

УДК 378 (Высшее образование. Высшая школа. Подготовка научных кадров)

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СОТРУДНИКА УГОЛОВНО-ИСПОЛНИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

© 2020 В.А. Казначеев

*Казначеев Валерий Александрович, кандидат психологических наук, доцент
кафедры физической и тактико-специальной подготовки.*

E-mail: dima-nikerov@mail.ru

Самарский юридический институт ФСИН России.

Самара, Россия

Статья поступила в редакцию 16.10.20

В данной статье рассматривается влияние и значимость физической подготовки на физическое состояние сотрудника уголовно-исполнительной системы (далее - УИС). Отражена важность и необходимость совершенствования порядка и процесса в организации физической подготовки сотрудников подразделений и органов уголовно-исполнительной системы. Даны определения таких терминов, как физическая подготовка и физическое состояние. Выделены негативные факторы служебной деятельности при реализации служебных обязанностей в учреждениях УИС. Отмечены основные направления влияния физической подготовки сотрудника уголовно-исполнительной системы на его физическое состояние. Также в рамках данной статьи рассмотрена важность влияния физической подготовки сотрудника на его здоровье, что в свою очередь влияет на его уровень, степень работоспособности, а последнее - на достижение целей уголовно-исполнительной системы. Автором отмечено, что занятия физической подготовкой и повышение ее уровня приводят к повышению целого спектра физических параметров, придает устойчивости организму сотрудника УИС, которая так необходима в повседневной тяжелой служебной деятельности; привитию психической устойчивости уверенности в своих силах, целеустремленности; развитию логического и творческого мышления; формированию готовности к экстремальным ситуациям. Отмечается иважная роль оздоровительной функции физической подготовки в служебной деятельности сотрудников УИС, которая проявляется во всех формах физических занятий. Кроме того, рассмотрены некоторые проблемные вопросы в части организации и проведения занятий по физической подготовке сотрудников уголовно-исполнительной системы, которые требуют своего решения. Приведены способы решения указанных в статье проблемных вопросов. Сделан вывод, что для поддержания сотрудников УИС в хорошей физической форме необходимо пересмотреть план проведения занятий и их составляющие, а также стимулировать сотрудников к самостоятельным занятиям физической подготовкой и спортом в свободное от работы время.

Ключевые слова: физическая подготовка, физическое состояние, физическое воспитание, уровень физической подготовки, оздоровительная роль физической подготовки, сотрудник уголовно-исполнительно системы, стрессоустойчивость.

DOI: 10.37313/2413-9645-2020-22-74-26-30

ВВЕДЕНИЕ. В настоящее время в нашей стране пристальное внимание уделяется высокому уровню физической подготовки сотрудников правоохранительных органов, в том числе, сотрудников уголовно-исполнительной системы (далее - УИС). Это связано, в первую очередь с тем, что в местах лишения свободы, где, по решению суда, отбывают наказание осужденные, зачастую содержатся те граждане, которые были осуждены за причинение тяжкого, особо тяжкого вреда здоровью, за применение насилия в отношении представителя власти и т.д. В связи с данными фактами, сотрудники учреждений и органов уголовно-исполнительной системы обязаны постоянно быть в хорошей физической

форме, для того чтобы в случае возникновения каких-либо нештатных ситуаций, например, групповых неповиновений, массовых беспорядков, попыток бегства из мест лишения свободы и других, оперативно и грамотно нейтрализовать все указанные нарушения установленного порядка отбывания наказания и их последствия.

Следует обратить внимание и проанализировать влияние уровня физической подготовки на физическое состояние сотрудников уголовно-исполнительной системы. Под физической подготовкой сотрудников УИС понимается комплекс мероприятий, направленных на приобретение умений и навыков, физических и психических качеств, способствующих успешному вы-

полнению оперативно-служебных задач, сохранение высокой работоспособности и включает в себя общефизические упражнения (на силу, быстроту, выносливость, ловкость) и служебно-прикладные упражнения (боевые приемы борьбы, преодоление полосы препятствий). Также необходимо заметить, что до сих пор нет точного, единственного определения термина «физическое состояние». Вследствие этого мы склоняемся к тому, что физическое состояние – это совокупность взаимосвязанных показателей, характеризующих физическое, функциональное состояние организма и физическую подготовленность.

