиппович и С. А. Фомин — специалисты в области организации процесса ФП у курсантов и сотрудников полиции) с целью определения возможности ее использования в последующем анализе данных. Основным критерием положительной оценки качества собранных данных была выбрана возможность успешного практического применения различных средств и методов ФП курсантов и сотрудников полиции согласно заявленным результатам. Дополнительно вся собранная информация была направлена на независимую оценку приглашенным экспертам — лицам, имеющим ученую степень кандидата/доктора педагогических наук и опыт практической деятельности в различных образовательных организациях МВД России. Эксперты (приглашения были разосланы 12 специалистам, согласились принять участие в оценке данных 8 чел.), являлись сотрудниками и работниками кафедр ФП ряда образовательных организаций МВД России, расположенных в крупных городах Сибирского и Уральского федеральных округов. Для значимого повышения качества методологической оценки собранных данных всем приглашенным экспертам было рекомендовано использовать в процессе оценки данных шкалу *PEDro*. Данная шкала представляет собой систему оценки качества методологии проводимого научного исследования по 11 пунктам, характеризующим качество проведения исследования (набор участников, соблюдение заявленных процедур, статистическую обработку полученных результатов, объективность, точность, воспроиз-

водимость и значимость результатов исследования и т. д.), и является надежным и валидным показателем методологического качества проведенных испытаний [14]. Эксперты проводили оценку собранных данных в течение одного месяца и представили свои оценки по каждой из оцениваемых статей. В дальнейшем анализе данных использовались научные работы, получившие оценку от экспертов не ниже 8 баллов из 11 возможных по шкале *PEDro*.

Результаты. Первоначально поисковый запрос данных обнаружил более 200 научных работ, содержащих требуемые ключевые слова и соответствующие требуемому хронологическому возрасту. После детального изучения авторы статьи смогли выделить 24 научных работы, соответствующие всем критериям отбора данных и представлявших практический интерес для специалистов по ФП у сотрудников полиции. После прохождения независимой экспертной оценки в общем пуле собранных данных осталось лишь 11 научных работ (13 научных работ получили низкую экспертную оценку и были удалены из общего пула данных). В ходе отбора и анализа обнаруженной информации авторы сочли возможным выделить ряд исследований: *Melton, et al. (2023)*; *Koedijk, et al. (2023)*; *Massuça, et al. (2022)*; *Osipov, et al. (2021)*; *Kukić, et al. (2020)*; *Marins, et al. (2019)*; *Kudryavtsev, et al. (2018)*, — удовлетворяющих всем или большинству критериев методологической оценки собранных данных и содержащих ценную практическую информацию, посвященную организации процесса ФП курсантов и сотрудников полиции (см. табл.).

Результаты поиска и отбора актуальных данных, позволяющих повысить эффективность обучения курсантов, сотрудников полиции и кандидатов на службу в ОВД по дисциплине «Физическая подготовка»

Исследование	Оценка по шкале <i>PEDro</i> (балл из 11 возможных)	Программа ФП
<i>Melton, et al. (2023)</i> [15]	11	Добавление компонентов функциональной и силовой тренировки с отягощениями в программу ФП (3—5 дней в неделю по 30 мин)
<i>Koedijk, et al. (2023)</i> [4]	11	Включение в программу ФП обязательного фитнес-тестирования <i>ProFit</i> (семь последовательно выполняющихся фитнес-тестов)
<i>Osipov, et al. (2021)</i> [5]	10	Добавление компонентов функциональной и силовой тренировки с отягощениями в программу ФП
<i>Kukić, et al. (2020)</i> [10]	10	Использование в программе ФП курсантов комплексов упражнений, разработанных под индивидуальные нужды сотрудников полиции
<i>Massuça, et al. (2022)</i> [3]	9	Включение в программу ФП обязательного фитнес-тестирования параметров ловкости и гибкости
<i>Marins, et al. (2019)</i> [2]	8	Включение в программу ФП комплексов упражнений, способствующих развитию гибкости
<i>Kudryavtsev, et al. (2018)</i> [6]	8	Включение в программу ФП системы тренировок <i>CrossFit</i> (выполнение высокоинтенсивных упражнений <i>burpee</i> на каждом занятии по ФП)

Ниже представлены основные предложения ученых, специалистов и исследователей по актуализации и повышению уровня эффективности процесса ФП курсантов и сотрудников полиции, связанные с использованием в практике ФП у полицейских и кандидатов на службу в полиции, различных средств и методов оздоровительного и профессионального фитнеса.

