

Научная статья

УДК 378+796

<https://doi.org/10.24412/2658-638X-2025-4-160-165>

EDN: <https://elibrary.ru/lmjmg>

NION: 2018-0077-4/25-681

MOSURED: 77/27-024-2025-04-880

Область науки: 5. Социальные и гуманитарные науки

Группа научных специальностей: 5.8. Педагогика

Шифр научной специальности: 5.8.7. Методология и технология профессионального образования

Роль служебно-прикладной физической подготовки в формировании профессионально важных качеств в процессе обучения курсантов и слушателей для подразделений предварительного расследования органов внутренних дел Российской Федерации

Сергей Игоревич Долженков¹, Владимир Андреевич Тихомиров², Александр Евгеньевич Баженов³

^{1, 2, 3} Московский университет МВД России имени В.Я. Кикотя, Москва, Россия

¹ dolzhnikov.s19@yandex.ru

² tikhomirov90.96@mail.ru

³ bae41@yandex.ru

Аннотация. Представлена информация о роли служебно-прикладной физической подготовки, проводимой с курсантами и слушателями Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя, в формировании профессионально важных качеств, необходимых в деятельности сотрудников органов предварительного расследования. На основании анкетирования практических сотрудников, научной литературы и проведенного эксперимента исследуется рациональность использования отдельных методик проведения занятий и их результативность в формировании профессионально важных качеств.

Ключевые слова: служебно-прикладная физическая подготовка, профессионально важные качества, самооборона, физическая выносливость, сила, психологическая устойчивость, органы предварительного расследования

Для цитирования: Долженков С. И., Тихомиров В. А., Баженов А. Е. Роль служебно-прикладной физической подготовки в формировании профессионально важных качеств в процессе обучения курсантов и слушателей для подразделений предварительного расследования органов внутренних дел Российской Федерации // Психология и педагогика служебной деятельности. 2025. № 4. С. 160–165. <https://doi.org/10.24412/2658-638X-2025-4-160-165>. EDN: LNJGMG.

Original article

The role of service-applied physical training in the formation of professionally important qualities in the process of training cadets and trainees for the preliminary investigation units of the internal affairs bodies of the Russian Federation

Sergey I. Dolzhnikov¹, Vladimir A. Tikhomirov², Alexander E. Bazhenov³

^{1, 2, 3} Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.Ya. Kikot', Moscow, Russia

¹ dolzhnikov.s19@yandex.ru

² tikhomirov90.96@mail.ru

³ bae41@yandex.ru

Abstract. This article is devoted to the analysis of the role of professional and applied physical training conducted with cadets and students of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.Ya. Kikot' in the formation of professionally important qualities necessary in the activities of employees of the preliminary investigation bodies. Based on a survey of practical staff, scientific literature and an experiment, the rationality of using individual teaching methods and their effectiveness in the formation of professionally important qualities is being investigated.

Keywords: professional and applied physical training, professionally important skills, self-defense, physical endurance, strength, psychological stability, preliminary investigation bodies

For citation: Dolzhenkov S. I., Tikhomirov V. A., Bazhenov A. E. The role of service-applied physical training in the formation of professionally important qualities in the process of training cadets and trainees for the preliminary investigation units of the internal affairs bodies of the Russian Federation. *Psychology and pedagogy of service activity*. 2025;(4):160–165. (In Russ.). <https://doi.org/10.24412/2658-638X-2025-4-160-165>. EDN: LNJGMG.

Московский университет МВД России имени В.Я. Кикотя, как и большинство вузов в системе МВД России, осуществляет подготовку кадров различных направленностей, в том числе для подразделений предварительного расследования органов внутренних дел Российской Федерации. На протяжении всего времени обучения с курсантами и слушателями проводятся занятия по служебно-прикладной физической подготовке¹, нацеленные, как на повышение уровня общей и специальной физической подготовленности обучающихся, так и на формирование профессионально важных качеств.

