Дата поступления рукописи в редакцию: 13.09.2026 г. DOI: 10.24412/2782-3830-2026-11-433-439
Дата принятия рукописи в печать: 12.11.2026 г.

КРАПИВИН Олег Владимирович,
доцент института Академии ФСИН России по кафедре физической подготовки и спорта, доцент,
e-mail: o.krapivin@list.ru

КАЗНАЧЕЕВ Валерий Александрович,
доцент кафедры физической, огневой и тактико-специальной подготовки Самарского юридического института ФСИН России, кандидат психологических наук,
e-mail: kaznacheevva@bk.ru

ЕЛОХОВ Иван Владимирович,
начальник кафедры государственно-правовых дисциплин ФКОУ ВО Пермский институт ФСИН России, кандидат педагогических наук,
e-mail: ielokhov@yandex.ru

ПАНТЕЛЕЕВ Виктор Александрович,
доцент кафедры организации режима и надзора юридического факультета ВЮИ ФСИН России кандидат юридических наук, доцент, Почетный работник высшего профессионального образования РФ,
e-mail: panteleev_va@33.fsin.gov.ru

КОЛОЧИХИН Кирилл Сергеевич,
преподаватель кафедры физической, огневой и тактико-специальной подготовки инженерно-технического факультета Университета ФСИН России,
e-mail: kirill.kolo4ihin@yandex.ru

РАЗВИТИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ФСИН РОССИИ СРЕДСТВАМИ РУКОПАШНОГО БОЯ

Аннотация. *Статья посвящена обоснованию использования средств рукопашного боя в системе специальной физической подготовки сотрудников Федеральной службы исполнения наказаний России. На основе анализа действующей нормативной базы и научно-методической литературы определены профессионально значимые физические качества, наиболее тесно связанные с выполнением двигательных действий в условиях непосредственного силового контакта: скоростно-силовые способности, силовая и специальная выносливость, ловкость, координационные способности, быстрота двигательной реакции и способность сохранять эффективность действий на фоне утомления. Предложена методическая модель построения занятий, предусматривающая сопряженное развитие физических качеств и прикладных двигательных навыков, постепенное усложнение условий, применение интервального, кругового, повторного и соревновательного методов, а также ситуационных учебно-тренировочных заданий. Обоснована целесообразность включения средств рукопашного боя не только в раздел обучения способам применения физической силы, но и в содержание специальной физической подготовки сотрудников УИС.*

Ключевые слова: *сотрудники ФСИН России, уголовно-исполнительная система, специальная физическая подготовка, рукопашный бой, боевые приемы борьбы, профессионально-прикладная физическая подготовка, физические качества.*

Для цитирования: *Крапивин О. В., Казначеев В. А., Елохов И. В., Пантелеев В. А., Колочихин К. С. Развитие специальной физической подготовки сотрудников ФСИН России средствами рукопашного боя // Российский научный вестник. 2026. № 11. С. 433–439.*

KRAPIVIN Oleg Vladimirovich,
Associate Professor, Institute of the Academy of the Federal Penitentiary Service of Russia, Department of Physical Fitness and Sports Associate Professor

KAZNACHEEV Valery Aleksandrovich,
Associate Professor, Department of Physical, Firearms, and Tactical-Special Training Samara Law Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia PhD in Psychology

ELOKHOV Ivan Vladimirovich,
Head of the Department of State and Legal Disciplines Perm Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia; Candidate of Pedagogical Sciences

PANTELEEV Viktor Aleksandrovich,
Associate Professor, Department of Regime Organization and Supervision, Faculty of Law, Vladimir Law Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia, Candidate of Legal Sciences, Associate Professor, Honorary Worker of Higher Professional Education of the Russian Federation

KOLOCHIKHIN Kirill Sergeyevich,
Lecturer at the Department of Physical, Firearms, and Tactical-Special Training, Faculty of Engineering and Technology, University of the Federal Penitentiary Service of Russia

