

Дата поступления рукописи в редакцию: 25.09.2026 г.

DOI: 10.24412/2782-3830-2026-10-280-284

Дата принятия рукописи в печать: 09.10.2026 г.

КОКШАРОВ Евгений Владимирович,

доцент, доцент кафедры физической культуры и спорта,
Уральский институт ГПС МЧС России,
e-mail: mail@law-books.ru

САПАРОВ Байрамгельды Муджевурович,

кандидат педагогических наук, доцент, заведующий
кафедрой Физического воспитания и спорта Уральского
государственного аграрного университета,
e-mail: mail@law-books.ru

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КУРСАНТОВ ВУЗОВ МЧС РОССИИ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ И НАПРАВЛЕНИЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

Аннотация. В статье рассматриваются теоретические подходы к физической подготовке курсантов вузов МЧС России и направления ее совершенствования. Сопоставляются общеразвивающий, профессионально-прикладной и индивидуально-дифференцированный подходы, раскрываются противоречия между нормативной оценкой физической подготовленности и требованиями профессиональной деятельности. В качестве направлений совершенствования предлагаются моделирование профессионально значимых двигательных действий, дифференциация тренировочных нагрузок и педагогический мониторинг.

Ключевые слова: курсанты, вузы МЧС России, физическая подготовка, профессионально-прикладная физическая подготовка, индивидуализация, педагогический мониторинг.

KOKSHAROV Evgeny Vladimirovich,

Associate Professor, Associate Professor of the Department of
Physical Culture and Sports, Ural Institute of State Emergency
Fire Service of the Ministry of Emergency Situations of Russia

SAPAROV Bayramgeldy Mudzhevurovich,

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head
of the Department of Physical Education and Sports Ural
State Agrarian University

PHYSICAL TRAINING OF UNIVERSITY CADETS OF THE MINISTRY OF EMERGENCY SITUATIONS OF RUSSIA: THEORETICAL APPROACHES AND AREAS OF IMPROVEMENT

Annotation. The article discusses theoretical approaches to the physical training of cadets of universities of the Ministry of Emergency Situations of Russia and the directions of its improvement. The general development, professionally applied and individually differentiated approaches are compared, and the contradictions between the normative assessment of physical fitness and the requirements of professional activity are revealed. Modeling of professionally significant motor actions, differentiation of training loads and pedagogical monitoring are proposed as areas of improvement.

Key words: cadets, universities of the Ministry of Emergency Situations of Russia, physical training, professionally applied physical training, individualization, pedagogical monitoring.

Физическая подготовка курсантов вузов МЧС России занимает особое место в системе профессионального образования. Ее назначение не ограничивается развитием физических качеств и обеспечением успешного выполнения упражнений. Она должна создавать предпосылки для освоения профессиональных двигательных действий, сохранения работоспособности и безопасного выполнения задач, связанных с физическими нагрузками и воздействием неблагоприятных факторов будущей профессиональной деятельности [1].

О.Р. Карабанова под физической подготовкой понимает целенаправленный процесс развития физических качеств, необходимые для дальнейшей профессиональной деятельности в ходе выполнения своих должностных функций [2].

М.А. Канзафаров считает, что физическую подготовку необходимо осуществлять с учетом требований и рекомендаций, реализуемых в образовательном процессе [3].

По нашему мнению, физическая подготовка является целенаправленным организованным педагогическим процессом развития физических качеств, формирования двигательных умений и совершенствования функциональных возможностей, необходимых для решения образовательных и профессиональных задач.

Физическая подготовленность характеризует достигнутое состояние соответствующих качеств и возможностей. Она оценивается посредством конкретных показателей, каждый из которых отражает определенную сторону результата.

Профессионально-прикладная физическая подготовка отличается целевой связью содержания занятий с требованиями профессиональной деятельности. Однако такая связь не должна устанавливаться исключительно по внешнему сходству тренировочного упражнения и служебного действия. Существенны структура усилий, продолжительность работы, режим повторения действий, требования к координации и условия сохранения качества выполнения задачи. Так, А.В. Уколов в рамках профессионально-прикладного подхода физическую подготовку рассматривает во взаимосвязи с условиями и содержанием будущей профессиональной деятельности. Автор подчеркивает необходимость повышения общей выносливости, подготовки нервной системы к специфической деятельности при тушении пожаров и спасении людей посредством специальных упражнений, в том числе, выполняемых с партнером, а также воспитания настойчивости и упорства [4].

И. В. Машошина, С. Н. Шуткин, А. В. Чижов выделяют противоречие между традиционными формами занятий и необходимостью модели-

рования условий выполнения профессионально-прикладных заданий. В такой постановке физическая подготовка должна обеспечивать не только развитие отдельных качеств, но и формирование способности применять их в профессионально значимых ситуациях [5].