В современных условиях динамично изменяющейся социальной и правовой обстановки в Российской Федерации возрастает значимость профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел. Деятельность подразделений предварительного расследования обладает определенной спецификой, предполагающей необходимость наличия у сотрудников не только познаний в юридической сфере, но и определенных профессионально важных качеств, обеспечивающих успешное выполнение служебных обязанностей. В соответствии с этим представляется актуальным провести исследование роли служебно-прикладной физической подготовки в формировании профессионально важных качеств у будущих сотрудников указанных подразделений.

Обращаясь к теории, отметим, что понятие «профессионально важные качества» достаточно широкое. К примеру, Л. Н. Костина и И. Е. Реуцкая выделяли следующие: организованность и стрессоустойчивость, настойчивость, принципиальность, коммуникативная компетентность и умение решать конфликты, высокий интеллект и гибкость мышления, мотивация и личностные ценности в сочетании с высоким правовым сознанием [5, с. 3–6].

В рамках данной научной статьи будет исследовано влияние занятий по служебно-прикладной физической подготовки на формирование следующих профессионально важных качеств у будущих сотрудников органов предварительного расследования: физическая выносливость, сила, умение применять приемы самообороны (в том числе боевые приемы борьбы), психологическая устойчивость, дисциплинированность и организованность.

Объектом исследования выступают процессы организации и проведения занятий по учебной дисциплине «Служебно-прикладная физическая подготовка» в Московском университете МВД России имени В.Я. Кикотя. Предметом исследования является процесс формирования профессионально важных качеств у курсантов и слушателей, обучающихся по направлению подготовки «Предварительное расследование в органах внутренних дел».

Целью проводимого исследования является обоснование теоретических и практических основ использования служебно-прикладной физической подготовки как эффективного механизма формирования профессионально важных качеств у будущих сотрудников подразделений предварительного расследования.

Для реализации поставленной цели были выдвинуты и поэтапно решены следующие задачи:

1) изучить теоретическую и нормативно-правовую базу по исследуемой теме;

2) провести опрос (анкетирование) сотрудников практических подразделений МВД России;

3) подтвердить или опровергнуть результаты опроса путем проведения эксперимента в контрольной группе.

Практическая значимость проводимого исследования заключается в разработке методических рекомендаций по организации и проведению занятий по служебно-прикладной физической подготовке с курсантами и слушателями указанных подразделений. Теоретическая значимость выражается в расширении и углублении теоретической базы о роли и месте служебно-прикладной физической подготовки в формировании профессионально важных качеств сотрудников полиции, а также в возможности использовать результаты исследования в иных научных и учебных трудах.

В целях подтверждения актуальности исследуемой темы, а также выявления проблем и противоречий, возникающих в формировании и реализации профессионально важных качеств, было проведено исследование, выражающееся в анкетировании с использованием информационно-телекоммуникационных технологий, в частности сети Интернет. Для этого на сервисе онлайн-анкетирования «Анкетолог» был разработан и представлен соответствующий опросник [11].

Исследование проходило в течение месяца (с 1 марта 2025 года по 1 апреля 2025 года) и было разделено на следующие этапы:

– подготовка опросника и определение круга опрашиваемых лиц (1–5 марта);

– рассылка респондентам анкеты и проведение инструктажа по ее заполнению и направлению результатов (6–9 марта);

– сбор и систематизация получаемых ответов (10–23 марта);

– анализ полученных результатов и подведение промежуточных выводов (24–31 марта).

В качестве респондентов приняло участие 100 человек – выпускники Института (факультета) подготовки сотрудников для органов предварительного расследования (выпуск 2024 года), проходящие службу в территориальных подразделениях МВД России г. Москвы, Московской области и иных субъектов Российской Федерации.

1 Далее по тексту – СПФП.