ИСТОРИЯ ВОПРОСА. Рассмотрев научные работы по данной тематике, мы выявили, что некоторые авторы, например, М.Ю. Нохрин и Н.С. Гайдемский обращают внимание на важность наличия устойчивости организма сотрудника к воздействию на него негативных факторов, вызванных в процессе служебной деятельности.

Данные авторы выделяют такие негативные факторы служебной деятельности, как непосредственная работа с осужденными, суточные дежурства, принятие участия в ликвидации массовых беспорядков, участие в обыскных мероприятиях и др. Так же ими определены три направления влияния физической подготовки на физическое состояние сотрудника УИС. Во-первых, повышение показателей уровня укрепления как самого здоровья, так и развитие у сотрудника разносторонности в физической подготовленности. Во-вторых, данное направление напрямую связано с формированием и укреплением, повышением и фиксированием, иными словами достижением совершенства специальных качеств физической подготовки. В-третьих, оно связано с использованием или исполнением физических упражнений, которые способствуют преодолению негативных факторов воздействия на сотрудника в связи с осуществлением служебной деятельности [2, с. 451].

Также стоит отметить, что издавна физически подготовленный человек считался здоровым человеком. Необходимо отметить тот факт, что постоянная физическая активность, другими словами, постоянное повышение уровня физической подготовки, влияет как на физическое, так и на психологическое состояние. Деятельность сотрудников УИС постоянно связана с эмоциональным напряжением, следовательно, занятия физической подготовкой поз-

волят чувствовать себя более энергично, при этом избавиться от мышечных напряжений, которые в большей степени связаны со стрессовыми ситуациями, а также нормализовать работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Одной из основных задач физической подготовки сотрудников УИС является укрепление здоровья, развитие физических и волевых качеств.

ДИСКУССИЯ. Стоит согласиться с тем, что уровень физической подготовки и ее перспектива роста непосредственно связаны с уровнем трудоспособности и утомляемости. Логика в данном случае представляется достаточно простой, а именно: чем выше уровень физической подготовки, чем сотрудник здоровее, тем больше будет выражена его производительность труда и коэффициент полезного действия от выполнения им своих служебных обязанностей.

Так, авторами М.Ю. Нохриным, Е.В. Кошкиным и А.С. Михайловым отмечаются два основных правила физической подготовки, при выполнении которых будет оказываться положительное воздействие на здоровье и общее состояние как человека, так и сотрудника:

- исходя из возможностей того или иного сотрудника необходимо строить физические нагрузки;

- наличие регулярности и контроля при использовании всех форм физической подготовки [3, с. 215].

Физическое воспитание сотрудника УИС начинается с момента поступления на службу, оно проявляется в виде сдачи нормативов по физической подготовке. В последующем сотрудник обязан периодически сдавать нормативы по физической подготовке.

Физическая подготовка в уголовно-исполнительной системе является составной частью системы ведомственного профессионального образования. Рост численности осужденных, сопряженный с активной либерализацией и гуманизацией в сфере исполнения уголовных наказаний, приоритетом общечеловеческих ценностей, уважения прав человека детерминирует определенные трудности в служебной деятельности сотрудников УИС. Увеличение объема и усложнение профессиональных задач обуславливает потребность в высоком уровне физической готовности сотрудников УИС для эффективного осуществления своих должностных обязанностей.

По мнению А.В. Садкова, А.Р. Чумовицкой, основное назначение физической подготовки сотрудников УИС заключается в целенаправленном создании условий, которые будут способствовать развитию и сохранению на прежнем уровне физических и психологических характеристик сотрудника, которые в свою очередь придают эффективности при выполнении сотрудником своих служебных обязанностей и задач [4, с. 144].

Оздоровительная роль физической подготовки в служебной деятельности сотрудников УИС проявляется во всех формах физических занятий. В связи с этим все разделы физической подготовки (легкая атлетика, игровые виды спорта, боевые приемы борьбы, лыжная подготовка и т.д.) выполняют оздоровительную функцию, независимо от того, профессионально сотрудник занимается данным направлением или нет.