Сильная сторона подхода состоит в содержательном обосновании целей: отправной точкой выступает не перечень доступных упражнений, а характеристика деятельности. Это позволяет обсуждать профессиональную значимость физических качеств и требования к специализированным тренировочным программам. Дифференциация интенсивности, объема и координационной сложности упражнений позволяет учитывать и индивидуальные возможности обучающихся в рамках группового занятия [6].

Профессиональная готовность является более широким образованием, чем физическая подготовленность. Помимо физических возможностей, она предполагает владение профессиональными действиями, знаниями, способами взаимодействия и саморегуляции. Следовательно, физическую подготовленность правомерно рассматривать как важную составляющую готовности, но не как ее полный эквивалент.

Р.М. Шипилов, Е.Е. Маринич, В.А. Смирнов, А.В. Кулагин, Н.А. Краценко в своем исследовании рассматривают модель профессионально-прикладной физической подготовки обучающихся во взаимосвязи с двигательными задачами пожарно-спасательной деятельности. По мнению ученых, такой подход в развитии физических качеств приобретает профессионально ориентированный характер: значимым становится не только повышение результатов в отдельных упражнениях, но и формирование способности использовать достигнутый уровень подготовленности при выполнении служебных действий. Это позволяет рассматривать общую физическую подготовку как основу для освоения и совершенствования профессионально значимых двигательных навыков [7].

Комплексное развитие физических качеств не равнозначно одновременному достижению максимального тренировочного эффекта по всем направлениям. Оно предполагает распределение приоритетов и согласование воздействий во времени. При этом следует учитывать различие между тренировочной нагрузкой и общими затратами ресурсов курсанта. Учебные занятия, практическая подготовка, выполнение служебных обязанностей и особенности распорядка могут изменять условия восстановления даже тогда, когда формально установленный объем физических упражнений остается прежним.

С позиции педагогического управления со-

вершенствование физической подготовки заключается не в безусловном увеличении нагрузки, а в повышении ее целесообразности. Дополнительное упражнение оправданно, если понятны его задача, место в программе, допустимые условия выполнения и критерий ожидаемого результата. В связи с этим особый интерес представляет позиция В. А. Смирнова, А. А. Сорокина, Г. П. Соколова и А. В. Ермилова, которые считают физическую выносливость и устойчивость к физической усталости ключевыми профессионально важными качествами пожарных, необходимыми для эффективной работы в чрезвычайных ситуациях. Для целенаправленного развития этих качеств авторы предлагают создание трехсекционной открытой спортивной площадки, каждая зона которой предназначена для формирования определенных физических качеств и профессионально значимых навыков. По мнению исследователей, такое решение позволит оптимизировать профессионально-прикладную физическую подготовку и разнообразить учебно-воспитательный процесс, способствуя повышению мотивации курсантов к улучшению физического состояния и укреплению здоровья [8].

В.В. Тимощенко, А.Д. Низяков особое внимание в развитии физических качеств курсантов уделяют самостоятельной физической подготовке. Ученые отмечают значимость надлежащих материально-технических условий, методического сопровождения, использования цифровых образовательных ресурсов и формирования навыков самоконтроля, что позволяет учитывать индивидуальные возможности обучающихся, обеспечивать осознанный выбор физической нагрузки и формировать ответственное отношение к поддержанию собственной физической готовности [9].

Организация самостоятельных занятий требует баланса автономии и контроля. Избыточная регламентация может ограничивать развитие навыков самоуправления, тогда как отсутствие сопровождения затрудняет выбор адекватной нагрузки и повышает вероятность ошибок.

Самостоятельность целесообразно формировать постепенно. На начальном этапе курсант выполняет подробно заданную программу и осваивает способы фиксации результатов. Затем получает возможность выбирать задания из согласованного набора. Более высокий уровень предполагает аргументированное планирование собственного занятия с последующим обсуждением с преподавателем. При этом цифровые средства могут облегчать доступ к материалам, ведение дневника и обратную связь, однако их наличие не является самостоятельным доказательством качества подготовки [10]. Педагогическое значение

определяется тем, какие решения принимаются на основании полученных сведений и насколько эти решения будут обоснованными.

На основе сравнительного анализа предлагается модель, связывающая требования профессиональной деятельности, возможности курсанта и условия реализации подготовки. Основное положение предлагаемой модели состоит в том, что качество программы определяется не суммой используемых упражнений, а согласованностью целей, содержания, нагрузки и критериев оценки.