Обсуждение результатов. Группа исследователей из США пришла к выводу о необходимости применения в практике ФП будущих сотрудников полиции функциональных тренировок и силовых тренировок с отягощениями в сочетании с приемами силового задержания и контроля правонарушителей. Исследователи полагают, что подобное сочетание средств подготовки окажет наиболее значимое влияние на показатели физической подготовленности будущих сотрудников полиции к выполнению ими служебных задач [15].

Международная группа исследователей, включающая экспертов из ОАЭ, США, Сербии, Боснии и Герцеговины, пришла к выводу, что уровень физической подготовленности у кандидатов на службу в полиции связан с успешностью обучения (более высокий средний балл обучения демонстрируют курсанты, демонстрирующие более высокий уровень физической подготовленности), а определенные виды ФП (приседания с отягощениями и продолжительный аэробный бег) позволят будущим офицерам и сотрудникам полиции лучше справляться с решением служебных задач [10].

Специалисты из Бразилии указали на необходимость развития гибкости у офицеров и сотрудников полиции, что, на их взгляд, должно способствовать более эффективному выполнению различных служебных задач и сохранению высокого уровня общей мобильности. Целенаправленное использование комплексов специальных упражнений,

направленных на развитие гибкости, в программах ФП, должно повысить уровень соответствия сотрудников полиции своим основным профессиональным требованиям [2].

Международная группа ученых и экспертов из России и Словакии обосновала необходимость использования специального цикла упражнений *burpee* в практике обучения курсантов и кандидатов на службу в полиции по дисциплине «Физическая подготовка». Эксперты выявили, что использование комплекса упражнений *burpee* на каждом занятии по ФП позволяет значимо повысить показатели силовой и функциональной подготовленности у курсантов, обучающихся в вузах МВД России за относительно непродолжительный промежуток времени (эффективность комплекса заметна уже через 4—5 недель использования) [6].

Международная группа исследователей из России и Польши обосновала возможность эффективного использования в практике ФП у молодых женщин — курсантов вузов МВД России т. н. смешанных, или «микс», фитнес-тренировок, включающих в себя комплексы упражнений, направленных на рост показателей, характеризующих развитие мышечной силы, силовой выносливости и кардиореспираторной пригодности за счет выполнения прыжковых движений и упражнений с отягощениями в рамках каждого занятия по ФП у будущих сотрудников полиции [5]. Следует отметить, что особая ценность данного исследования заключается в подробном описании методики проведения занятий по ФП у молодых женщин — курсантов полиции, поскольку в современной научной периодике присутствует недостаток значимых исследований, посвященных особенностям организации процесса по ФП для молодых женщин — курсантов и будущих сотрудников полиции.

Группа исследователей из Нидерландов представила результаты использования в практике оценки исходного уровня ФП курсантов и сотрудников полиции фитнес-тестирования на основе *ProFit* — комплексного фитнес-тестирования полицейских, состоящего из оценки результатов следующих тестовых испытаний: гребля в тренажере — 500 м; приседания, подъемы туловища и сгибания рук в упоре лежа, подтягивания на высокой перекладине, *burpee* (каждое упражнение выполнялось в течение 1 мин); бег на дистанцию 1600 м. По мнению исследователей, именно данные испытания позволяют наиболее верно оценить уровень физической пригодности кандидатов на службу в полиции, а сами кандидаты будут стремиться улучшить уровень своей физической подготовленности, обладая информацией о подобном фитнес-тестировании [4; 16]. Поскольку профес-

сия сотрудника полиции сопряжена с существенными рисками для здоровья и жизни, необходимость высокого уровня ФП полицейских не вызывает сомнений. Авторы надеются, что проведенное ими исследование по поиску эффективных методов повышения и оценки уровня физической подготовленности у будущих и действующих сотрудников полиции, будет полезным для всех лиц, имеющих отношение к процессу ФП у лиц, обучающихся в различных образовательных организациях МВД России.

Выводы

Исследование продемонстрировало необходимость использования в практике ФП лиц, обучающихся в различных образовательных организациях МВД России и проходящих службу в территориальных ОВД, программ обучения, включающих средства и методы оздоровительного и спортивного фитнеса (программы специальной силовой и функциональной подготовки, программы, способствующие целенаправленному развитию гибкости и общей мобильности обучающихся). Помимо этого, специалистам необходимо обратить внимание на программы фитнес-тестирования уровня общей физической подготовленности курсантов, офицеров и сотрудников полиции, с целью повышения качества оценки уровня физической подготовленности тестируемых лиц.

