

DOI 10.20310/1810-0201-2021-26-190-106-114  
УДК 796.01

## **Применение гиревого спорта в физической подготовке курсантов и слушателей в образовательных учреждениях высшего образования МВД России**

**Александр Викторович САРЫЧЕВ, Николай Викторович ДЕМЧЕНКО, Иван Николаевич АРХИПЦЕВ**

ФГКОУ ВО «Белгородский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации им. И.Д. Путилина»  
308024, Российская Федерация, г. Белгород, ул. Горького, 71  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2115-3191>, e-mail: [w0773@yandex.ru](mailto:w0773@yandex.ru)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6615-8308>, e-mail: [Nvdemchenko@yandex.ru](mailto:Nvdemchenko@yandex.ru)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2307-2712>, e-mail: [ArhptsevIN@yandex.ru](mailto:ArhptsevIN@yandex.ru)

## **The use of kettlebell lifting in the physical training of cadets and students in educational institutions of higher education of the Ministry of Internal Affairs of Russia**

**Alexander V. SARYCHEV, Nikolay V. DEMCHENKO, Ivan N. ARKHIPTSEV**

Belgorod Law Institute of Ministry of the Internal of the Russian Federation named after I.D. Putilin  
71 Gorkogo St., Belgorod 308024, Russian Federation  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2115-3191>, e-mail: [w0773@yandex.ru](mailto:w0773@yandex.ru)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6615-8308>, e-mail: [Nvdemchenko@yandex.ru](mailto:Nvdemchenko@yandex.ru)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2307-2712>, e-mail: [ArhptsevIN@yandex.ru](mailto:ArhptsevIN@yandex.ru)

**Аннотация.** Исследование посвящено вопросам, касающимся физической подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего образования системы МВД России. Целью исследования стал вопрос о внедрении нетрадиционных методов профессиональной физической подготовки курсантов и слушателей с помощью средств гиревого спорта. Были использованы метод анкетирования и метод педагогического эксперимента. Выборку составили из 320 курсантов с первого по четвертый курс. Полученные результаты показали значимость и важность гиревого спорта как результативного метода физической подготовки курсантов и слушателей. Также были отмечены преимущества и достоинства гиревого спорта в формировании физических качеств учащихся как профессионально значимых. Выносливость, ловкость, сила, координация движений формируются путем постоянных тренировок с применением средств гиревого спорта, поэтому программа физической подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего образования системы МВД России должна их включать. Результаты исследования позволили сделать единый вывод о том, что развитие вышеперечисленных качеств позволит сформировать у будущих практических сотрудников правоохранительных органов МВД России готовность использовать физическую силу для предотвращения противоправных действий со стороны правонарушителей.

**Ключевые слова:** физическая и профессиональная подготовка; гиревой спорт; высшее образование; здоровье; выносливость; физическая сила

**Для цитирования:** Сарычев А.В., Демченко Н.В., Архипцев И.Н. Применение гиревого спорта в физической подготовке курсантов и слушателей в образовательных учреждениях высшего образования МВД России // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. Тамбов, 2021. Т. 26, № 190. С. 106-114. DOI 10.20310/1810-0201-2021-26-190-106-114

**Abstract.** The study is devoted to the issues concerning the professional physical training of cadets and students in educational institutions of higher education of the system of the Ministry of Internal Affairs of Russia. The aim of the study is the issue of the introduction of non-traditional methods of professional physical training of cadets and students with the help of kettlebell lifting. We use the questionnaire method and the pedagogical experiment method. The sample consisted of 320 cadets from the first to the fourth year. The received results showed the significance and importance of kettlebell lifting as an effective method of physical training of cadets and students. We also note the advantages and advantages of kettlebell lifting in the development of physical qualities of students as professionally significant. The program of physical training of cadets and students of an educational institution of higher education of the system of the Ministry of Internal Affairs of Russia should include elements of kettlebell lifting, which will develop such qualities as endurance, agility, and coordination of movements. The results of the study allowed us to draw a unified conclusion that the development of the above qualities will make it possible to form in future law enforcement officers of the Ministry of Internal Affairs of Russia the readiness to use physical force to prevent illegal actions by offenders.