Определение данной группы опрашиваемых обусловлено рядом факторов. В первую очередь, данные сотрудники прошли полный курс обучения служебно-прикладной физической подготовки и обладают достаточной теоретической и практической базой для участия в опросе. Во-вторых, сотрудники указанных подразделений способны в своих ответах наиболее полно отразить специфику прохождения службы в органах предварительного расследования. В-третьих, период, в течение которого бывшие выпускники осуществляют службу (примерно один год), позволяет им при ответах на вопросы анкеты использовать как знания и умения, полученные в Университете, так и практический опыт работы.

Анкета содержала 10 вопросов, 5 из которых предполагали выбор ответа, 3 – развернутый ответ на поставленный вопрос, 2 – обоснование выбора того или иного ответа. Респондентам предлагалось ответить на вопросы анкеты, которые для удобства восприятия были подразделены на условные блоки:

– блок № 1. Общие вопросы (половая и отраслевая принадлежность сотрудников);

– блок № 2. Вопросы относительно частоты возникновения в профессиональной деятельности различных ситуаций (переутомления, необходимость применять силу, необходимость применять приемы самообороны и т. д.);

– блок № 3. Вопросы относительно результативности применения приемов самообороны в профессиональной деятельности сотрудников органов предварительного расследования;

– блок № 4. Вопросы относительно влияния занятий физической активностью на формирование профессионально важных качеств.

На основании результатов опроса, анализе научной и учебной литературы, нормативных правовых актов, а также проведенного эксперимента были получены изложенные ниже выводы.

Профессиональная деятельность сотрудников органов следствия и дознания преимущественно связана с умственным трудом, однако, несмотря на сидячий образ, предъявляет высокие требования к физической и психической выносливости, умению действовать в экстремальных ситуациях и поддерживать высокий уровень работоспособности на протяжении длительного времени. Рассмотрим подробнее, каким образом на занятиях по служебно-прикладной физической подготовке, в соответствии с Приказом МВД России от 2 февраля 2024 г. № 44 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации» могут формироваться данные профессионально значимые качества [9].

Одним из основных критериев, чаще других фигурирующих в повседневной службе сотрудников предварительного расследования, является способность длительно выполнять профессиональные задачи без снижения эффективности. С практической точки зрения работа следователя и дознавателя зачастую сопряжена с ненормированным графиком – суточными дежурствами, выездами на осмотр места происшествия в ночное время,

работой с большим объемом документов. Как показали результаты опроса, 88 % респондентов ежедневно отмечают у себя высокую утомляемость в конце рабочего дня.

Безусловно, на высокую утомляемость влияет множество факторов и одним из основных путей ее предотвращения является баланс рабочего времени и здорового, полноценного отдыха (к примеру, сон, пешие прогулки на свежем воздухе, водные процедуры). Однако в период обучения в Московском университете МВД России имени В.Я. Кикотя на занятиях по СПФП у будущих сотрудников должен быть сформирован «фундамент» физической выносливости, позволяющей поддерживать концентрацию внимания, сохранять ясность мышления и взвешенно принимать решения даже под воздействием утомления.

Эффективными методами развития выносливости могут выступать:

– круговые тренировки с акцентом на развитие общей выносливости;

– упражнения, направленные на укрепление мышц спины и корпуса для подготовки организма к преимущественно сидячему образу работы в будущем;

– сопряженный метод тренировок [3, с. 75];

– циклические виды спорта. Бег на длинные дистанции, занятия по лыжной подготовке и т. д. отлично формируют общую выносливость. Как было отмечено О. А. Сбитневой: «это связано с повышением экономичности работы мышц, укреплением сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нормализацией массы тела» [10, с. 139].

Вторым профессионально важным качеством, который представляется логичным рассматривать в двух аспектах, является сила. Специфика реализации данного качества заключается в том, что в соответствии со статистикой около 30 % личного состава МВД – сотрудники женского пола, при этом, как показывает практика, в подразделениях предварительного расследования их доля около 75 % [4, с. 235]. Данное положение также подтверждается данными анкетирования – 78 % опрошенных респондентов являлись женщинами.

