

Ссылка для цитирования этой статьи:

Хежев А.А. К вопросу о степени значимости физического развития для курсантов XXI века – будущего офицера полиции // Human Progress. 2026. Том 12, Вып. 3. С. 18. URL: http://progress-human.com/images/2026/Tom12_3/Hezhev.pdf DOI 10.46320/2073-4506-2026-3a-24.

К ВОПРОСУ О СТЕПЕНИ ЗНАЧИМОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЛЯ КУРСАНТА XXI ВЕКА - БУДУЩЕГО ОФИЦЕРА ПОЛИЦИИ

Хежев Астемир Асланбиевич

преподаватель кафедры физической подготовки,
Северо-Кавказского институт повышения квалификации,
Краснодарский университет Министерства внутренних дел
Российской Федерации,
г. Нальчик, Российская Федерация

Аннотация. Признание общественного прогресса и объективных изменений окружающей действительности являются сегодня для человека залогом успешного функционирования в новых условиях, профессиональной и личностной реализации, востребованности в качестве специалиста избранного дела и в иных персональных проявлениях. Многие направления развития постепенно утрачивают свою актуальность и позиционирование непереносимыми, безальтернативными навыками, приобретают статус факультативных параметров, желательных, но не обязательных для оценочной, но наполняемой большинством людей одинаковым содержанием категории «социальная успешность». Данная антропологическая закономерность прослеживается на всех этапах становления человечества, однако сейчас описанный процесс идет как никогда быстро, заставляя участников подстраиваться, формируя в себе относительно новые поведенческие реакции и алгоритмы.

Сотрудники органов правоохранительной системы в силу разнородности и разноплановости выполняемых ежедневно служебных задач, вынуждены рассматривать физическую подготовку как обстоятельство, обеспечивающее результативность предпринимаемых в служебных целях усилий. Совершенствование общефизических параметров и прикладных навыков является для них обязанностью, закрепленной законодательно, а степень их развитости может позволить обеспечить личную безопасность, а также безопасность и комфорт третьих лиц. Эти особенности специального статуса уполномоченных субъектов учитываются и в процессе подготовки - обучение в

образовательных организациях МВД России включает деятельность по физическому развитию личного состава в различных проявлениях и форматах. Уместно сказать, что физическая подготовка для курсантов и слушателей рассматривается в качестве средства профессионального развития. Таким образом наше исследование посвящено методологии, соотношению приемов и способов педагогического воздействия и поиску эффективных рычагов влияния учебно-тренировочной работы на уровень общей компетентности сотрудников полиции.

Ключевые слова: МВД России, образовательные организации, курсанты, физическая подготовка, развитие, приобретение навыков, двигательные умения, служебная деятельность, учебно-тренировочный процесс.

Введение

С точки зрения глобальных понятий, таких как поддержание успешности существования популяции, защиты ее от внешних угроз, добывания пропитания отходит на второй план казавшийся незыблемым ранее фактор физической подготовки. Для того, что получить образование, специальность, источник заработка и организовать себе полноценную жизнедеятельность человеку теперь не нужно быть сильнейшим или самым физически подготовленным. В лучшем случае развитие телесных возможностей и двигательных навыков может стать его преимуществом в конкурентной борьбе, однако о их определяющем значении говорить уже не приходится. Относиться к такому положению можно по-разному, выражение позиции по этому поводу не является предметом нашей работы, однако констатация факта необходима, чтобы на контрасте осветить деятельность и подготовку к ней отдельных категорий государственных служащих, для которых, в силу специфики профессиональной деятельности, положение существенно отличается.

Исторически сложилось так, что в системе образования МВД России физическая подготовка всегда играла важную роль: от эпохи СССР, когда особое внимание уделялось физической закалке и морально-волевой подготовке, до современных методик, включающих элементы рукопашного боя, специальной физической подготовки и спортивных дисциплин. Современные образовательные организации МВД России акцентируют внимание на комплексном подходе к физической подготовке, включая: 1. разнообразие дисциплин: от общефизической подготовки до специализированных видов спорта; 2. индивидуальный подход: учет физических и психологических особенностей курсантов; 3. интеграция с учебным процессом: сочетание физической подготовки с теоретическими занятиями и практическими упражнениями [1].