**Keywords:** physical and professional training; kettlebell lifting; higher education; health; endurance; physical strength

**For citation:** Sarychev A.V., Demchenko N.V., Arkhiptsev I.N. *Primeneniye girevogo sporta v fizicheskoy podgotovke kursantov i slushateley v obrazovatel'nykh uchrezhdeniyakh vysshego obrazovaniya MVD Rossii* [The use of kettlebell lifting in the physical training of cadets and students in educational institutions of higher education of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki – Tambov University Review. Series: Humanities*, 2021, vol. 26, no. 190, pp. 106-114. DOI 10.20310/1810-0201-2021-26-190-106-114 (In Russian, Abstr. in Engl.)

## ВВЕДЕНИЕ

Современная система профессионального образования не стоит на месте, многие исследования показывают, что необходимо менять устоявшиеся взгляды и внедрять новые методики и средства преподавания физической культуры и спорта в учреждениях высшего образования системы МВД России. Одним из новшеств в методах обучения является гиревой спорт. Программы подготовки курсантов имеют емкую систему направлений. Важную роль в этой системе играет, конечно же, физическая подготовка. Внедрение средств гиревого спорта в программу физической подготовки курсантов и слушателей может плодотворно сказаться на готовности будущих сотрудников правоохранительных органов к пресечению правонарушений с применением физической силы.

Мнение авторов научных трудов и учебно-методической литературы, касающихся изучения влияния гиревого спорта на физическую подготовку, сходится в том, что существует ряд теоретических проблем, посвященных данной теме. Многие из них экспериментально доказывают и описывают положительное влияние применения системы элементов гиревого спорта на физическую подготовку. Но при этом остается проблема

противоречия современной системы физической подготовки курсантов и изучения вопросов внедрения нетрадиционных видов спорта или их элементов, таких как гиревой спорт, в эту систему.

Цель данной работы – комплексный анализ и экспериментальное доказательство влияния элементов гиревого спорта на физическую подготовку учащихся в высших профессиональных образовательных учреждениях системы МВД России.

Теоретический фундамент знаний, посвященных теме значимости гиревого спорта в практике подготовки курсантов и слушателей высших образовательных учреждений, закладывали многие авторы. Они отмечали положительные результаты во внедрении элементов гиревого спорта в программы физической подготовки.

Одной из важнейших задач физической подготовки курсантов является развитие в будущих сотрудниках таких профессионально важных качеств, как стрессоустойчивость, выносливость, моральная и физическая уверенность в своих силах, инициативность, способность успешно действовать в самых сложных, опасных и быстроменяющихся ситуациях с учетом складывающейся оперативной обстановки [1].

В дополнение к вышесказанному стоит отметить, что использование средств гиревого спорта помогает в решении многих проблем физической подготовки не только курсантов и слушателей образовательных учреждений, но и сотрудников правоохранительных органов МВД России, в частности, формирует силу и выносливость [2].

В своей работе, посвященной изучению использования средств гиревого спорта для развития силовых качеств у студентов, В.В. Баранов пишет: «Средства и методы гиревого спорта способствуют формированию устойчивых мотивов и потребностей физической культуры в организации здорового образа жизни курсантов» [3, с. 5].

Так, И.С. Беляев в своей работе, посвященной методическим особенностям подготовки гиревиков, писал: «Гиревой спорт требует весьма больших усилий в моральной и физической подготовке. Занятия гиревым спортом в условиях образовательных учреждений системы МВД России способствуют развитию специальной выносливости спортсменов, увеличению функциональных возможностей организма, повышению работоспособности, а также формированию адаптационного потенциала к дальнейшей профессиональной деятельности» [4].