DEVELOPMENT OF SPECIAL PHYSICAL TRAINING OF EMPLOYEES OF THE FEDERAL PENITENTIARY SERVICE OF RUSSIA BY MEANS OF HAND-TO-HAND COMBAT

Annotation. *The article substantiates the use of hand-to-hand combat means in the system of special physical training of employees of the Federal Penitentiary Service of Russia. Based on the analysis of the current regulatory framework and scientific and methodological literature, professionally significant physical qualities associated with actions in direct physical contact are identified: speed-strength abilities, strength and special endurance, agility, coordination, speed of motor response, and the ability to maintain effective performance under fatigue. A methodological model of classes is proposed, combining the development of physical qualities with applied motor skills, gradual complication of training conditions, interval, circuit, repeated and competitive methods, and situational training tasks. The expediency of using hand-to-hand combat not only for mastering methods of physical force application but also as an integrated means of special physical training of penitentiary system employees is substantiated.*

Key words: *employees of the Federal Penitentiary Service of Russia, penal system, special physical training, hand-to-hand combat, combat wrestling techniques, professionally applied physical training, physical qualities.*

For citation: *Krapivin O. V., Mikhalev V. N., Klyuchnikov M. I., Demidov O. G. Combat techniques as a core element of professional physical training of cadets at departmental educational institutions. Russian scientific bulletin. 2026;(11):433–439. (In Russ.).*

Служебная деятельность сотрудников уголовно-исполнительной системы (далее – УИС) предъявляет к уровню физической готовности требования, которые не исчерпываются выполнением контрольных нормативов общей физической подготовленности. Наряду с силой, быстротой и выносливостью сотруднику необходимо уметь реализовать имеющийся физический потенциал в условиях дефицита времени, непосредственного противодействия, ограниченного пространства, эмоционального напряжения и быстро меняющейся обстановки. Именно поэтому специальная физическая подготовка должна рассматриваться как направленный процесс развития тех физических и психофизических качеств, которые обеспечивают эффективность профессионально значимых двигательных действий.

Правовая и организационная основа такой подготовки закреплена в действующих нормативных актах. Статья 29 Закона Российской Федерации от 21.07.1993 № 5473-1 предусматривает право сотрудника УИС применять физическую силу, в том числе боевые приемы борьбы, в установленных законом случаях [2]. Приказом ФСИН России от 13.06.2023 № 382 физическая подготовка определена как основной элемент профессиональной подготовки сотрудников УИС к выполнению служебно-оперативных задач; при этом физические упражнения должны обеспечивать развитие физических и специальных качеств и формирование профессионально-прикладных навыков [1].

Особенно значимым для рассматриваемой темы является то, что действующий порядок подготовки кадров не разделяет физическую готовность и способность применять освоенные действия на практике. В содержание занятий по способам применения физической силы и специальных средств включены эффективные приемы из единоборств, в том числе спортивного и боевого самбо, удары руками и ногами, болевые, удушающие и специальные приемы и действия [1]. Тем самым нормативная база фактически задает прикладную направленность физической подготовки, однако методическое наполнение этой направленности требует дальнейшей конкретизации.

Цель настоящего исследования – теоретически обосновать возможности развития специальной физической подготовки сотрудников ФСИН России средствами рукопашного боя и определить методические условия, при которых освоение прикладных действий одновременно выступает средством развития профессионально значимых физических качеств. В работе использованы методы анализа нормативных правовых актов и научно-методической литературы, сравнения, обобщения педагогического опыта и теоретического моделирования структуры учебно-тренировочных занятий.

В научной литературе проблема формирования навыков боевых приемов борьбы у сотрудников УИС связывается не только с качеством технического обучения, но и с систематическим использованием физических упражнений, уровнем исходной подготовленности занимающихся, квалификацией преподавателя и соответствием учебной среды особенностям будущей служебной деятельности [3]. Исследования, посвященные рукопашному бою в образовательных организациях ФСИН России, также подчеркивают необходимость его устойчивого присутствия в структуре дисциплины «Физическая подготовка» и профессиональную значимость сформированных навыков [4].