С одной стороны, в профессиональной деятельности сила необходима для выполнения ряда задач, связанных с физическими усилиями. В качестве примера необходимости применения силы приведем перемещение тяжелых предметов, которыми могут выступать вещественные доказательства. 37 % процентов опрошенных отметили, что сталкивались с подобными ситуациями во время несения службы.

С другой стороны, сила в совокупности с быстротой и ловкостью невероятно важна для самообороны сотрудников. Как показали результаты опроса, 32 % респондентов хотя бы раз в своей профессиональной деятельности сталкивались с необходимостью применения приемов самообороны. В качестве примеров опрошенные привели ситуации применения физической силы и боевых приемов борьбы в следующих случаях: при несении службы по обеспечению общественного порядка и общественной безопасности; при пресечении противоправных действий лиц; при задержании правонарушителя;

при проведении следственных действий (следственного эксперимента и допроса) и в иных ситуациях.

Навыки самозащиты могут пригодиться в самых различных ситуациях и представляется логичным, что курс служебно-прикладной физической подготовки должен быть адаптирован под специфику деятельности органов предварительного расследования, в том числе с учетом преобладания в них сотрудников женского пола. В первую очередь, приемы самозащиты, которым обучаются курсанты, должны быть подобраны с учетом того, что работа следователя и дознавателя не предполагает частого применения силы, в том числе боевых приемов борьбы.

С учетом положений приказа МВД России от 2 февраля 2024 г. № 44 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации» представляется логичным, что все сотрудники органов предварительного расследования, не смотря на специфику их профессиональной деятельности, должны обладать достаточным уровнем силы, выражающимся в способности выполнить нормативы общей физической подготовки, предусмотренные их возрастной группой [9].

Средствами формирования силовых качеств являются упражнения, отягощенные весом собственного тела (подтягивания, отжимания, упражнения на укрепление мышц кора), упражнения с внешним сопротивлением (штанги, набивные мячи, вес партнера или соперника и др.), упражнения с использованием сопротивления упругих предметов и статические упражнения в изометрическом режиме (без изменения длины мышц) [9]. При этом, безусловно, согласимся с мнением В. А. Глубокого и С. М. Струганова о том, что «в силовой подготовке курсантов (слушателей) предпочтение должно отдаваться упражнениям с отягощением весом собственного тела, как наиболее простым в исполнении, затем упражнениям с гирями, и, в последнюю очередь тренировочным комплексам, выстроенным в соответствии с методологией кроссфита» [2, с. 108].

Большинством респондентов (52 %) было отмечено, что результативнее всего обучать курсантов приемам, основанным на использовании слабости нападающего лица (к примеру, равновесия, болевых точек, реакции) и минимизации затрат сил обороняющегося лица.

Примерно треть опрошенных (27 %) показала, что осваиваемые приемы должны носить универсальный характер и быть применимы в различных ситуациях (в том числе против нападающих различной комплектации и силы), 15 % респондентов отметили логичность обучения легко запоминаемым и воспроизводимым приемам, которые могут быть применены, в том числе в условиях стрессовой ситуации, которой, безусловно, является момент нападения. Интересно отметить тот факт, что 6 % респондентов высказали мнение о необходимости изучения комбинаций приемов.

Для подтверждения результатов опроса на практике была отобрана контрольная группа, в которую вошли слушатели 301 и 401 учебного взвода 5 курса Института подготовки сотрудников для органов предварительного расследования МосУ МВД России имени В.Я. Кикотя

(для получения достоверных и надежных результатов эксперимента был привлечен один взвод узкой специальности – «Следствие в ОВД РФ», а второй – «Дознавание в ОВД РФ»). Контрольной группой стали слушатели 5 курса, так как они ранее изучили все приемы самообороны, предусмотренные учебным планом, и готовы к несению службы в практических подразделениях МВД России.

