Никишов Сергей Владимирович
канд. пед. наук, доцент
Никишкин Александр Владимирович
канд. юрид. наук, доцент, член-корреспондент
Российская академия естественных наук (РАЕН),
полковник полиции
Захаренкова Ксения Александровна
командир отделения, младший сержант полиции

ФГКОУ ВО «Санкт-Петербургский университет МВД России»
г. Санкт-Петербург

АДАПТАЦИЯ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ВУЗОВ МВД РОССИИ К ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»

Аннотация: *в статье рассматриваются причины появления у курсантов и слушателей образовательных учреждений системы МВД России затруднений при изучении дисциплины «Физическая подготовка», в частности боевых приемов борьбы, скоростных, силовых упражнений, а также упражнений на выносливость. Всесторонне проанализировав данные вопросы, авторы статьи, указывают на возможные пути их решения, направленные на повышение уровня образования в области физической подготовки среди обучающихся в учебных заведениях МВД России.*

Ключевые слова: *физическая подготовка, курсанты, слушатели, бег, сила, сотрудники, образование, трудности, боевые приемы борьбы.*

В последнее время преподаватели всё чаще сталкиваются с такой проблемой, как слабая физическая подготовка курсантов МВД России. В чём кроется причина трудностей при освоении курсантами дисциплины «Физическая подготовка» – вопрос, имеющий не самый очевидный ответ. Каждый человек, желающий начать службу в органах внутренних дел, проходит ряд вступительных испытаний, его проверяют на категорию здоровья и спортивную подготовку.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

При поступлении кандидаты на обучение сдают физические упражнения на выносливость, скорость и силу. Молодые люди, справившиеся с вступительными испытаниями, получают почётную и долгожданную должность в органах внутренних дел – курсант, становятся полноценными сотрудниками полиции, которые получают права и обязанности в соответствии с Федеральным законом «О полиции» от 07.02.2011 №3-ФЗ.

Но вот в чём проблема: спустя пару семестров обучения у части курсантов снижаются показатели физической подготовки. У преподавателей возникает вопрос: почему люди, успешно сдавшие нормативы по физической подготовке при поступлении, сегодня становятся обладателями неудовлетворительных оценок по той же дисциплине. Связано ли это с тем, что в течение учёбы баллы по нормативам 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» повышаются, или есть другие проблемы?

При изучении данной темы авторы смогли выделить несколько причин и предложить пути их преодоления.

Первая – освоение боевых приёмов борьбы. Некоторые курсанты впервые сталкиваются с приёмами борьбы уже в стенах университета. Вчерашние школьники сегодня вынуждены прилюдно показывать, что они умеют из темы боевых приёмов. И здесь у некоторых возникают психологические и физические барьеры.

Вторая – отсутствие мотивации. На вступительных испытаниях у подростков есть цель – поступить в университет мечты. После достижения цели интерес у большинства курсантов угасает. Физическая подготовка становится не способом достижения мечты, а просто частью сессии. Сессии, которая повторяется каждые полгода. И каждые полгода сдаются те же самые элементы физической подготовки. Больше нет той самой мечты, которая заставляет двигаться. Часто возникает вопрос: «А зачем что-то делать, если я уже здесь?».

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Третья – дефицит времени: наряды, строевая подготовка, интенсивная учебная программа по различным дисциплинам приводят курсантов и слушателей к хроническим переутомлениям, из-за чего не каждый находит в себе силы для самостоятельных занятий.

Четвёртая – слабое формирование необходимости знания боевых приёмов. Как уже ранее было отмечено, боевые приёмы изучаются курсантами для сдачи зачёта, а не для применения в реальной жизни.

Пятая причина – слабое оснащение спортивных комплексов учебных заведений МВД России современным оборудованием.

На наш взгляд, причин можно найти гораздо больше, но, к сожалению, не для каждой в современных реалиях можно будет найти и решение, и все доводы будут выглядеть фантазиями.

Теперь рассмотрим возможные решения данных проблем.

1. Освоение приёмов борьбы. Для успешного освоения приёмов борьбы некоторым курсантам сначала стоит проработать психологические аспекты. Некоторые курсанты умеют делать боевые приёмы и понимают теорию, но как только дело доходит до отработки их при всём взводе – курсант теряется. Очень важно проработать волнение с компетентными сотрудниками университета, обсудить причину волнения и переживаний, и это уже будет большим шагом к преодолению этой трудности. Физиологические причины трудностей возникают из-за разного уровня подготовленности. На первых этапах курсантам надо объяснить анатомию, физиологию организма, как лучше делать те или иные приёмы, и это, кстати, относится не только к боевым приёмам борьбы. Такие объяснения в беге и силовых упражнениях тоже будут очень важны.