При этом специальная физическая подготовка и техническая подготовка не должны существовать параллельно. Если физические качества развиваются исключительно средствами общей физической подготовки, а приемы рукопашного боя разучиваются только в облегченных стандартных условиях, возникает разрыв между физическим потенциалом сотрудника и способностью использовать его в прикладном двигательном действии. Практическая ценность рукопашного боя состоит как раз в возможности сопряженного воздействия: одно и то же упражнение или учебное задание может одновременно совершенствовать технику, быстроту реагирования, координацию, силовую выносливость и способность действовать при сопротивлении партнера. Общая физическая подготовка при этом сохраняет базовую функцию и создает функциональный резерв для освоения специальных действий, что соответствует современным представлениям о комплексной физической подготовке сотрудников УИС.

Под средствами рукопашного боя в рамках специальной физической подготовки целесообразно понимать не только отдельные технические приемы, но и комплекс специально-подготовительных упражнений, передвижений, действий в парах, учебных схваток, условно-целевых заданий и упражнений на снарядах, сохраняющих биомеханическое или функциональное сходство с профессионально значимыми действиями. Подобный подход согласуется с данными М. Ю. Нохрина с соавторами, показавших значимость специальных подготовительных упражнений при обучении боевым приемам борьбы в образовательных организациях ФСИН России [5].

Первое направление воздействия средств рукопашного боя – развитие скоростно-силовых способностей. Для эффективного выполнения бросковых, удерживающих, сковывающих и защитно-контратакующих действий требуется спо-

собность быстро создавать значительное мышечное усилие, изменять его направление и своевременно включать необходимые мышечные группы. В отличие от изолированной силовой работы, упражнения единоборств формируют усилие в многозвенной двигательной цепи, что повышает перенос физической подготовленности на прикладные действия.

Второе направление – развитие специальной силовой выносливости. В реальном противодействии мышечная работа носит переменный характер: кратковременные мощные усилия сочетаются со статическим удержанием, перемещением собственного тела и массы партнера, повторными попытками изменить его положение. Поэтому для сотрудника существенна способность неоднократно воспроизводить усилия без резкого ухудшения координации и качества технических действий. Средствами развития могут выступать дозированные упражнения с сопротивлением партнера, повторные серии специальных действий, работа на борцовских манекенах и снарядах, а также короткие учебно-тренировочные поединки с регламентированной интенсивностью.

Особое значение в рукопашном бою имеет координационная составляющая. В отличие от большинства упражнений общей физической подготовки здесь практически невозможно заранее сохранить неизменными дистанцию, положение тела и направление усилия. Партнер постоянно меняет положение, поэтому сотруднику приходится быстро подстраивать движение под новую ситуацию, сохранять равновесие и выбирать удобный момент для действия. Такая работа развивает не отдельный двигательный навык, а способность перестраивать его непосредственно в процессе взаимодействия.

Для служебно-прикладной подготовки важна и быстрота реакции. Речь идет не столько о предельной скорости одного движения, сколько о том, насколько быстро сотрудник замечает изменение обстановки и отвечает на него подходящим действием. При выполнении заданий в парах эта способность развивается естественно: сигналом становится не команда преподавателя, а движение партнера, изменение дистанции или попытка сопротивления. Включение таких заданий после физической нагрузки дополнительно позволяет оценивать, насколько сохраняется качество действий при утомлении.

Нельзя исключать и психофизическую сторону подготовки. Даже учебное противодействие сопровождается дефицитом времени, контактом с партнером и необходимостью принимать решение без длительного обдумывания. При постепенном усложнении заданий сотрудник привыкает действовать в этих условиях спокойнее, не теряя точности движений. Для профессиональной подготовки это существенно, поскольку в служебной ситуации физическое действие редко выполняется в полностью комфортной и заранее известной обстановке.

