

## РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ЮРИДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Джалилова М.К., студент 3 курса  
факультета гуманитарно-правовой  
Научный руководитель – Шахова А.А., преподаватель  
ФГБОУ ВО Воронежский ГАУ

*Ключевые слова:* физическая культура, высшие учебные заведения, студенты, здоровье, юридическая деятельность

*В настоящее время в программах обучения высших учебных заведений обязательно присутствует предмет – физическая культура. Эта дисциплина имеет огромное значение для дальнейшей работы в юридической деятельности. Данная статья рассматривает роль и место физкультуры в системе юридического образования*

**Введение.** Юридическая деятельность многогранна, она разносторонняя в плане всех аспектов. Физическая культура очень важна для людей всех возрастов и всех видов деятельности. Не менее важна она и для юристов всех направленностей.

**Результаты исследования.** Так при написании данной статьи был проведен опрос среди студентов ВГАУ 1-4 курсов гуманитарно-правового факультета с целью выявить важность и необходимость физической подготовки (далее физпо) в юридической деятельности для студентов.

	Девушки		Юноши	
	Да, важна	Нет, не важна	Да, важна	Нет, не важна
Студенты 1 курса	90%	10%	95%	5%
Студенты 2 курса	80%	20%	70%	30%
Студенты 3 курса	75%	25%	80%	20%
Студенты 4 курса	85%	15%	75%	25%

По итогам данного опроса можно отметить, что студенты гуманитарно-правового факультета считают физкультуру важным аспектом в профессии юриста. Также они отметили преимущество

спорта: повышает самооценку, снижает стресс, улучшает сон, развивает командные и лидерские качества, прививает дисциплину. А еще необходимо упомянуть о моральных и психологических навыках профессиональной пригодности юриста, т.е он должен быть:

1. Высокий уровень профессиональной сознательности и осмысления всего того, что он делает. Для этого юристу необходимо обладать:

- высоким уровнем правосознания
- честностью, совестью
- жесткостью в борьбе с преступниками
- добросовестностью, дисциплинированностью

2. Юрист должен быть эмоционально устойчив, а именно высокий самоконтроль над поведением.

3. Высокоинтеллектуальным

4. Коммуникативным

5. Концентрированным

6. Выносливым, а именно без утери работоспособности.

**Цели работы.** Рассмотрим значимость физкультуры на отдельном примере одного из направлений юриспруденции. В настоящее время устроиться на работу следователем можно в 3 ведомства: в Следственный комитет России, в Федеральную службу безопасности, в органы внутренних дел. При этом следователю на любой должности в отличие от прочих сотрудников всегда присваивается офицерское звание. Например, работа в МВД или в Следственном комитете дает следователю звание офицера юстиции, начиная от младшего лейтенанта и до генеральских погон. Наличие же офицерского звания подразумевает сдачу нормативов по физической подготовке как при поступлении на службу, так и регулярно в её процессе.

Одной из главной составляющих успеха в юридических профессиях считается физическая подготовка и здоровый образ жизни. Здоровый образ жизни-это природная необходимость для каждого человека, особенно для работника-юриста. И для достижения основного результата является дисциплина физры в ВУЗах.

Так чаще всего юристы работают сверхурочно и их работа весьма напряженная, поэтому регулярные занятия спортом могут улучшить

жизнедеятельность человека. Для данной статьи я провела еще один опрос, в котором респонденты отметили сколько они времени тратят на физпо. Из 100% опрошенных 49% тратят всего 20 минут на физ.упражнения, 28% занимаются до 30 минут в день, а остальные 23% около часа. При этом всего треть опрошенных посещают какие-либо секции, а остальные занимаются спортом в домашних условиях.

Какой же вид спорта чаще всего упоминали интервьюируемые? Конечно же это рукопашный бой и самооборона (далее самбо). Для юристов данные виды спорта помогают быть подготовленными к жизненным ситуациям. Изучение возможности дать отпор противнику, защитить себя и близких людей. Умение владеть холодным оружием и защититься от него дает огромное преимущество для бойца, особенно если это работник правоохранительных органов. Следовательно либо оперуполномоченному это действительно необходимо для работы, так как в данной деятельности быть подготовленным физически-это 60% успеха при задержании преступника.

В свою очередь я отмечу, что я согласна с большинством опрошенных, что физпо у юристов должно быть на высшем уровне. Как и для многих студентов спорт для меня очень важен. Занятие данной деятельностью мне позволяют чувствовать себя более уверенно, состояние моего здоровья увеличивается и подсознательно я чувствую себя в безопасности.

**Заключение.** Таким образом, учитывая всё вышеизложенное, а также результаты проведенных опросов, можно сделать вывод, что физическая культура является неотъемлемой частью жизни юриста. Спорт-важнейшая ее составляющая, поэтому исследования показали, что 80% интервьюируемых (работников гос.органов/юристов) занимаются различными видами спорта.

### **Библиографический список:**

1. Евдокимов, В. А. ЗОЖ в ритме современной студенческой молодежи / В. А. Евдокимов // Инновационные методики и технологии физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в высших учебных заведениях Минсельхоза России: межвузовский сборник научных трудов, Воронеж, 27–28 ноября 2017 года / Редакционная коллегия: Н.И. Бухтояров, В.А. Гулевский, Шахова М.Н.,

Р.М. Машенко, О.М. Попова, Е.В. Запорожцев, И.И. Аксенов. – Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет им. Императора Петра I, 2018. – С. 78-81.

2. Евдокимов, В. А. Скоростно-силовая подготовка кикбоксеров / В. А. Евдокимов, В. Л. Зубарев // Теория и практика инновационных технологий в АПК : Материалы научной и учебно-методической конференции профессорско-преподавательского состава, научных сотрудников и аспирантов ВГАУ, Воронеж, 14–17 марта 2016 года. – Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет им. Императора Петра I, 2016. – С. 135-136.

3. Овечкин, С. А. Комплекс ГТО в физическом воспитании студентов / С. А. Овечкин, Т. В. Поваляева, А. А. Плешков // Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта : Материалы национальной научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава, научных сотрудников и аспирантов, приуроченной к юбилею профессора кафедры физического воспитания В.И. Воропаева, Воронеж, 25 мая 2021 года. – Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет им. Императора Петра I, 2021. – С. 82-88.

4. Поваляева, Т. В. Формирование мотивации к спортивной деятельности / Т. В. Поваляева // Гуманитарные науки на службе развития сельского хозяйства и АПК : Материалы национальной научно-практической конференции научно-педагогических работников и аспирантов, приуроченной к 20-летию гуманитарно-правового факультета, Воронеж, 10 ноября 2021 года. – Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет им. Императора Петра I, 2021. – С. 306-309.

5. Покусаев, А. М. Использование изометрических упражнений в совершенствовании силовой подготовки занимающихся пауэрлифтингом / А. М. Покусаев // Материалы научной и учебно-методической конференции профессорско-преподавательского состава, научных сотрудников и аспирантов : Посвящается 95-летию Воронежского государственного аграрного университета имени К.Д. Глинки, Воронеж, 05–15 марта 2007 года / Воронежский государственный аграрный университет. – Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет им. Императора Петра I, 2007.

## THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN LEGAL ACTIVITY

**Jalilova M.K.**

***Keywords:** physical culture, higher educational institutions, students, health, legal activity*

*Currently, the subject of physical education is necessarily present in the curricula of higher educational institutions. This discipline is of great importance for further work in legal activity. This article examines the role and place of physical education in the system of legal education*