Материалы и методы

Статья построена на сопоставлении классических и современных взглядов на физическую подготовку курсантов ведомственных вузов. Исходной базой послужили ведомственные учебные программы, регламентирующие содержание дисциплины «Физическая подготовка» в системе МВД России, а также открытые публикации, отражающие эволюцию подходов к физическому воспитанию будущих офицеров полиции за последние десятилетия. В работе использован историко-сравнительный метод - выделены ключевые этапы развития физической подготовки в вузах МВД - от акцентов на закалку и морально-волевую составляющую в советский период до современных интегративных моделей, включающих функциональный тренинг и элементы единоборств. Применён контент-анализ текстов нормативных документов и научных статей [1], [2], [3], [4], [5], [6], [7], [8], что позволило выявить устойчивые тематические блоки: общефизическая подготовка, служебно-прикладные навыки, психофизическое сопряжение, индивидуальный подход. Методом систематизации сформулированы шесть рекомендательных векторов развития физической подготовки (интеграция теории и практики, внедрение цифровых средств, гармоничное развитие всех качеств, лидерский компонент и др.). Отдельно применён метод концептуального моделирования - установлена связь между уровнем физической подготовленности курсантов и их будущей профессиональной компетентностью - через такие транзитные звенья, как стрессоустойчивость, концентрация внимания, способность к дозированию усилий. Теоретический характер работы исключал привлечение выборок испытуемых и статистических процедур; все обобщения базируются на интерпретации педагогического опыта, зафиксированного в литературных источниках и нормативных актах.

Результаты исследования и обсуждение

Незаменим вклад физической подготовки для психологического и эмоционального состояния курсантов и слушателей. Волевое напряжение, сопутствующее активной двигательной деятельности, позволяет повысить стрессоустойчивость, выработать навык оценки ситуации и дозировать приложение мышечных усилий. Соревновательный компонент, грамотно включаемый педагогом в процесс подготовки на практических занятиях, стимулирует развитие лидерских качеств, упорства, дисциплины. Принципы прогресса в тренировочной деятельности транслируются и на деятельность профессиональную, позволяя развивать и общий уровень компетентности в борьбе с преступностью.

К сегодняшнему дню физическая подготовка в образовательных организациях МВД России претерпела значительную модернизацию. Основное внимание уделяется сейчас

следующим аспектам: - специализированная подготовка: в зависимости от специфики профессиональной деятельности курсантов разрабатываются специальные программы физической подготовки (например, для подразделений быстрого реагирования акцент делается на развитие скоростных качеств и реакции); - индивидуальный подход: учитывая разные физические возможности курсантов, разрабатываются индивидуальные программы тренировок, которые позволяют достичь максимальных результатов; - интеграция современных методик: в учебный процесс внедряются современные методики физической подготовки, включая элементы функционального тренинга, кроссфита и других направлений; - психологическая подготовка: физическая подготовка тесно связана с психологической (на практических занятиях курсанты учатся преодолевать свои страхи, развивать устойчивость к опасностям и работать в команде); - техническая подготовка: особое внимание уделяется технике выполнения упражнений, что позволяет избегать травм и повышает эффективность тренировочного процесса [2].

Взаимосвязь физического воздействия в рамках подготовительного процесса и итоговой психологической устойчивости ощущается и в таких важных результатах как приобретение и улучшение навыка концентрации внимания. Лицу, имеющему отношение к регулярным занятиям спортивной деятельностью, легче сосредоточиться, активизироваться и привести организм в состояние покоя. Систематические нагрузки позволяют курсантам и слушателям перестать позиционировать активную деятельность как источник дополнительных волнений, учат воспринимать ее спокойно и даже обыденно.