Целевой компонент включает перевод профессиональных требований в проверяемые образовательные результаты. Формулировки должны указывать не только требуемое качество, но и действие, в котором оно проявляется, условия выполнения и допустимые ограничения. Например, оценка прикладной работоспособности может предусматривать выполнение последовательности учебных операций с учётом времени, технических ошибок и соблюдения требований безопасности.

Диагностический компонент обеспечивает определение исходных возможностей и ограничений. Наряду с результатами физических тестов учитываются качество базовых двигательных действий, опыт тренировок и сведения о допуске к нагрузкам. Педагогическая диагностика не подменяет медицинские решения.

Проектировочный компонент определяет соотношение общей, специальной и самостоятельной подготовки. Для каждого блока устанавливаются задача, параметры нагрузки, условия усложнения и способ контроля. Корректировка осуществляется на основании заранее определённых признаков, а не только по итоговой оценке.

Организационный компонент связывает программу с расписанием, инфраструктурой и ресурсами сопровождения. Особое значение имеет доступность безопасных условий для самостоятельных занятий и возможность консультации с преподавателем.

Оценочно-корректирующий компонент объединяет сведения о результативности, качестве действий и переносимости нагрузки. Его функция заключается не только в выставлении оценки, но и в принятии решения о продолжении, изменении или временном ограничении отдельных воздействий.

Проверка предлагаемой модели должна быть направлена на установление того, улучшает ли согласованное управление подготовкой результаты по сравнению с используемой программой при сопоставимых условиях. Для этого необходимы исходная диагностика, описание состава

групп, подробная характеристика тренировочных воздействий и регистрация фактического выполнения программы. Следует учитывать дополнительные занятия, пропуски и изменения состояния, способные повлиять на результат.

Основным показателем целесообразно выбрать заранее определенный результат профессионально ориентированного учебного задания. Дополнительными показателями могут выступать динамика физических качеств, число технических ошибок, соблюдение требований безопасности, переносимость нагрузки и сохранение эффекта после завершения основного этапа.

Список литературы:

[1] Низяков, А. Д. Профессиональная и физическая подготовка курсантов вузов МЧС России / А. Д. Низяков, В. В. Тимощенко // Актуальные проблемы гуманитарных и общественных наук : Сборник статей X Всероссийской научно-практической конференции, Пенза, 18–19 сентября 2024 года. – Пенза: Пензенский государственный аграрный университет, 2024. – С. 198–200. – EDN VTRYYY.

[2] Карабанова, О. Р. Физическая подготовка как основа овладения профессиональной деятельностью курсантов военного вуза / О. Р. Карабанова // Фундаментальные и прикладные научные исследования: актуальные вопросы современной науки, достижения и инновации : Сборник научных статей по материалам IX Международной научно-практической конференции, Уфа, 08 ноября 2022 года. – Уфа: Общество с ограниченной ответственностью "Научно-издательский центр "Вестник науки", 2022. – С. 249–254. – EDN WERAJK.

[3] Канзафаров, М. А. Физическая подготовка курсантов слушателей образовательных учреждений МВД России / М. А. Канзафаров // Modern Science. – 2021. – № 10-1. – С. 319–322. – EDN ZOGITR.

[4] Уколов, А. В. О проблеме слабой физической подготовки курсантов 1 курса Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России / А. В. Уколов // Молодой ученый. – 2011. – № 5-2. – С. 269–270. – EDN NUBHFN.

[5] Машошина, И. В. Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки курсантов в вузах ГПС МЧС России / И. В. Машошина, С. Н. Шуткин, А. В. Чижов // Пожарная безопасность: проблемы и перспективы. – 2018. – Т. 1, № 9. – С. 591–592. – EDN YQIHJJ.

[6] Кокшаров, Е. В. Комплексное развитие физических качеств курсантов вузов МЧС России в условиях образовательного процесса / Е. В. Кокшаров // Международный научный вестник. – 2026. – № 1. – С. 387–391. – DOI 10.24412/2782-3849-2026-1-387-391. – EDN BDJZOB.

[7] Модель профессионально-прикладной физической подготовки обучающихся образовательных организаций высшего образования МЧС России / Р. М. Шипилов, Е. Е. Маринич, В. А. Смирнов [и др.] // Пожарная и аварийная безопасность. – 2022. – № 4(27). – С. 136–145. – EDN RBONXS.

[8] К вопросу совершенствования профессионально-прикладной физической подготовки курсантов вузов МЧС России / В. А. Смирнов, А. А. Сорокин, Г. П. Соколов, А. В. Ермилов // Пожарная и аварийная безопасность. – 2026. – № 1(40). – С. 50–58. – EDN LMKOKB.