На наш взгляд в результате занятий по физической подготовке оздоровительная роль выражается в формировании следующих эффектов:

- повышение устойчивости организма к ряду соматических заболеваний и вредным воздействиям окружающей среды;
- совершенствование основных жизнеобеспечивающих функций и систем организма;
- достижение крепкого здоровья и служебного долголетия.

Несмотря на положительную динамику влияния физической подготовки на физическое состояние сотрудника, в организации и реализации умений и навыков имеются некоторые проблемные вопросы.

Одной из таких проблем является наличие или увеличение числа травм и летальных исходов при несении службы сотрудниками уголовно-исполнительной системы России. Это связано со следующими причинами:

- как правило, численность сотрудников в разы меньше чем численность спецконтингента;
- психологическая сторона выражена отношением осужденного к сотруднику, а именно восприятие сотрудника, который выполняет свои служебные обязанности, как некоего врага;
- проведение занятий по физической подготовке с личным составом реализуются формально;
- занятия личного состава спортом часто носят формальный характер. Налицо снижение оценочной планки учреждений ФСИН закрытого типа;

- в отдельных случаях недостаточен уровень специальной подготовленности [1, с. 23].

Вышеуказанные проблемные вопросы, по нашему мнению, следует решить следующим образом:

- во-первых, необходимо усовершенствовать процедуру организации и проведения занятий по физической подготовке;
- во-вторых, разработать комплекс мер по повышению стрессоустойчивости сотрудников как в повседневной служебной деятельности, так и в экстремальных, чрезвычайных ситуациях;
- в-третьих, разработать гармоничную систему теоретических и практических занятий.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. Таким образом, мы пришли к выводу, что наличие физической активности в повседневной и служебной жизни сотрудника уголовно-исполнительной системы способствует созданию и укреплению тех самых необходимых служебных качеств, которые способствуют преодолению негативных факторов воздействия на сотрудника явлений, связанных с его служебной деятельностью.

В настоящее время актуально проведение мероприятий, которые направлены на разработку и систематизацию алгоритма правильного, здорового повышения физической активности осужденных.

МЕТОДОЛОГИЯ. Методологической основой исследования являются теория деятельности (С. Л. Рубинштейн, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев) и теория личностного подхода (С. Л. Рубинштейн).

Из всего вышесказанного необходимо сделать вывод, что оздоровительная роль физической подготовки в служебной деятельности сотрудников УИС занимает важное место. К сотрудникам УИС предъявляют повышенные требования. Они связаны не только с психологическими возможностями человека, но и с уровнем физической подготовки, который в наибольшей степени зависит от состояния здоровья и физиологических данных человека. Для повышения уровня физической подготовки и оправдания ее оздоровительной роли в служебной деятельности сотрудников УИС необходимо проводить больше занятий по физической подготовке, которые будут включать в себя подвижные и спортивные игры, силовые упражнения на тренажерах и со своим весом, в зависимости от возможностей сотрудников, а также бег на короткие, средние и длинные дистанции и т.д. В рамках

служебно-боевой подготовки необходимо проводить не только практические занятия, но и лекционные занятия на тему оздоровительной роли физической подготовки в служебной деятельности сотрудников УИС с целью стимулирования и призыва сотрудников к занятиям физическими упражнениями и укреплению своего здоровья

1. Карпухина, Е.А. К вопросу о совершенствовании физической подготовки в деятельности сотрудника УИС// Пермский период. Сборник материалов VI Международного научно-спортивного фестиваля курсантов и студентов. - Пермь, 2019. - С. 23 - 24.
2. Нохрин, М.Ю., Гайдемский, Н.С. Особенности физической подготовки сотрудника УИС// Пермский период. Сборник материалов V Международного научно-спортивного фестиваля курсантов и студентов. - Пермь, 2018. - С. 450 - 452.
3. Нохрин, М.Ю., Кошкин, Е.В., Михайлов, А.С. Оздоровительная роль физической подготовки в служебной деятельности сотрудника УИС // IV Педагогические чтения, посвященные памяти профессора С.И. Злобина. Сборник материалов. - Пермь, 2018.- С. 214 - 217.
4. Садкова, А.В., Чумовицкая, А.Р. Физическая подготовка как средство, влияющее на профессиональное долголетие сотрудника // Сборник научных трудов сотрудников Вологодского института права и экономики Федеральной службы исполнения наказаний. - Вологда, 2018. - С. 142-145.