Таблица 1 – Основные направления развития специальной физической подготовки средствами рукопашного боя

Развиваемое качество	Практическое значение для сотрудника УИС	Основные средства рукопашного боя
Скоростно-силовые способности	Быстрое создание усилия при бросковых, сковывающих и защитно-контратакующих действиях	Бросковые серии, рывковые упражнения с партнером, работа с манекеном, упражнения на взрывное усилие
Специальная силовая выносливость	Многократное выполнение действий без заметного ухудшения техники и координации	Серии приемов с сопротивлением, удержания, перемещения партнера, интервальные схватки
Координационные способности и ловкость	Быстрая перестройка действий в меняющейся обстановке	Передвижения, смена уровней, действия в парах, условно-целевые задания
Быстрота двигательной реакции	Сокращение времени от распознавания ситуации до ответного действия	Реакционные упражнения по сигналу, внезапные атаки и защиты, короткие ситуативные эпизоды
Психофизическая устойчивость и работоспособность	Сохранение самообладания и эффективности действий в условиях контакта и утомления	Учебные схватки, работа в ограниченном пространстве, задания на фоне дозированного утомления

Из сказанного следует, что при использовании рукопашного боя в целях специальной физической подготовки важен не набор отдельных упражнений сам по себе, а порядок их применения. На наш взгляд, методику целесообразно строить так, чтобы физическая нагрузка была связана с тем двигательным действием, которое сотруднику предстоит выполнять в прикладной ситуации.

В первую очередь следует сохранять сопряженность физической и технической работы. Если силовое или скоростное упражнение по характеру усилия, положению тела и темпу близко к изучаемому действию, его перенос на практический навык будет более очевидным, чем при изолированной тренировке мышечных групп.

Одновременно необходимо менять условия выполнения задания. Даже хорошо освоенный прием в реальном противодействии приходится выполнять с другой дистанции, из неудобного положения или при неожиданном сопротивлении. Поэтому часть повторений целесообразно проводить с изменением исходных условий, но без преждевременного перехода к полностью свободной схватке.

Усложнение должно происходить по мере освоения материала. Сначала сотруднику необходимо понять структуру движения и уверенно выполнить ее без активного противодействия, затем - сохранить технику при дозированном сопротивлении партнера и только после этого решать более свободные ситуационные задачи. Такой порядок позволяет не подменять обучение приемам обычным силовым соперничеством.

Работа на фоне утомления также имеет

смысл, но дозировать ее следует осторожно. Усталость полезна как фактор, заставляющий сохранять работоспособность и контроль движений, однако чрезмерная нагрузка быстро ухудшает технику. Поэтому задача преподавателя состоит не в том, чтобы максимально утомить занимающихся, а в том, чтобы создать состояние, при котором качество действия еще можно контролировать.

Практический характер подготовки требует отрабатывать действия в обе стороны. В учебной обстановке сотрудник нередко привыкает выполнять прием только из удобной стойки или в привычном направлении. В служебной ситуации такого выбора может не быть, поэтому двустороннее выполнение основных действий следует включать уже на этапе закрепления техники.

Отдельное требование связано с безопасностью контактной работы. Темп, сопротивление и степень неопределенности нельзя повышать раньше, чем освоены самостраховка, базовые перемещения и правила взаимодействия в паре. Приближение упражнения к реальной конфликтной ситуации оправдано только тогда, когда занимающиеся способны выполнять поставленную задачу без неоправданного риска травмы.

Если исходить из установленной продолжительности практического занятия по физической подготовке сотрудников УИС, двухчасовой формат позволяет распределить работу без чрезмерной плотности [1]. Около 15-20 минут целесообразно отводить на подготовительную часть. Помимо общей разминки в нее можно включать специальные передвижения, упражнения на равновесие, самостраховку, смену уровней положения тела и несложную работу в парах. Такая разминка одновременно подготавливает организм к нагрузке и вводит движения, которые понадобятся дальше.