Изучением особенностей физического воспитания студентов в вузах с внедрением средств гиревого спорта в программы подготовки занимались многие авторы, такие как В.Н. Балакшин и С.В. Моренченко, В.М. Пальцев, А.Н. Шикунов, В.В. Ягодин и др. [5–8]. Экспериментальные исследования, результаты, разработанные методики и рекомендации для студентов, занимающихся гиревым спортом, а также преподавателей и тренеров физической культуры, применяющих элементы гиревого спорта по программе физической подготовки, описаны в научных трудах вышеуказанных авторов и не только.

При составлении программ подготовки курсантов и слушателей в высших образовательных учреждениях системы МВД России стоит рассматривать основы подготовки полицейских в США, стран Западной Европы, что кандидаты на должность полицейского должны выполнять определенные нормативы по физической подготовке [9]. В методических рекомендациях по подготовке имеются

различия по гендерным и по возрастным признакам [10–12].

Регулярные занятия гиревым спортом развивают функциональные возможности, совершенствуют деятельность всех систем организма. В процессе занятия гиревым спортом у девушек наблюдается увеличение силовых способностей и повышение специальной выносливости, успешно решаются и другие задачи – приобщение девушек-студенток к постоянным занятиям спортом и здоровому образу жизни [13].

В.А. Глубокий подтверждает, что «средства гиревого спорта оказывают положительное воздействие на физическую подготовленность занимающихся, упражнения с гирями могут успешно применяться в физической подготовке как курсантов мужского пола, так и девушек-курсантов ведомственных вузов» [14].

Гиревой спорт обладает рядом преимуществ. Это доступность снарядов, их простота и долговечность, их стоимость. Экипировка не требует особых затрат, место проведения также не имеет значения, так как занятия можно проводить и на улице, и в помещении. Выполнять упражнения можно как одному, так и в составе группы.

## МЕТОДОЛОГИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для достижения поставленной цели использовались эмпирические методы исследования – метод анкетирования и педагогический эксперимент. Количество участников исследования составило 320 человек. В процессе анкетирования и педагогического эксперимента были привлечены курсанты с первого по четвертый курс. Курсанты не были разделены на экспериментальную и контрольную группы, были использованы результаты «до» и «после». Участники были распределены следующим образом: курсанты мужского пола – 59 %, курсанты женского пола – 41 %; курсанты первого курса – 25 %, второго – 32 %, третьего – 19 % и четвертого – 24 %. Эксперимент осуществлялся в течение одного учебного года. Занятия курсантов, принявших участие в педагогическом эксперименте, дополнялись упражнениями с гирями.

Обработка результатов осуществлялась с использованием методов математической статистики.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Нами был проведен теоретический анализ научной литературы, посвященной техникам гиревого спорта, применяемых в подготовке спортсменов. Гиревой спорт разделен на классическое двоеборье, толчок по длинному циклу и рывок, они входят в программы международных соревнований и в Единую всероссийскую спортивную классификацию. Наиболее популярная в России дисциплина – это классическое двоеборье.

Согласно Приказу МВД России от 5 мая 2018 г. № 275 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел РФ»<sup>1</sup>, в программу физической подготовки были включены средства гиревого спорта.

Совершенствованию общей физической, профессионально-прикладной подготовки способствуют применение элементов гиревого спорта. Они развивают в курсантах не только силу, выносливость, гибкость, ловкость, но и морально-волевые качества [3]. Полученные результаты исследования еще раз подтвердили вышесказанное.

Одна из важных задач в физическом воспитании студентов – это приобщение к спортивной жизни вуза и участия в спортивных мероприятиях. В процессе подготовки к соревнованиям, независимо от вида спорта, использование упражнений с гирями положительно скажется на общей физической подготовке.

Неограниченность гиревого спорта доказывает возможность заниматься как курсантам мужского, так и женского пола высших образовательных учреждений системы МВД России.

Анкетирование курсантов было проведено с целью изучить отношение к внедрению элементов гиревого спорта в программы физической подготовки. В результате обработки ответов были получены следующие циф-

ры: 49,4 % (158 человек) ответили, что только применение средств гиревого спорта позволит улучшить физическую подготовку курсантов; 40,3 % (129 человек) высказали мнение о том, что внедрение элементов гиревого спорта может положительно повлиять на физические способности курсантов; 10,3 % (33 человека) против использования гиревого спорта в процессе физической подготовки курсантов и слушателей.