2. Отсутствие мотивации. Курсантам и слушателям стоит давать задания для формирования нужных взглядов о физической подготовке. Показывать, насколько спорт влияет на здоровье. Демонстрировать видеоролики, давать доклады и так далее. Стоит разнообразить обычные тренировки и занятия по дисциплине «Физическая подготовка», добавить в них игры, командные эстафеты, обсуждать с курсантами их цели на данный момент, для которых необходим

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

спорт. Допустим, цель: «быть сильнее, чтобы выжить в экстремальной ситуации, защитить напарника и т. д.». При беге можно петь песни, параллельно останавливаться для разминки – так бег не будет казаться чем-то долгим и тяжёлым и укрепит дух единства у курсантов и слушателей.

3. Дефицит времени. Именно по этой причине осуществляется самоподготовка. В этой связи необходимо предложить курсантам приходить в зал для дополнительных занятий в часы самоподготовки или предложить им бегать или заниматься самостоятельно. Ещё один аспект для решения этой проблемы – психологический. Учёные разработали массу полезных советов для правильного распределения времени в условиях забитого графика. Если курсанты и слушатели жалуются на отсутствие времени для занятий спортом, можно предложить им для самостоятельного изучения такие методы, как метод Помидоро, метод приоритетов по матрице Эйзенхауэра. Предложить слушать некоторые лекции в аудиоформате во время физических тренировок.

4. Слабое формирование необходимости знания боевых приёмов. Это кроется в применении особенных педагогических и методических методов. Например: моделирование реальных ситуаций, разбор реальных примеров, личный пример преподавателей. Это могут быть переход от механического заучивания приёмов к реальному решению возникающих тактических задач, рассмотрение реальных ситуаций, в которых курсант поймёт, что ему необходимо уметь давать отпор. Ещё одним решением может быть разбор и анализ видеозаписей реальных задержаний, применение силы сотрудниками с разбором их ошибок. Осведомление курсантов о трагичных случаях, в которых сотрудник не смог дать отпор в силу слабой подготовки.

5. Слабое оснащение залов учебных заведений МВД России современным оборудованием. Пересмотр оборудования для физической подготовки необходим не в одном вузе нашей страны. Здесь всё зависит не от преподавателей напрямую, а от финансирования образования государством. Поэтому эта тема стоит отдельных рассуждений.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Рассмотрев данные вопросы, авторы статьи приходят к мнению, что сотрудники полиции – это основа правопорядка в современной Российской правовой системе. Каждый день они стоят на страже нашей безопасности. Именно поэтому крайне важно со стороны преподавателей привить сегодняшним курсантам и слушателям, завтрашним офицерам любовь к спорту. Воспитать сильных и выносливых сотрудников. Сотрудников, рядом с которыми люди будут чувствовать себя в безопасности.

Список литературы

1. Применение соревновательного метода в организации обучения физической подготовке в образовательных организациях МВД России / Н. Н. Силкин, А. В. Никишкин, С. А. Шабловский, А. С. Куляшов // Педагогический журнал. – 2026. – Т. 16, № 1–1. – С. 356–364.

2. Струганов, С. М. Пути совершенствования профессиональной адаптации курсантов и слушателей к служебной деятельности на занятиях физической подготовки / С. М. Струганов, Е. В. Панов // Наука-2020. – 2020. – № 2. – С. 160–164.

3. Торопов, В. А. Теоретические аспекты готовности к служебно-профессиональной деятельности / В. А. Торопов, А. В. Никишкин, С. В. Никишов // Актуальные вопросы современной науки и образования : материалы XIII Междунар. науч.-практ. конф. (Мурманск, 27 февраля 2026 г.). – Чебоксары : Среда, 2026. – С. 248–250.

4. Торопов, В. А. Влияние физической культуры на формирование всесторонне развитой личности / В. А. Торопов, А. В. Никишкин, С. В. Никишов // Социально-педагогические вопросы образования и воспитания : материалы Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием (Чебоксары, 10 февраля 2026 г.). – Чебоксары : Среда, 2026. – С. 453–455.

5. Торопов, В. А. Проблемы и перспективы развития, совершенствования физической культуры в образовательных организациях МВД России / В. А. Торопов, А. В. Никишкин, С. В. Никишов // Социально-педагогические вопросы образования и воспитания : материалы Всерос. науч.-практ. конф. с

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

междунар. участием (Чебоксары, 10 февраля 2026 г.). – Чебоксары : Среда, 2026. – С. 455–456.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)