Заключение

Анализ актуальных научных знаний позволяет заявить о том, что научно обоснованный и методически правильно организованный процесс ФП для курсантов и сотрудников ОВД имеет фундаментальное значение для повышения уровня общей физической работоспособности, сохранения и укрепления здоровья и успешного решения различных профессиональных задач, связанных с уровнем ФП сотрудников полиции. Общая эффективность процесса ФП у курсантов и сотрудников полиции связана с использованием в практике обучения современных программ функциональной и силовой подготовки, развития общей гибкости, подвижности и мобильности сотрудников полиции, и строгим соответствием методологии объективной оценки уровня физической подготовленности лиц, проходящих обучение в различных образовательных организациях МВД России, всем требованиям, предъявляемым сотрудникам полиции в ситуациях, эффективное решение которых зависит от уровня развития физических качеств и показателей физической подготовленности служителей правопорядка.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Feng Y., Liu Y., Wang D. Construction of a police physical evaluation model and standards based on law enforcement ability // *Frontiers in Physiology*. 2024. Vol. 14. Art. 1330371. DOI: 10.3389/fphys.2023.1330371.
2. Marins E. F., David G. B., Del Vecchio F. B. Characterization of the physical fitness of police officers: A systematic review // *Journal of Strength and Conditioning Research*. 2019. Vol. 33. Iss. 10. Pp. 2860—2874. DOI: 10.1519/JSC.0000000000003177.
3. Massaça L. M., Santos V., Monteiro L. F. Identifying the physical fitness and health evaluations for police officers: Brief systematic review with an emphasis on the Portuguese research // *Biology*. 2022. Vol. 11. Iss. 7. Art. 1061. DOI: 10.3390/biology11071061.
4. Fitness testing at police academies: Optimal fitness for duty / M. Koedijk, R. I. Hutter, P. G. Renden et al. // *Journal of Police Science & Management*. 2023. Vol. 25. Iss. 2. Pp. 170—182. DOI: 10.1177/14613557231159534.
5. Повышение специальной физической подготовленности и работоспособности женщин-курсантов полиции / А. Ю. Осипов, В. И. Лях, В. М. Гуралев и др. // *Журнал СФУ. Гуманитарные науки*. 2021. Т. 14. Вып. 2. Pp. 257—265. (На англ. яз.) DOI: 10.17516/1997-1370-0717.
6. The possibility of increasing cadets' physical fitness level of the educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia with the help of optimal training effects via crossfit / M. D. Kudryavtsev, A. Y. Osipov, E. I. Kokova et al. // *Journal of Physical Education and Sport*. 2018. Vol. 18. Suppl. iss. 5. Pp. 2022—2028. DOI: 10.7752/jpes.2018.s5300.

7. Ермилов Ю. А., Ершов В. И. К вопросу общей физической подготовки сотрудников полиции, принятых на службу // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2019. № 10(176). С. 133—137.
8. Ташиян А. А., Ефремова Т. Г., Гуняев Е. В., Созаева А. С. Исследование уровня физической подготовленности сотрудников охранно-конвойных подразделений территориальных органов внутренних дел // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. 2023. № 8. С. 41—48. DOI: 10.24412/2305-8404-2023-8-41-48.
9. Черкесов Р. М., Настуев Э. Б., Чеченов Б. Х., Ачиева Н. Е. Современные проблемы физической подготовки сотрудников органов внутренних дел и пути их решения // Культура физическая и здоровье. 2022. № 2(82). С. 54—57. DOI: 10.47438/1999-3455_2022_2_54.
10. Perceived and measured physical fitness of police students / F. Kukić, R. G. Lockie, A. Vesković et al. // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2020. Vol. 17. Iss. 20. Art. 7628. DOI: 10.3390/ijerph17207628.
11. Алдошин А. В., Ташиян А. А., Ефремова Т. Г., Кулахсзян С. К. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников полиции на этапе профессионального обучения // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. 2023. № 1. С. 3—9. DOI: 10.24412/2305-8404-2023-1-3-9.
12. Нагоев Р. Р. Физическая подготовка в профессиональной деятельности сотрудника полиции // Пробелы в российском законодательстве. 2023. № 4(16). С. 104—108.
13. Чехранов Ю. В. О системе физической подготовки сотрудников полиции в системе МВД России // Вестник экономической безопасности. 2022. № 3. С. 330—333.
14. de Morton N. A. The PEDro scale is a valid measure of the methodological quality of clinical trials: a demographic study // Australian Journal of Physiotherapy. 2009. Vol. 55. Iss. 2. Pp. 129—133. DOI: 10.1016/s0004-9514(09)70043-1.
15. Evolution of physical training in police academies: Comparing fitness variables / B. Melton, G. Ryan, V. Zuege et al. // Healthcare. 2023. Vol. 11. Iss. 2. Art. 261. DOI: 10.3390/healthcare11020261.
16. Physical training as the basis of professional activities of patrol policemen / K. Prontenko, V. Bondarenko, S. Bezpaliy et al. // Baltic Journal of Health and Physical Activity. 2020. Vol. 12. Iss. 1. Pp. 41—53. DOI: 10.29359/BJHPA.12.1.05.