Ответы на вопрос о роли гиревого спорта в программе подготовки сотрудников МВД России были разделены. Так, 49 % ответили, что элементы гиревого спорта оказывают положительное воздействие на общую физическую форму курсантов; 18 % высказали мнение о негативном влиянии гиревого спорта на физическую подготовку; 33 % участников анкетирования ответили, что вряд ли гиревой спорт поможет в совершенствовании подготовки курсантов и слушателей высших образовательных учреждений правоохранительных органов.

Итоги анкетирования позволили сделать вывод о том, что подавляющее количество курсантов понимают важность использования средств гиревого спорта в процессах физической подготовки будущих сотрудников правоохранительных органов МВД России.

Для доказательства положительного влияния внедрения элементов гиревого спорта в программы подготовки курсантов проведен педагогический эксперимент. 40 курсантов разных курсов стали его участниками. Продолжительность исследования составила 6 месяцев. Гири для занятий использовали в зависимости от весовой категории обучающихся и их начальной физической подготовки. Для курсантов мужского пола использовались занятия с гирями весом от 16 до 32 кг, для курсантов женского пола – от 8 до 24 кг. Комплексы упражнений были разделены на подготовительный, основной и заключительный блок.

Продолжительность тренировки в среднем составляла от сорока минут до одного часа. Время занятий постепенно увеличивалось, по несколько минут в неделю.

Длительность подготовительного блока составляла 10–15 минут и включала в гимнастические упражнения пробежку, разогревающие упражнения для всех групп мышц.

<sup>1</sup> Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел РФ: приказ от 05.05.2018 № 275. Доступ из СПС КонсультантПлюс.

Упражнения основного блока выполнялись круговым способом тренировки с перерывами в 20 секунд по 3–4 подхода, 10–15 раз. Основные элементы, использованные в занятиях: подъем гири на грудь, подъем гири от груди, рывок гири обеими руками, приседы с гирями, сгибание рук в локтях с гирей, жонглирование гирями, жим двух гирь. Все упражнения чередовались на каждом занятии.

Заключительный блок состоял из упражнений на восстановление – это растяжка, висы, упражнения по восстановлению дыхания.

Динамика результатов физической подготовки представлена в табл. 1.

Таким образом, показатели изменения силовых качеств курсантов разных курсов демонстрируют положительную динамику и превышают показатели на момент начала эксперимента. Полученные результаты внедрения элементов гиревого спорта в процесс подготовки курсантов и слушателей учреждений высшего профессионального образования системы МВД России позволили сделать вывод о высокой эффективности их применения. Использование упражнений гиревого спорта в программе физической подготовки позволяет одновременно решить несколько задач: оздоровительные и прикладные, что позволит улучшить качественные показатели выполнения профессиональных обязанностей.

К большому сожалению, гиревой спорт не был включен в перечень служебно-прикладных видов спорта в полном объеме. Подтверждение тому – постановление Правительства РФ от 20 августа 2009 г. № 695 «Об утверждении перечня военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта и федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих руководство развитием этих видов спорта»<sup>2</sup>. Были включены следующие виды спорта:

- стрельба из боевого ручного стрелкового оружия;
- служебный биатлон;

- комплексное единоборство;
- многоборье кинологов.

Многие исследования, касающиеся физической и профессиональной подготовки курсантов высших образовательных учреждений системы МВД России, подтверждают закрепленные в нормативно-правовых актах утверждения о развитии силы и выносливости будущих сотрудников правоохранительных органов.

Приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450<sup>3</sup>, с изменениями от 27 июля 2020 г. Приказ № 522<sup>4</sup>, документально закрепляет основы организации физической подготовки сотрудников МВД России по различным направлениям: прикладной гимнастике и атлетической подготовке, легкой атлетике и ускоренному передвижению, преодолению препятствий, лыжной подготовке, плаванию, боевым приемам борьбы и т. п. В пунктах 18 и 19 прописаны рекомендации по обучению тренировке «жим гири» в программе физической подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений правоохранительных органов России.