Одновременное ментальное и физическое совершенствование особенно явно сказывается на развитии таких параметров как общая и специальная выносливость. В служебной деятельности выносливость крайне важна, так как случаи выполнения оперативных задач на фоне утомления или недостаточного восстановления в работе полицейских встречаются повсеместно. Достигается положительный результат здесь благодаря улучшению работы органов дыхания и кровоснабжения, постоянном профилактическом эффекте для нейронных связей, достигаемом благодаря получению физической нагрузки.

Физическая подготовка будущих полицейских в ведомственных образовательных организациях имеет прикладной характер, то есть профильно рассматривает в качестве предмета изучения служебно-прикладные навыки. В частности, курсанты и слушатели изучают технику единоборств, чтобы иметь возможность в случае необходимости оптимизировать физическое воздействие, сделать его точечным и минимально необходимым для пресечения сопротивления. Также ими рассматриваются отдельные ситуации в ходе

развития схватки: контрприемы при проведении противником захватов, атаки с оружием или предметом, тактика проведения задержания, приемы конвоирования, ограничения передвижения, удержания, применения специальных средств.

Даже в век высоких технологий физическая подготовка курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России не утрачивает своей актуальности как навык сохранения профессионального соответствия. Векторы развития данной учебной дисциплины, да и в целом тренировочного процесса сотрудников полиции, на наш взгляд, должны соответствовать ряду рекомендаций: 1. Необходимая полномерная интеграция теоретических занятий и практических тренировок, посредством обеспечения связи теоретических знаний с практическими навыками через сценарные тренировки и реальные учения. 2. Применение современных технологий и оборудования, включая симуляторы, тренажеры и мобильные приложения для отслеживания прогресса и анализа результатов. 3. Разработка ведомственных интерактивных обучающих программ и приложений для самостоятельных тренировок личного состава, и мониторинга состояния здоровья. 4. Фокус на всестороннем развитии, то есть стремлении к гармоничному развитию всех физических качеств - силы, выносливости, гибкости, скорости и координации. 5. Включение в программы элементов, способствующих развитию лидерских качеств, командной работы и решения проблем. 6. Оценка эффективности и корректировка программ - регулярно проводить анализ эффективности программ физической подготовки, используя обратную связь от курсантов и результаты их физических тестов, быть готовыми к модификации и адаптации программ в соответствии с изменяющимися требованиями и условиями. Эти меры помогут подготовить высококвалифицированные кадры, способные эффективно справляться с задачами в сфере обеспечения безопасности и правопорядка [3].

Заключение

Вопреки распространённому мнению о снижении роли физической силы в эпоху цифровизации и технологического прогресса, для сотрудников полиции развитие телесных качеств остаётся не факультативным, а законодательно закреплённым требованием. Автор приходит к выводу, что физическая подготовка курсантов XXI века не должна копировать спортивную подготовку гражданских вузов или фитнес-программы. Её уникальность в прикладной направленности так как каждое упражнение, каждый норматив проверяется на полезность в реальных сценариях задержания, преследования или самообороны. В работе показано, что современные образовательные организации МВД России уже движутся в сторону комплексных программ, где общефизическая выносливость сочетается с отработкой

тактики ближнего боя, а индивидуальный подход соседствует с едиными требованиями профессионального стандарта, но остаются зоны для улучшения. Во-первых, необходимо преодолеть разрыв между теоретическими занятиями (правовыми, тактическими) и практической физической подготовкой - через сценарные учения, где курсант должен сначала принять юридически верное решение, а затем применить соразмерное силовое воздействие. Во-вторых, цифровизация может быть не только отвлекающим фактором, но и помощником: мобильные приложения для самоконтроля, симуляторы ситуаций, трекеры физического состояния способны повысить эффективность самостоятельных тренировок. В-третьих, заслуживает внимания развитие лидерских и командных качеств именно через физические упражнения - например, через групповые нормативы, где результат зависит от действий всех участников. Важнейший вывод работы заключается в том, что физическая подготовка для курсанта - это не набор изолированных тестов (подтягивания, бег, стрельба), а интегративный полигон, где тренируются воля, внимание, стрессоустойчивость и способность действовать «на автомате» в критической ситуации. Отсюда вытекает практическая значимость: программы физической подготовки следует оценивать не только по росту результатов в контрольных упражнениях, но и по косвенным показателям - например, по снижению времени принятия решений в имитационных схватках или по уменьшению количества ошибок при выполнении силовых приёмов на фоне утомления. Перспективное направление - создание банка междисциплинарных кейсов, где физическая, правовая и тактическая подготовка проверяются одновременно. Таким образом, степень значимости физического развития для сегодняшнего курсанта остаётся исключительно высокой, хотя её смысловое наполнение трансформируется: от грубой физической мощи - к управляемой, дозированной, интеллектуально обеспеченной силе.

