

## СПЕЦИАЛЬНАЯ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ПОЛИЦЕЙСКОГО

Продолжительность обучения: 74 часов

Форма получения образования: очная

№	Содержание	Всего заняти й	Лекци и	Практически е занятия
<b>1</b>	<b>Физическая подготовка</b>	<b>9</b>	<b>-</b>	<b>9</b>
1.1	Беговая подготовка	3	-	3
1.2	Силовая подготовка	3	-	3
1.3	Специальные подготовительные упражнения	3	-	3
<b>2</b>	<b>Медицинская подготовка</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>
2.1	Основы анатомии и физиологии	1	1	-
2.2	Общие понятия о травме. Виды травм. Оказание само- и взаимопомощи	2	1	1
2.3	Виды кровотечений, первая помощь при кровотечении	2	1	1
2.4	Приемы самоконтроля функционального состояния	1	1	-
<b>3</b>	<b>Психологическая подготовка</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
<b>4</b>	<b>Специальная подготовка</b>	<b>58</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
4.1	Стойки и техника ударов руками и ногами. Уязвимые места для нанесения ударов	10	-	10
4.1.1	Виды стоек и передвижения в них. Удары руками (прямой, снизу, сбоку, удар локтем). Защитные действия от ударов руками (блок, подставка, уклон, нырок)	6	-	6
4.1.2	Удары ногами (прямой, снизу, сбоку, удар коленом). Защитные действия от ударов ногами (блок, подставка)	4	-	4
4.2	Основы тактики ведения поединка	8	-	8
4.2.1	Тактика проведения атакующих и контратакующих действий (в т.ч. против нескольких противников)	4	-	4
4.2.2	Защитно-атакующие действия (в т.ч. против нескольких противников)	4	-	4
4.3	Приемы борьбы	14	-	14
4.3.1	В положении стоя (страховка и самостраховка при падениях; задняя и передняя подножки; бросок с захватом двух ног спереди, сзади; удушающие приемы)	6	-	6

№	Содержание	Всего заняти й	Лекци и	Практически е занятия
4.3.2	В положении лежа (удержания; болевые и удушающие приемы)	4	-	4
4.3.3	Захваты, обхваты и приемы освобождения от них. Приемы взаимовыручки	4	-	4
4.4	Приемы задержания и защитные действия от нападения	26	-	26
4.4.1	Техника и тактика силового и не силового задержания (приемы задержания при подходе спереди, сзади, сбоку; наружный досмотр; сопровождение). Приемы взаимодействия	10	-	10
4.4.2	Защитные действия от нападения вооруженного преступника: огнестрельным оружием (при угрозе пистолетом (автоматом) сбоку, спереди, сзади); холодным оружием (от удара снизу, сверху, сбоку, наотмашь, тычком)	8	-	8
4.4.3	Опережающие действия при попытке преступника достать оружие из носимых вещей (нагрудного кармана пиджака, кармана брюк, из-за пояса и других)	8	-	8
	<b>Итого</b>	<b>74</b>	<b>5</b>	<b>71</b>