В системе ведомственного образования нет документального подтверждения важности использования средств гиревого спорта в процессе физического воспитания. Хотя упражнения по жиму гирь все же включены в программы физического воспитания студентов высших образовательных учреждений правоохранительных органов России, это подтверждается Приказом от 5 мая 2018 г. № 275 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел РФ».

Цель исследования состояла в том, чтобы провести комплексный анализ и экспериментально доказать влияние применения элементов гиревого спорта на физическую подготовку учащихся в высших профессиональных образовательных учреждениях системы МВД России.

<sup>2</sup> Об утверждении перечня военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта и федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих руководство развитием этих видов спорта: постановление Правительства РФ от 20.08.2009 № 695 // СЗ РФ. 2009. № 35. Ст. 4246.

<sup>3</sup> Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 01.07.2017 № 450. Доступ из СПС КонсультантПлюс.

<sup>4</sup> О внесении изменений в приказы МВД России от 01.07.2017 № 450 и от 23.11.2017 № 880: Приказ МВД России от 27.07.2020 № 522.

Таблица 1

Динамика показателей развития силовых качеств курсантов до и после эксперимента

Курс	Юноши				Девушки			
	До $\bar{X}$	После $\bar{X}$	$\pm m$	$P$	До $\bar{X}$	После $\bar{X}$	$\pm m$	$P$
Динамометрия сильнейшей руки, кг								
1	49,28	51,39	2,17	<0,01	29,75	31,24	1,26	<0,01
2	50,49	53,20	2,50	<0,05	30,01	31,80	1,80	<0,01
3	52,01	54,30	2,30	<0,01	31,90	33,13	1,93	<0,03
4	52,50	55,20	2,70	<0,04	32,10	34,70	2,50	<0,01
Бег 1000 м, мин								
1	3,30	3,10	0,20	<0,01	4,40	4,0	0,40	<0,02
2	3,25	3,0	0,25	<0,02	4,12	3,47	0,25	<0,02
3	3,05	2,45	0,20	<0,03	3,57	3,40	0,17	<0,04
4	2,50	2,35	0,15	<0,03	3,35	3,15	0,20	<0,03
Подтягивание на перекладине, количество раз								
1	11,95	14,25	0,70	<0,05	9,13	10,24	0,83	<0,05
2	12,78	15,87	0,48	<0,01	9,33	10,75	0,64	<0,01
3	13,44	16,65	0,79	<0,05	11,25	12,54	0,50	<0,05
4	13,21	17,30	0,74	<0,01	11,82	13,15	0,40	<0,01
Вис на перекладине, с								
1	51,01	53,02	1,33	<0,03	39,41	41,02	1,12	<0,03
2	52,12	52,31	1,25	<0,02	40,27	43,01	1,36	<0,03
3	52,45	54,54	1,14	<0,01	40,63	44,22	1,25	<0,01
4	53,02	–	–	<0,05	41,25	44,53	1,41	<0,001

## ВЫВОДЫ

В результате исследования, кроме поставленных задач, были решены сопутствующие, которые позволяют сформулировать следующие выводы.

1. Ввести средства гиревого спорта в полномасштабном объеме в программы физического воспитания курсантов и слушателей.

2. Документально зафиксировать в программах физической подготовки и в методических рекомендациях результаты исследований разных авторов о положительных эффектах при применении средств гиревого спорта, отметить положительное влияние на готовность к использованию физической си-

лы на предотвращение правонарушений сотрудниками правоохранительных органов.

3. Отметить всестороннее положительное воздействие гиревого спорта на курсантов и слушателей.

4. Рекомендовать использовать элементы гиревого спорта учащимся, у которых имеются сложности в огневой и физической подготовке. Что еще раз доказывает мнение Е.Е. Гориной, А.И. Огурцовой, В.С. Тарасовой о том, что «курсанты, имеющие проблемы в указанных выше дисциплинах, должны заниматься в группах по гиревому двоеборью и гиревому жонглированию, что позволит эффективно устранить недостатки» [15].