При проведении занятий со слушателями были использованы методы моделирования и воссоздания условий, приближенных к реальности. Формирование навыков самообороны происходило в трех типовых ситуациях:

1) в рабочем кабинете за столом (фабула: проведение допроса с лицом подозреваемым/обвиняемым в совершении преступления);

2) при производстве отдельных следственных действий: как в помещениях (фабула: осмотр места происшествия, обыск), так и в уличных условиях (фабула: проверка показаний на месте, следственный эксперимент);

3) во вне рабочее время (фабула: нападение на сотрудника по пути следования от рабочего места до дома), совершенствовались приемы самообороны на лестничных площадках и в условиях ограниченного пространства (например, помещение лифта).

Наибольшую результативность показали такие приемы, как: освобождения от захватов (за волосы, руки, шею) и воздействие на «болевые точки» (как ударной техникой, так и боевыми приемами борьбы). Как показал эксперимент, в условиях, приближенных к реальной деятельности подразделений предварительного расследования, ни один из курсантов не применил броски и приемы удушения. Результаты анкетирования сотрудников практических подразделений также показали несостоятельность данных методов – только 2 % опрошенных показали, что использовали при самообороне броски и 4 % – что приемы удушения.

Интересно отметить тот факт, что более половины курсантов при моделировании ситуации допроса в рабочем кабинете использовали подручные средства (такие как письменные принадлежности). Результаты анкетирования показали, что к аналогичному способу при самообороне прибегли 7 % опрошенных. Безусловно, такая тактика имеет быть в ситуации возникновения реальной опасности для жизни и здоровья обороняющегося лица. Однако при этом, полагаем необходимым дополнительно разъяснять курсантам и слушателям требования, предусмотренные гл. 5 Федерального закона от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ «О полиции».

По результатам проведенного исследования также выявилась необходимость в формировании на занятиях по СПФП у курсантов и слушателей следующих умений и навыков:

- быстрое и эффективное вставание со стула, с использованием его как опоры для контратаки;
- использование стола как преграды для разрыва дистанции между собой и нападающим лицом;
- совершенствование боевых приемов борьбы и ударов в ограниченном пространстве.

Целесообразность формирования вышеизложенных умений и навыков у курсантов и слушателей подтвердил 91 % опрошенных. Полагаем, что наиболее результативно проводить формирование данных умений и навыков в рамках следующих разделов тематического плана рабочей программы по учебной дисциплине «Служебно-прикладная физическая подготовка»:

- «Удары руками, ногами и головой. Защитные действия от ударов»;
- «Освобождения от захватов и обхватов»;
- «Болевые приемы стоя»;
- «Оказание помощи сотруднику при нападении ассистента»;
- «Решение задач, связанных с пресечением пассивного и активного неповиновения ассистентов».

Вместе с тем полагаем, что занятия по служебно-прикладной физической подготовке способны сформировать у курсантов и слушателей такие качества, как психологическая устойчивость, дисциплинированность и организованность.

Работа в органах предварительного расследования зачастую сопряжена со стрессом, необходимостью принимать сложные решения в условиях дефицита времени и информации. На занятиях по СПФП при преодолении физических трудностей, выполнении упражнений на выносливость, в том числе в составе подразделения, безусловно, развиваются такие качества как выдержанность, дисциплинированность, ответственность за себя и команду, способность принимать решения в короткое время в связи с изменяющейся ситуацией. Данное положение ранее исследовалось многими учеными [6; 7], его состоятельность подтвердили также результаты опроса – 96 % респондентов согласны с мнением, что систематические занятия служебно-прикладной физической подготовкой положительно влияют на психологические и организационные навыки будущих следователей и дознавателей.