Список литературы

1. Кузнецов С.В., Волков А.Н. Общая физическая подготовка как составляющая профессионально-прикладной физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России // Подготовка кадров для силовых структур: современные направления и образовательные технологии: сборник материалов XXII Всероссийской научно-методической конференции, Иркутск, 2-3 марта 2017 г.: в 2 т. Т. 2. Иркутск: Восточно-Сибирский институт МВД России, 2017. С. 86-90.
2. Кривошеин Д.М. Роль физической подготовки в учебной деятельности курсантов образовательных организаций МВД России // Актуальные вопросы развития рукопашного боя: проблемы, пути решения, перспективы: сборник трудов международной научно-

практической конференции. М. 5-6 октября 2023 г. Москва: Московский университет МВД России имени В.Я. Кикотя, 2023. С. 71-76.

3. Кузнецов М.Б., Цыганкова Ю.В. Роль и значение физической подготовки (специальной) курсантов министерства внутренних дел России в системе профессиональной служебной и физической подготовки // Автономия личности. 2021. № 1 С. 90-95.

4. Шукан С.В. К вопросу преимущественного развития силовых способностей курсантов учреждений образования МВД Республики Беларусь в процессе профессионально-прикладной физической подготовки / С.В. Шукан, В.В. Леонов // Проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях: сборник научных статей международной научно-практической заочной конференции, Гомель, 27 марта 2020 года. Гомель: Белорусский торгово-экономический университет потребительской кооперации, 2020. С. 101-105. EDN BSWSNS.

5. Белоконь Ю.Н. Совершенствование физической подготовки курсантов в образовательных учреждениях МЧС России / Ю.Н. Белоконь, А.С. Журавлева // Современные проблемы физической культуры и спорта: Материалы XXVI Всероссийской научно-практической конференции, Хабаровск, 25–26 ноября 2022 года / Под редакцией Е.А. Ветошкиной. Хабаровск: Дальневосточная государственная академия физической культуры, 2022. С. 38-42. EDN JMKTBQ.

6. Пачев А.В. Развитие физических качеств как единый процесс / А.В. Пачев, С.М. Проскурин, В.И. Палевич // Бизнес. Образование. Право. 2020. № 1 (50). С. 426-429. DOI 10.25683/VOLBI.2020.50.151. EDN RBLCZK.

7. Коровин В.М. Система профессионального становления офицеров в военных вузах: специальность 13.00.01 "Общая педагогика, история педагогики и образования": диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Коровин Владимир Михайлович. Воронеж, 2002. 369 с. EDN NMGYSV.

8. Военная педагогика и психология / А.В. Барабанщиков, В.П. Давыдов, Э.П. Утлик, Н.Ф. Феденко. Москва: Воениздат, 1986. 269 с. EDN RRUEVA.

ON THE IMPORTANCE OF PHYSICAL DEVELOPMENT FOR A 21ST CENTURY CADET - A FUTURE POLICE OFFICER

Hezhev Astemir Aslanbievich

lecturer of the Department of Physical Training
North Caucasus Institute of Advanced Training,
Krasnodar University Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation,
Nalchik, Russian Federation

Abstract. Recognition of social progress and objective changes in the surrounding reality are today the key to successful functioning in new conditions, professional and personal fulfillment, and demand as a specialist in their chosen field and in other personal pursuits. Many areas of development are gradually losing their relevance and positioning as essential, uncontested skills, acquiring the status of optional parameters, desirable but not mandatory for the evaluative category of "social success," which is filled with the same content by most people. This anthropological pattern can be observed at all stages of human development, but now the described process is proceeding faster than ever, forcing participants to adapt, developing relatively new behavioral responses and algorithms.