После разминки примерно 20-25 минут могут занимать упражнения специальной физической направленности. Здесь уместны работа с собственным весом и сопротивлением партнера, упражнения с набивными мячами, резиновыми амортизаторами и борцовским манекеном. При подборе упражнений важнее не максимальная величина нагрузки, а ее сходство с характером рукопашного взаимодействия: короткое ускорение, тяговое или толкающее усилие, удержание положения, резкая смена направления движения.

Следующий отрезок занятия, ориентировочно 30-35 минут, можно использовать для совершенствования боевых приемов борьбы и их сочетаний. Интенсивность здесь удобно изменять через число повторений, продолжительность серий и сопротивление партнера. На первых повторениях партнер лишь обозначает противодействие, а затем постепенно увеличивает его. За счет этого прием перестает быть формальным воспроизведением заранее известного движения и становится способом решения конкретной двигательной задачи.

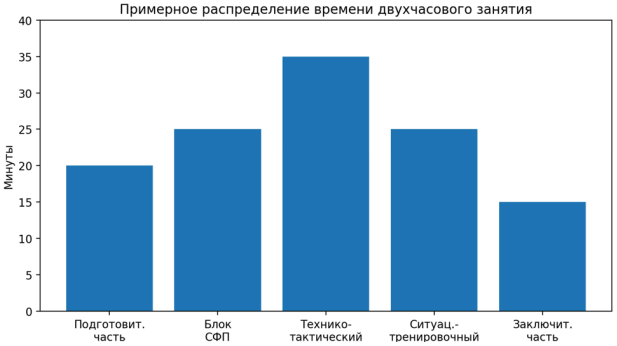
Завершать основную часть целесообразно ситуационными заданиями продолжительностью примерно 20-30 минут. Это могут быть короткие учебные схватки или упражнения с конкретным условием: сохранить устойчивое положение, уйти от захвата, пресечь активное сопротивление и перейти к контролю партнера. Здесь нет необходимости копировать спортивный поединок. Для сотрудника важнее не выиграть эпизод по спортивным правилам, а выполнить допустимое и технически оправданное действие в заданной обстановке.

На заключительную часть занятия достаточно 10-15 минут. Нагрузку постепенно снижают, используют упражнения на восстановление дыхания и подвижность, после чего имеет смысл кратко разобрать наиболее частые ошибки. Если группа неоднородна по возрасту и подготовленности, индивидуализировать занятие проще не за счет отказа от прикладных упражнений, а изменением времени работы, количества повторений и сопротивления партнера.

Таблица 2 – Примерная структура двухчасового занятия по специальной физической подготовке

Часть занятия	Время, мин	Основное содержание	Методическая задача
Подготовительная часть	15–20	Разминка, специальные передвижения, самостраховка, простые действия в парах	Функциональная подготовка, мобилизация, включение в работу
Блок СФП	20–25	Круговые и интервальные упражнения с собственным весом, партнером, манекеном, амортизаторами	Развитие силы, специальной выносливости, скоростно-силовых качеств
Технико-тактический блок	30–35	Отработка боевых приемов борьбы, связок и переходов	Совершенствование техники и ее реализация в усложняемых условиях
Ситуационно-тренировочный блок	20–30	Условно-целевые задания, короткие учебные схватки, прикладные сценарии	Закрепление навыков, развитие реакции и устойчивости к утомлению
Заключительная часть	10–15	Снижение нагрузки, восстановительные упражнения, разбор ошибок	Восстановление и педагогическая обратная связь

Диаграмма 1 – Примерное распределение времени двухчасового занятия



Методы, предусмотренные действующим порядком подготовки кадров ФСИН России, позволяют достаточно гибко организовать такую работу [1]. Повторный метод удобен при закреплении коротких технических серий, интервальный - при развитии специальной выносливости, а круговой - когда требуется соединить несколько видов нагрузки в одном занятии. Переменный и соревновательный методы целесообразно использовать позднее, когда техника уже не разрушается при смене темпа и появлении дополнительного сопротивления.