## Список литературы

1. Моськин С.А., Губанов Э.В. Специальная направленность физической подготовки сотрудников правоохранительных органов // Физическая культура и спорт в системе профессионального образования: опыт и инновационные технологии физического воспитания: сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф. Екатеринбург: УрЮИ МВД России, 2018. С. 101-106.
2. Горина Е.Е., Денисов Д.Г., Мерзлякин А.В. Физическая культура и спорт в системе ресоциализации осужденных // Социальные отношения. 2016. № 2 (17). С. 78-84.
3. Баранов В.В. Использование средств гиревого спорта для развития силовых качеств у студентов: методические указания. Оренбург, 2005. 33 с.
4. Беляев И.С., Недоступов А.А., Алексеев Н.А. Методические особенности подготовки гиревиков высших спортивных разрядов в условиях образовательных организаций системы МВД России // Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов и слушателей: сб. ст. Орел, 2017. С. 36-39.
5. Балакишин В.Н., Моренченко С.В. Физическое воспитание. Саратов, 2001. 66 с.

6. *Пальцев В.М.* Гиревой спорт в вузе. Екатеринбург, 1994. 148 с.
7. *Шикунов А.Н.* Гиревой спорт как альтернатива традиционным физкультурно-спортивным методикам охраны здоровья обучающихся // Проблемы федерально-региональной политики в науке и образовании: материалы Всерос. науч.-практ. конф. Тамбов: ТГУ им. Г.Р. Державина, 2003. С. 136-138.
8. *Ягодин В.В.* Основы теории гиревого спорта. Екатеринбург, 1996. 218 с.
9. *Якимович В.С.* Сравнительный анализ методик физической подготовки претендентов на службу в полиции России и США // Вестник ВА МВД России. 2017. № 3 (42). С. 133-136.
10. *Anderson G.S., Plecas D.B.* Physical Abilities Requirement Evaluation (PARE). Discrete Item Analysis. Phase 2. Abbotsford: University of the Fraser Valley, 2008. 54 p.
11. *Farenholtz D.W., Rhodes E.C.* Recommended Canadian standards for police physical abilities // Canadian Police College Journal. 1990. Vol. 14. № 1. P. 37-49.
12. *Rhodes E.C., Farenholtz D.W.* Police officers physical abilities test compared to measures of physical fitness // Canadian Journal of Sport Science. 1992. Vol. 17. № 3. P. 228-233.
13. *Щербин Д.В., Дыбов В.Е., Беляев И.С.* Гиревой спорт как основа повышения физической подготовки девушек, обучающихся в вузе // Повышение конкурентоспособности кадров в условиях современного образования: материалы Междунар. науч.-практ. конф. Белгород, 2019. С. 86-90.
14. *Глубокий В.А.* Учебно-тренировочный процесс в секции гиревого спорта вуза ФСКН России // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств: материалы 17 Междунар. науч.-практ. конф. Иркутск: ФГКОУ ВПО ВСИ МВД России, 2015. С. 60-62.
15. *Горина Е.Е., Огурцова А.И., Тарасова В.С.* Проблемы освоения дисциплины «Огневая подготовка» курсантами вузов ФСИН России: результаты эмпирического исследования // Техника и безопасность объектов уголовно-исполнительной системы: сб. материалов Междунар. науч.-практ. конф. Воронеж: Изд.-полиграф. центр «Научная книга», 2018. С. 541-543.