Кроме того, нельзя не отметить тот факт, что ученые неоднократно обращали внимание общественности на положительное влияние физической активности на когнитивные функции, такие как внимание, память и способность к быстрому принятию решений [1; 8; 12]. Как показали результаты опроса – эти аспекты критически важны для сотрудников органов предварительного расследования, где оперативность и точность в оценке ситуации являются залогом успешного выполнения служебных задач (93 % респондентов отметили их важность для профессиональной деятельности следователей и дознавателей).

Таким образом, анализ полученной в ходе проведения исследования информации позволил заключить, что на занятиях по служебно-прикладной физической подготовке у будущих сотрудников органов предварительного расследования формируются такие необходимые в дальнейшей службе навыки, как: физическая выносливость, сила, умение применять приемы самообороны, психологическая устойчивость, дисциплинированность и самоорганизованность. При этом рабочая программа по учебной дисциплине (модулю) «Служебно-прикладная физическая подготовка» должна быть адаптирована с учетом специфики их будущей профес-

сиональной деятельности в практических подразделениях МВД России.

Список источников

1. Баженов А. Е. Влияние физической подготовки на умственные способности обучающихся (на примере курсантов и слушателей Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя) // Вопросы совершенствования физической, тактико-специальной и огневой подготовки сотрудников полиции к оперативно-служебной деятельности : материалы Всероссийской научно-практической конференции, Волгоград, 19 июня 2024 года. Волгоград : Волгоградская академия МВД России, 2024. С. 15–18.
2. Глубокий В. А., Струганов С. М. Средства и методы развития силовых способностей у курсантов (слушателей) образовательной организации Министерства внутренних дел России // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. № 4 (182). С. 105–109.
3. Долженков С. И. Воспитание выносливости у курсантов образовательных организаций МВД России // Профессиональное образование сотрудников органов внутренних дел. Педагогика и психология служебной деятельности: состояние и перспективы : сборник научных трудов VII Международной конференции, Москва, 15–16 июня 2023 года. Московский университет МВД России имени В.Я. Кикотя. М. : Московский университет МВД России имени В.Я. Кикотя, 2023. С. 74–76.
4. Корабельникова Ю. Л. Гендерный баланс в органах полиции России и зарубежных стран: сравнительно-правовое исследование // Труды Академии управления МВД России. 2020. № 4 (56). С. 232–237.
5. Костина Л. Н., Реуцкая И. Е. Проблемы и перспективы использования психологических знаний при расследовании преступлений подразделениями следствия и дознания // Юридическая психология. 2017. № 3. С. 3–6.
6. Малетин С. В. Влияние занятий по физической подготовке на развитие и совершенствование морально-психологической устойчивости у курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2015. № 1. С. 39–43.
7. Оруджев А. М., Ушенин А. И., Хыбыртов Р. Б., Марченко Е. М., Цыганок А. О. Влияние физической активности на умственные способности курсантов и слушателей образовательных организаций силовых ведомств // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2023. № 1 (215). С. 357–360.
8. Питкин В. А., Лисицкая М. Д., Баскова М. И. Влияние физической активности на умственную деятельность // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2023. № 3 (217). С. 366–370.
9. Приказ МВД России от 2 февраля 2024 г. № 44 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации» // Официальный интернет-портал правовой информации [сайт]. URL: <http://www.pravo.gov.ru>.

10. Сбитнева О. А. Виды спорта на выносливость, стимулирующие оздоровительно-тренировочный процесс // *Международный журнал гуманитарных и естественных наук*. 2019. № 12–1. С. 138–141.

11. Сервис онлайн-анкетирования «Анкетолог» // Анкетолог [сайт]. URL: <https://anketolog.ru>.

12. Третьякова В. Влияние различных видов физической активности на здоровье мозга и когнитивные функции // *Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта*. 2022. № 4 (28). С. 25–44.