Таблица 3 – Соотношение методов тренировки и их педагогической направленности

Метод	Преимущественная направленность	Пример использования на занятии
Повторный	Качественное освоение двигательного действия	Серии приемов с паузами отдыха и контролем техники
Интервальный	Развитие специальной выносливости	Работа по таймеру в чередовании «работа – отдых»
Круговой	Комплексное развитие силы, координации и работоспособности	Последовательное выполнение упражнений на нескольких станциях
Переменный	Адаптация к изменению темпа и характера нагрузки	Чередование быстрых и умеренных отрезков в парной работе
Соревновательный	Повышение мотивации, эмоциональной устойчивости и быстроты решения	Учебные схватки и условно-целевые задания с регламентом

При этом техническую сложность упражнения необходимо соотносить с уровнем утомления. Если сложный прием впервые выполняется уже после тяжелой физической работы, сотрудник нередко начинает компенсировать усталость лишними движениями и силой, а не точной техникой. Поэтому более оправдана последовательность, при которой новое действие сначала осваивается при умеренной нагрузке, затем закрепляется с дозированным сопротивлением и лишь после этого переносится в условия утомления и учебного спарринга. В таком случае физическая нагрузка действительно повышает специальную готовность, а не мешает формированию двигательного навыка.

Научные труды по применению физической силы и использованию боевых приемов борьбы указывают на необходимость пересмотра традиционной организации занятия в сторону более модульной модели и блочной структуры, позволяющей целенаправленно соединять различные компоненты подготовки. Для сотрудников ФСИН России это особенно актуально, поскольку достаточно маленький объем времени, отведенного на обучение, требует высокой плотности учебно-тренировочного занятия.

При планировании занятий необходимо учитывать, что сотрудники УИС различаются по возрасту, полу, уровню физической подготовленности, состоянию здоровья и специфике выполняемых обязанностей. Именно поэтому средства рукопашного боя должны масштабироваться по сложности и интенсивности. Для начинающих приоритетным является двигательная база, самостраховка, перемещения, безопасная работа в парах, выполнение действий с минимальным сопротивлением. Для более подготовленных сотрудников доля вариативных и ситуационных заданий может возрастать, а специальная физическая нагрузка - переходить непосредственно в технические серии и учебные поединки [6].

Значительное преимущество рукопашного боя, как средства специальной физической подготовки, состоит в высокой прикладной направленности занятий. Сотрудники воспринимают нагрузку не как стандартный набор упражнений, а как часть решения отдельной профессиональной задачи. Что в свою очередь может способствовать более осознанному отношению к физической подготовке, особенно у лиц, для которых обычные циклические и силовые упражнения имеют низкую привлекательность. Вместе с тем прикладная направленность применения рукопашного боя в физической подготовке сотрудников ФСИН России не отменяет необходимости традиционной общей физической подготовки.

Таким образом, средства рукопашного боя обладают значительным потенциалом для развития специальной физической подготовки сотрудников ФСИН России. Средства рукопашного боя сочетают в себе как физическую нагрузку, так и координационную составляющую, способность противостоять сопротивлению партнера, а также быстро перестраивать двигательные действия и сохранять работоспособность в условиях ограниченного времени. При грамотной организации рукопашный бой выступает не только разделом обучения боевым приемам борьбы, но и самостоятельным средством формирования профессионально значимых физических качеств для сотрудников уголовно-исполнительной системы.

Список литературы:

[1] Приказ Федеральной службы исполнения наказаний от 13.06.2023 № 382 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в уголовно-исполнительной системе Российской Федерации» (зарегистрирован Минюстом России 13.07.2023 № 74247) [Электронный ресурс]. – URL: https://www.consultant.ru/ document/cons_doc_LAW_452079/ (дата обращения: 07.10.2026).