REFERENCES

1. Feng Y., Liu Y., Wang D. Construction of a police physical evaluation model and standards based on law enforcement ability. *Frontiers in Physiology*. 2024;14:1330371. DOI: 10.3389/fphys.2023.1330371.
2. Marins E. F., David G. B., Del Vecchio F. B. Characterization of the physical fitness of police officers: A systematic review. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 2019;33(10):2860—2874. DOI: 10.1519/JSC.0000000000003177.
3. Massaça L. M., Santos V., Monteiro L. F. Identifying the physical fitness and health evaluations for police officers: Brief systematic review with an emphasis on the Portuguese research. *Biology*. 2022;11(7): 1061. DOI: 10.3390/biology11071061.
4. Koedijk M., Hutter R. I., Renden P. G. et al. Fitness testing at police academies: Optimal fitness for duty. *Journal of Police Science & Management*. 2023;25(2):170—182. DOI: 10.1177/14613557231159534.
5. Osipov A. Y., Lyakh V. I., Guralev V. M. et al. Improving of special physical fitness and workability of female police cadets. *Journal of Siberian Federal University. Humanities & Social Sciences*. 2021;14(2):257—265. DOI: 10.17516/1997-1370-0717.
6. Kudryavtsev M. D., Osipov A. Y., Kokova E. I. et al. The possibility of increasing cadets' physical fitness level of the educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia with the help of optimal training effects via crossfit. *Journal of Physical Education and Sport*. 2018;18(S5):2022—2028. DOI: 10.7752/jpes.2018.s5300.
7. Ermilov Y. A., Zhukov V. I. On general physical fitness of employed police officers. *Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta*. 2019;10(176):133—137. (In Russ.)
8. Tashiyani A. A., Efremova T. G., Gunyaev E. V., Sozaeva A. S. Study of the level of physical training of the employees of the security and convoy divisions of the territorial bodies of the internal affairs. *Izvestiya TulGU. Fizicheskaya kul'tura. Sport = News of the Tula state university. Physical culture. Sport*. 2023;8:41—48. (In Russ.) DOI: 10.24412/2305-8404-2023-8-41-48.
9. Cherkesov R. M., Nastuev E. B., Chechenov B. K., Achiyeva N. E. Modern problems of physical training of employees of internal affairs bodies and ways to solve them. *Kul'tura fizicheskaya i zdorov'e = Physical Culture and Health*. 2022;2(82):54—57. (In Russ.)
10. Kukić F., Lockie R. G., Vesković A. et al. Perceived and measured physical fitness of police students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020;17(20):7628. DOI: 10.3390/ijerph17207628.
11. Aldoshin A. V., Tashiyani A. A., Efremova T. G., Kulakhszyan S. K. The effectiveness of the methodology of professional-applied physical training of police officers at the stage of professional training. *Izvestiya TulGU. Fizicheskaya kul'tura. Sport = News of the Tula state university. Physical culture. Sport*. 2023;1:3—9. (In Russ.) DOI: 10.24412/2305-8404-2023-1-3-9.
12. Nagoev R. R. Physical training in the professional activity of a police officer. *Probely v rossiiskom zakonodatel'stve = Gaps in Russian Legislation*. 2023;16(4):104—108. (In Russ.)
13. Chehranov Y. V. About the system of physical training of police officers in the system of the Ministry of Internal Affairs of Russia. *Vestnik ekonomicheskoi bezopasnosti = Bulletin of economic security*. 2022;3:330—333. (In Russ.)
14. de Morton N. A. The PEDro scale is a valid measure of the methodological quality of clinical trials: a demographic study. *Australian Journal of Physiotherapy*. 2009;55(2):129—133. DOI: 10.1016/s0004-9514(09)70043-1.
15. Melton B., Ryan G., Zuege V. et al. Evolution of physical training in police academies: Comparing fitness variables. *Healthcare*. 2023;11(2):261. DOI: 10.3390/healthcare11020261.
16. Prontenko K., Bondarenko V., Bezpaliy S. et al. Physical training as the basis of professional activities of patrol policemen. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*. 2020;12(1):41—53. DOI: 10.29359/BJHPA.12.1.05.

Статья поступила в редакцию 21.08.2024; одобрена после рецензирования 04.09.2024; принята к публикации 10.09.2024.
The article was submitted 21.08.2024; approved after reviewing 04.09.2024; accepted for publication 10.09.2024.