#### References

1. Moskin S.A., Gubanov E.V. Spetsial'naya napravlennost' fizicheskoy podgotovki sotrudnikov pravookhranitel'nykh organov [Special orientation of physical training of law enforcement officers]. *Sbornik materialov Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Fizicheskaya kul'tura i sport v sisteme professional'nogo obrazovaniya: opyt i innovatsionnyye tekhnologii fizicheskogo vospitaniya»* [Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference "Physical Education and Sport in the System of Professional Education: Experience and Innovative Technologies of Physical Education"]. Yekaterinburg, Ural Legal Institute of the Ministry of Internal Affairs of The Russian Federation Publ., 2018, pp. 101-106. (In Russian).
2. Gorina E.E., Denisov D.G., Merzlikin A.V. Fizicheskaya kul'tura i sport v sisteme resotsializatsii osuzhdennykh [Physical education and sport in the system of resocialization of convicts]. *Sotsial'nyye otnosheniya* [Social Relations], 2016, no. 2 (17), pp. 78-84. (In Russian).
3. Baranov V.V. *Ispol'zovaniye sredstv girevogo sporta dlya razvitiya silovykh kachestv u studentov: metodicheskiye ukazaniya* [The Use of Kettlebell Lifting for the Development of Strength Qualities in Students: Methodic Guidelines]. Orenburg, 2005, 33 p. (In Russian).
4. Belyayev I.S., Nedostupov A.A., Alekseyev N.A. Metodicheskiye osobennosti podgotovki girevikov vysshikh sportivnykh razryadov v usloviyakh obrazovatel'nykh organizatsiy sistemy MVD Rossii [Methodic features of training kettlebell lifters of the highest sports categories in the conditions of educational organizations of the system of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. *Aktual'nyye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta kursantov i slushateley* Current Problems of Physical Education and Sports of Cadets and Students]. Oryol, 2017, pp. 36-39. (In Russian).
5. Balakshin V.N., Morenchenko S.V. *Fizicheskoye vospitaniye* [Physical Education]. Saratov, 2001, 66 p. (In Russian).
6. Pal'tsev V.M. *Girevoy sport v vuze* [Kettlebell Lifting in University]. Yekaterinburg, 1994, 148 p. (In Russian).
7. Shikunov A.N. Girevoy sport kak al'ternativa traditsionnym fizkul'turno-sportivnym metodikam okhrany zdorov'ya obuchayushchikhsya [Kettlebell lifting as an alternative to traditional physical education and sports methods of protecting the health of students]. *Materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Problemy federal'no-regional'noy politiki v nauke i obrazovanii»* [Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference "Problems of Federal-Regional Policy in Science and Education"]. Tambov, Derzhavin Tambov State University Publ., 2003, pp. 136-138. (In Russian).

8. Yagodin V.V. *Osnovy teorii girevogo sporta* [Foundations of the Theory of Kettlebell Lifting]. Yekaterinburg, 1996, 218 p. (In Russian).
9. Yakimovich V.S. Sravnitel'nyy analiz metodik fizicheskoy podgotovki pretendentov na sluzhbu v politzii Rossii i SSHA [Comparative analysis of physical training methods of applicants for service in the police of Russia and the USA]. *Vestnik VA MVD Rossii – Volgograd Academy of the Russian Internal Affairs Ministry's Digest*, 2017, no. 3 (42), pp. 133-136. (In Russian).
10. Anderson G.S., Plecas D.B. *Physical Abilities Requirement Evaluation (PARE). Discrete Item Analysis. Phase 2*. Abbotsford, University of the Fraser Valley Publ., 2008, 54 p.
11. Farenholtz D.W., Rhodes E.C. Recommended Canadian standards for police physical abilities. *Canadian Police College Journal*, 1990, vol. 14, no. 1, pp. 37-49.
12. Rhodes E.C., Farenholtz D.W. Police officers physical abilities test compared to measures of physical fitness. *Canadian Journal of Sport Science*, 1992, vol. 17, no. 3, pp. 228-233.
13. Shcherbin D.V., Dybov V.E., Belyayev I.S. Girevoy sport kak osnova povysheniya fizicheskoy podgotovki devushek, obuchayushchikhsya v vuze [Kettlebell lifting as the basis for improving the physical fitness of girls studying at the university]. *Materialy Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Povysheniye konkurentosposobnosti kadrov v usloviyakh sovremennogo obrazovaniya»* [Proceedings of the International Scientific and Practical Conference “Increasing the Competitiveness of Personnel in the Context of Modern Education”]. Belgorod, 2019, pp. 86-90. (In Russian).
14. Glubokiy V.A. Uchebno-trenirovochnyy protsess v sektsii girevogo sporta vuza FSKN Rossii [Educational and training process in the kettlebell lifting section of the Federal Drug Control Service of Russia]. *Materialy 17 Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Sovershenstvovaniye professional'noy i fizicheskoy podgotovki kursantov, slushateley obrazovatel'nykh organizatsiy i sotrudnikov silovykh vedomstv»* [Proceedings of the 17th International Scientific and Practical Conference “Improving the Professional and Physical Training of Cadets, Students of Educational Organizations and Employees of Law Enforcement Agencies”]. Irkutsk, Eastern Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation Publ., 2015, pp. 60-62. (In Russian).
15. Gorina E.E., Ogurtsova A.I., Tarasova V.S. Problemy osvoyeniya distsipliny «Ognevaya podgotovka» kursantami vuzov FSIN Rossii: rezul'taty empiricheskogo issledovaniya [Problems of mastering the discipline “Fire Training” by cadets of higher educational institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia: the results of empirical research]. *Sbornik materialov Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Tekhnika i bezopasnost' ob'yektov ugolovnoispolnitel'noy sistemy»* [Proceedings of the International Scientific and Practical Conference “Technics and Safety of Objects of the Criminal Executive System”]. Voronezh Institute of the Federal Service of Punishment Publ., Voronezh, Publishing and Printing Center “Nauchnaya kniga” Ltd., 2018, pp. 541-543. (In Russian).