References

1. Bazhenov A. E. The influence of physical training on the mental abilities of students (on the example of cadets and students of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.Ya. Kikot') // *Issues of improving the physical, tactical, special and fire training of police officers for operational activities : materials of the All-Russian Scientific and practical conference, Volgograd, June 19, 2024. Volgograd : Volgograd Academy of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2024. P. 15–18.*

2. Glubokiy V. A., Struganov S. M. Means and methods of developing strength abilities among cadets (students) of the educational organization of the Ministry of Internal Affairs of Russia // *Scientific notes of the P.F. Lesgaft University*. 2020. No. 4 (182). P. 105–109.

3. Dolzhenkov S. I. Education of endurance among cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia // *Professional education of law enforcement officers. Pedagogy and psychology of professional activity: status and prospects : proceedings of the VII International Conference, Moscow, June 15–16, 2023. Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.Ya. Kikot'. Moscow : Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.Ya. Kikot', 2023. P. 74–76.*

4. Korabelnikova Yu. L. Gender balance in the police of Russia and foreign countries: a comparative legal study //

Proceedings of the Academy of Management of the Ministry of Internal Affairs of Russia. 2020. No. 4 (56). P. 232–237.

5. Kostina L. N., Reutskaya I. E. Problems and prospects of using psychological knowledge in the investigation of crimes by investigation and inquiry units // *Legal Psychology*. 2017. No. 3. P. 3–6.

6. Maletin S. V. The influence of physical training classes on the development and improvement of moral and psychological stability among cadets and students of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia // *Human health, theory and methodology of physical culture and sports*. 2015. No. 1. P. 39–43.

7. Orudzhhev A. M., Ushenin A. I., Khybyrtov R. B., Marchenko E. M., Tsyganok A. O. The influence of physical activity on the mental abilities of cadets and students of educational organizations of law enforcement agencies // *Scientific Notes of the P. F. Lesgaft University*. 2023. No. 1 (215). P. 357–360.

8. Pitkin V. A., Lisitskaya M. D., Baskova M. I. The influence of physical activity on mental activity // *Scientific notes of the P. F. Lesgaft University*. 2023. No. 3 (217). P. 366–370.

9. Order of the Ministry of Internal Affairs of Russia dated February 2, 2024 No. 44 «On approval of the Procedure for organizing personnel training to fill positions in the internal Affairs bodies of the Russian Federation» // *Official Internet portal of Legal Information [website]*. URL: <http://www.pravo.gov.ru>.

10. Sbitneva O. A. Endurance sports that stimulate the health and training process // *International Journal of Humanities and Natural Sciences*. 2019. No. 12-1. P. 138–141.

11. Online questionnaire service «Anketologist» // *Anketologist [website]*. URL: <https://anketolog.ru>.

12. Tretyakova V. The influence of various types of physical activity on brain health and cognitive functions // *Human health, theory and methodology of physical culture and sports*. 2022. No. 4 (28). P. 25–44.

Информация об авторах

С. И. Долженков – преподаватель кафедры физической подготовки учебно-научного комплекса специальной подготовки Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя;

В. А. Тихомиров – преподаватель кафедры физической подготовки учебно-научного комплекса специальной подготовки Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя;

А. Е. Баженов – старший преподаватель кафедры физической подготовки учебно-научного комплекса специальной подготовки Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя.

Information about the authors

S. I. Dolzhenkov – lecturer at the Department of Physical Culture Scientific Center of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.Ya. Kikot';

V. A. Tikhomirov – Lecturer at the Department of Physical Training of the Educational and Scientific Complex of Special Training at the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.Ya. Kikot';

A. E. Bazhenov – Senior Lecturer at the Department of Physical Training of the Educational and Scientific Complex of Special Training at the Moscow University of Russia named after V.Ya. Kikot'.

Вклад авторов: все авторы сделали эквивалентный вклад в подготовку публикации. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Contribution of the authors: the authors contributed equally to this article. The authors declare no conflicts of interests.

Статья поступила в редакцию 20.05.2025; одобрена после рецензирования 24.11.2025; принята к публикации 01.12.2025.

The article was submitted 20.05.2025; approved after reviewing 24.11.2025; accepted for publication 01.12.2025.