[9] Тимощенко, В. В. Особенности организации самостоятельной физической подготовки курсантов МЧС России в современных условиях / В. В. Тимощенко, А. Д. Низяков // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. – 2026. – Т. 25, № 1. – С. 100–108. – DOI 10.20310/1810-231X-2026-25-1-100-108. – EDN YXKINE.

[10] Кокшаров, Е. В. Цифровые технологии в системе физической подготовки курсантов вузов МЧС России: Актуальность, проблематика и направления исследования / Е. В. Кокшаров // Правовая информатика. – 2026. – № 1. – С. 167–174. – DOI 10.24412/1994-1404-2026-1-00-18. – EDN IGGOBV.

References:

[1] Nizyakov, A. D. Professional and physical training of cadets of universities EMERCOM of Russia / A. D. Nizyakov, V. V. Tymoshchenkov // Actual problems of the humanities and social sciences: Collection of articles of the X All-Russian Scientific and Practical Conference, Penza, September 18–19, 2024. – Penza: Penza State Agrarian University, 2024. – S. 198–200. – EDN VTRYYY.

[2] Karabanova, O. R. Physical training as the basis for mastering the professional activities of cadets of a military university / O. R. Karabanova // Fundamental and applied scientific research: topical issues of modern science, achievements and innovations: Collection of scientific articles based on materials from the IX International Scientific and Practical Conference, Ufa, November 08, 2022. – Ufa: Limited Liability Company "Scientific and Publishing Center "Bulletin of Science," 2022. – S. 249–254. – EDN WERAJK.

[3] Kanzafarov, M. A. Physical training of cadets of students of educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia / M. A. Kanzafarov // Modern Science. – 2021. – № 10-1. – S. 319–322. – EDN ZOGITR.

[4] Ukolov, A. V. On the problem of weak physical training of 1st year cadets of St. Petersburg University of the State Fire Service of the Ministry of Emergencies of Russia / A. V. Ukolov // Young scientist. – 2011. – № 5-2. – S. 269–270. –

EDN NUBHFN.

[5] Mashoshina, I.V. Improving the professional and applied physical training of cadets at the universities of the State Fire Service of the Ministry of Emergencies of Russia / I.V. Mashoshina, S.N. Shutkin, A.V. Chizhov // Fire safety: problems and prospects. – 2018. – Т. 1, NO. 9. – S. 591-592. – EDN YQIHJJ.

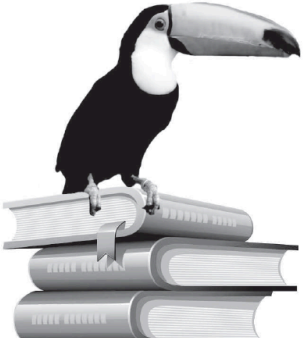
[6] Koksharov, E.V. Comprehensive development of the physical qualities of cadets of universities of the Ministry of Emergencies of Russia in the conditions of the educational process / E.V. Koksharov // International Scientific Bulletin. – 2026. – № 1. – S. 387-391. – DOI 10.24412/2782-3849-2026-1-387-391. – EDN BDJZOB.

[7] Model of vocational-applied physical training of students of educational institutions of higher education EMERCOM of Russia / R. M. Shipilov, E. E. Marinich, V. A. Smirnov [et al.] // Fire and emergency safety. – 2022. – № 4(27). – S. 136-145. – EDN RBONXS.

[8] On the issue of improving the professional and applied physical training of cadets of universities of the Ministry of Emergencies of Russia / V. A. Smirnov, A. A. Sorokin, G. P. Sokolov, A. V. Ermilov // Fire and emergency safety. – 2026. – № 1(40). – S. 50-58. – EDN LMKOKB.

[9] Tymoshchenkov, V.V. Features of the organization of independent physical training of cadets of the Ministry of Emergencies of Russia in modern conditions / V.V. Tymoshchenkov, A.D. Nizyakov // Psychological and Pedagogical Journal Gaudeamus. – 2026. – Т. 25, NO. 1. – S. 100-108. – DOI 10.20310/1810-231X-2026-25-1-100-108. – EDN YXKINE.

[10] Koksharov, E.V. Digital technologies in the system of physical training of cadets of universities EMERCOM of Russia: Relevance, problems and areas of research / E.V. Koksharov // Legal informatics. – 2026. – № 1. – S. 167-174. – DOI 10.24412/1994-1404-2026-1-00-18. – EDN IGGOBV.



Юридическое издательство
«ЮРКОМПАНИ»

Издание учебников,
учебных и методических
пособий, монографий,
научных статей.

Профессионально.

В максимально
короткие сроки.

Размещаем
в РИНЦ, Е-Library.

ЮРКОМПАНИ

www.law-books.ru