THE IMPACT OF PHYSICAL FITNESS ON THE PHYSICAL CONDITION OF THE EMPLOYEE CRIMINAL EXECUTIVE SYSTEM

© 2020 V.A. Kaznacheev

Valery A. Kaznacheev, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of physical and tactical special training.

E-mail: dima-nikerov@mail.ru

*Samara law Institute of the Federal penitentiary service of Russia.
Samara, Russia*

This article discusses the impact and importance of physical training on the physical condition of the employee of the penal system (hereinafter - UIS). The importance and necessity of improvement of the order and process in the organization of physical training of employees of divisions and bodies of criminal Executive system is reflected. Definitions of such terms as: physical fitness and physical condition are given. The negative factors of official activity in the implementation of official duties in the institutions of the penitentiary system are highlighted. The main directions of influence of physical training of an employee of the penitentiary system on his physical condition are marked. Also in this article, the importance of the influence of physical training of an employee on his health is considered, which in turn affects his level, the degree of efficiency, and the latter on achieving the goals of the penal system. In this article, it is noted that due to the increase in the level, as well as physical training, it leads to an increase in a whole range of physical parameters, gives stability to the body of a UIS employee, which is so necessary in everyday hard work; instilling mental stability, self-confidence, purposefulness; development of logical and creative thinking; formation of readiness for extreme situations. The article notes the important role of the health-improving function of physical training in the official activities of the employees of the penitentiary system, which is manifested in all forms of physical training. This article also discusses some problematic issues regarding the organization and conduct of physical training sessions for employees of the penitentiary system, which need to be addressed. Methods of solving the problematic issues mentioned in the article are given. It is concluded that in order to keep the employees of the UIS in good physical shape, it is necessary to review the training plan and its component, as well as to encourage employees to engage in independent physical training and sports in their free time.

Keywords: physical training, physical condition, physical education, level of physical training, health-improving role of physical training, employee of the penitentiary system, stress tolerance.

DOI: 10.37313/2413-9645-2020-22-74-26-30

1. Karpukhina, Ye. A. K voprosu o sovershenstvovanii fizicheskoy podgotovki v deyatel'nosti sotrudnika UIS (On the issue of improving physical training in the activity of a UIS employee) // Permskiy period. Sbornik materialov VI Mezhdunarodnogo nauchno-sportivnogo festivalya kursantov I studentov. - Perm', 2019. - S. 23 - 24.
2. Nokhrin, M. YU., Gaydemskiy, N.S. Osobennosti fizicheskoy podgotovki sotrudnika UIS (Features of physical training of a UIS employee) // Permskiy period. Sbornik materialov V Mezhdunarodnogo nauchno-sportivnogo festivalya kursantov I studentov. - Perm', 2018. - S. 450 - 452.

3. Nokhrin, M. YU., Koshkin, Ye. V., Mikhaylov, A. S. Ozdorovitel'naya rol' fizicheskoy podgotovki v sluzhebnoy deyatel'nosti sotrudnika UIS (The health-improving role of physical training in the official activity of a UIS employee) // IV Pedagogicheskiye chteniya, posvyashchennyye pamyati professora S.I. Zlobina. Sbornik materialov. - Perm', 2018. - S. 214 - 217.
4. Sadkova, A.V., Chumovitskaya, A.R. Fizicheskaya podgotovka kak sredstvo, vliyayushcheye na professional'noye dolgoletie sotrudnika (Physical training as a means influencing the professional longevity of an employee) // Sbornik nauchnykh trudov sotrudnikov Vologodskogo institute prava I ekonomiki Federal'noy sluzhby ispolneniya nakazaniy. - Vologda, 2018. - S. 142-145.