Due to the heterogeneity and diversity of their daily work tasks, law enforcement officers are forced to consider physical fitness as a factor that ensures the effectiveness of their efforts. Improving their general physical fitness and applied skills is a legally mandated obligation, and their development can ensure personal safety, as well as the safety and comfort of others. These characteristics of the authorized subjects' special status are also taken into account during training—training at educational institutions of the Russian Ministry of Internal Affairs includes physical development activities for personnel in various forms and formats. It's worth noting that physical training for cadets and trainees is considered a means of professional development. Therefore, our research focuses on methodology, the correlation of teaching methods and approaches, and the search for effective levers for influencing educational and training activities on the overall competence of police officers.

Key words: Ministry of Internal Affairs of Russia, educational organizations, cadets, physical training, development, acquisition of skills, motor skills, service activities, educational and training process.

References

1. Kuznetsov S.V., Volkov A.N. General physical training as a component of the professionally applied physical training of cadets at educational institutions of the Russian Ministry of Internal Affairs // Personnel Training for Law Enforcement Agencies: Modern Trends and Educational Technologies: Proceedings of the XXII All-Russian Scientific and Methodological Conference, Irkutsk, March 2–3, 2017: in 2 vols. Vol. 2. Irkutsk: East Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2017. Pp. 86–90.
2. Krivoshein D.M. The role of physical training in the academic activities of cadets at educational institutions of the Russian Ministry of Internal Affairs // Current Issues in the Development of Hand-to-Hand Combat: Problems, Solutions, and Prospects: Proceedings of the International Scientific and Practical Conference, Moscow, October 5–6, 2023. Moscow: V.Ya. Kikot Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2023. Pp. 71–76.
3. Kuznetsov M.B., Tsygankova Yu.V. The role and significance of (special) physical training for cadets of the Russian Ministry of Internal Affairs within the system of professional service and physical training // Personal Autonomy. 2021. No. 1. Pp. 90–95.
4. Shukan S.V. On the issue of prioritizing the development of strength capabilities in cadets at educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of the Republic of Belarus during professionally applied physical training / S.V. Shukan, V.V. Leonov // Problems of Physical Culture

and Sports in Modern Socio-Economic Conditions: Collection of Scientific Articles from the International Scientific and Practical Correspondence Conference, Gomel, March 27, 2020. Gomel: Belarusian Trade and Economics University of Consumer Cooperatives, 2020. Pp. 101–105. EDN BSWSNS.

5. Belokon Yu.N. Improving the physical training of cadets in educational institutions of the EMERCOM of Russia / Yu.N. Belokon, A.S. Zhuravleva // Modern Problems of Physical Culture and Sports: Proceedings of the XXVI All-Russian Scientific and Practical Conference, Khabarovsk, November 25–26, 2022 / Edited by E.A. Vetoshkina. Khabarovsk: Far Eastern State Academy of Physical Culture, 2022. Pp. 38–42. EDN JMKTQB.

6. Pachev A.V. Development of physical qualities as a unified process / A.V. Pachev, S.M. Proskurin, V.I. Palevich // Business. Education. Law. 2020. No. 1 (50). Pp. 426–429. DOI 10.25683/VOLBI.2020.50.151. EDN RBLCZK.

7. Korovin V.M. The system of professional development of officers in military higher education institutions: specialty 13.00.01 "General Pedagogy, History of Pedagogy and Education": dissertation for the degree of Doctor of Pedagogical Sciences / Korovin Vladimir Mikhailovich. Voronezh, 2002. 369 p. EDN NMGYSV.

8. Military Pedagogy and Psychology / A.V. Barabanshchikov, V.P. Davydov, E.P. Utlik, N.F. Fedenko. Moscow: Voenizdat, 1986. 269 p. EDN RRUEVA.