[2] Закон Российской Федерации от 21.07.1993 № 5473-1 (ред. от 23.03.2026) «Об учреждениях и органах уголовно-исполнительной системы Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – URL: https://www.consultant.ru/ document/cons_doc_LAW_4645/ (дата обращения: 07.10.2026).

[3] Селькин, Ф. Е. Структура показателей, влияющих на эффективность формирования на-

выков боевых приемов борьбы у сотрудников уголовно-исполнительной системы / Ф. Е. Селькин, А. Э. Болотин, И. И. Стороженко // Известия Российской Военно-медицинской академии. – 2020. – Т. 39, № 2S. – С. 208–209.

[4] Трунтягин, А. А. Рукопашный бой в рамках изучения дисциплины «Физическая подготовка» курсантами Академии ФСИН России / А. А. Трунтягин, А. А. Андросов, Д. Н. Давыдов, Е. В. Майер, М. Ю. Нохрин, О. В. Крапивин // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2023. – № 5. – С. 418–421.

[5] Нохрин, М. Ю. Специальные, подготовительные упражнения на занятиях по боевым приемам борьбы в образовательных организациях ФСИН России / М. Ю. Нохрин, В. В. Варинов, Д. С. Вирта, А. В. Степанян, В. В. Швайков // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2023. – № 11. – С. 265–270.

[6] Новиков, В. А. Использование навыков рукопашного боя сотрудниками уголовно-исполнительной системы как эффективное средство воздействия в условиях функционирования режимных объектов / В. А. Новиков, А. Ю. Овчинников, А. П. Шекалов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2023. – № 2. – С. 325–329.

References:

[1] Order of the Federal Penitentiary Service of 13.06.2023 No. 382 "On Approval of the Procedure for Organizing Training for Filling Positions in the Penitentiary System of the Russian Federation" (registered by the Ministry of Justice of Russia 13.07.2023 No. 74247) [Electronic resource]. - URL: https://www.consultant.ru/ document/cons_doc_LAW_452079/ (access date: 07.10.2026).

[2] Law of the Russian Federation of 21.07.1993 No. 5473-1 (as amended by 23.03.2026) "On institutions and bodies of the penitentiary system of the Russian Federation" [Electronic resource]. - URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_4645/ (access date: 07.10.2026).

[3] Selkin, F. E. The structure of indicators affecting the effectiveness of the formation of combat skills in the staff of the penitentiary system / F. E. Selkin, A. E. Bolotin, I. I. Storozhenko // News of the Russian Military Medical Academy. – 2020. - T. 39, NO. 2S. - S. 208-209.

[4] Truntyagin, A. A. Hand-to-hand combat as part of the study of the discipline "Physical Training" by cadets of the Academy of the Federal Penitentiary Service of Russia/A. A. Truntyagin, A. A. Androsov, D. N. Davydov, E. V. Mayer, M. Yu. Nokhrin, O. V. Krapivin // Scientific notes of the University named after P. F. Lesgaft. – 2023. – № 5. - S. 418-421.

[5] Nokhrin, M. Yu. Special, preparatory exercises in classes on combat techniques of struggle in educational organizations of the Federal Penitentiary Service of Russia / M. Yu. Nokhrin, V.V. Varinov, D.S. Virta, A.V. Stepanyan, V.V. Shvaykov // Scientific notes of the University named after P.F. Lesgaft. – 2023. – № 11. - S. 265-270.

[6] Novikov, V. A. The use of hand-to-hand combat skills by employees of the penitentiary system as an effective means of influence in the context of the functioning of secure facilities / V. A. Novikov, A. Yu. Ovchinnikov, A. P. Shekalov // Scientific notes of the University named after P.F. Lesgaft. – 2023. – № 2. - S. 325-329.