#### Информация об авторах

**Сарычев Александр Викторович**, преподаватель кафедры тактико-специальной подготовки. Белгородский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации им. И.Д. Путилина, г. Белгород, Российская Федерация. E-mail: w0773@yandex.ru

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0002-2115-3191>

**Демченко Николай Викторович**, кандидат юридических наук, доцент, доцент кафедры управления и административной деятельности органов внутренних дел. Белгородский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации им. И.Д. Путилина, г. Белгород, Российская Федерация. E-mail: Nvdemchenko@yandex.ru

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0002-6615-8308>

#### Information about the authors

**Alexander V. Sarychev**, Lecturer of Tactical and Special Training Department. Belgorod Law Institute of Ministry of the Internal of the Russian Federation named after I.D. Putilin, Belgorod, Russian Federation. E-mail: w0773@yandex.ru

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0002-2115-3191>

**Nikolay V. Demchenko**, Candidate of Jurisprudence, Associate Professor, Associate Professor of Management and Administrative Activities of Internal Affairs Bodies Department. Belgorod Law Institute of Ministry of the Internal of the Russian Federation named after I.D. Putilin, Belgorod, Russian Federation. E-mail: Nvdemchenko@yandex.ru

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0002-6615-8308>



**Архипцев Иван Николаевич**, старший преподаватель кафедры уголовно-правовых дисциплин. Белгородский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации им. И.Д. Путилина, г. Белгород, Российская Федерация. E-mail: ArhriptsevIN@yandex.ru

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-2307-2712>

Конфликт интересов отсутствует.

**Для контактов:**

Сарычев Александр Викторович  
E-mail: w0773@yandex.ru

Поступила в редакцию 18.08.2020 г.  
Поступила после рецензирования 15.09.2020 г.  
Повторное рецензирование 06.10.2020 г.  
Принята к публикации 27.11.2020 г.

**Ivan N. Arkhriptsev**, Senior Lecturer of Criminal and Law Disciplines Department. Belgorod Law Institute of Ministry of the Internal of the Russian Federation named after I.D. Putilin, Belgorod, Russian Federation. E-mail: ArhriptsevIN@yandex.ru

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-2307-2712>

There is no conflict of interests.

**Corresponding author:**

Alexander V. Sarychev  
E-mail: w0773@yandex.ru

Received 18 August 2020  
Reviewed 15 September 2020  
Second peer review round 6 October 2020  
Accepted for press 27 November 2020