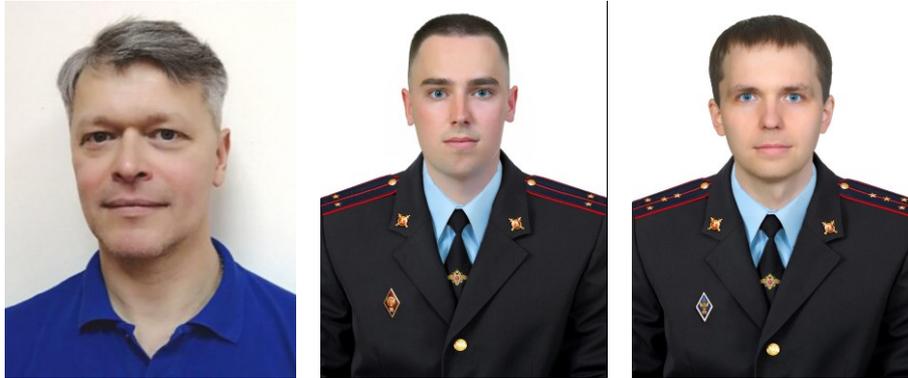


ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА  
(научная специальность 5.8.4)

Научная статья  
УДК 796/799  
DOI: 10.47438/1999-3455\_2024\_2\_9

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ, ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ПЕРВЫХ КУРСАХ



Владимир Васильевич Агошков<sup>1</sup>, Евгений Николаевич Жуковский<sup>2</sup>  
Владислав Олегович Галкин<sup>3</sup>, Андрей Александрович Третьяков<sup>4</sup>

Белгородский государственный национальный исследовательский университет<sup>1</sup>  
Белгород, Россия  
Белгородский юридический институт МВД России имени И. Д. Путилина<sup>2, 3, 4</sup>  
Белгород, Россия

<sup>1</sup> Старший преподаватель кафедры физического воспитания  
тел.: +7(905)6757677, e-mail: agoshkov@bsu.edu.ru  
ORCID 0009-0000-0580-8250

<sup>2</sup> Старший преподаватель кафедры огневой подготовки  
тел.: +7(905)1715448, e-mail: zhukovskii\_op@mail.ru  
ORCID 0009-0004-0531-8293

<sup>3</sup> Преподаватель кафедры физической подготовки  
тел.: +7(910)2227859, e-mail: galchonok31sw@yandex.ru  
ORCID 0009-0009-3030-7648

<sup>4</sup> Кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической подготовки  
тел.: +7(920)5523769, e-mail: delphin87@mail.ru  
ORCID 0000-0001-7498-6675

**Аннотация.** Проведённый анализ литературных источников по проблеме адаптации молодых людей к образовательной среде показал, что достаточно много работ проводилось в гуманитарных и военных образовательных организациях. Рассмотрение особенностей, касающихся процессов адаптации курсантов образовательных организаций МВД России, проводилось немногими учёными. Данные работы подробно рассматривают психологические характеристики. Анализ характеристик, касающихся физического состояния, частично представляется в исследованиях и не даёт общей картины адаптации курсантов. Цель исследования заключается в проведении анализа динамики физического состояния курсантов образовательных организаций МВД России, обучающихся на первых курсах. Достижение цели осуществлялось с помощью организации и проведения исследования. Оно проводилось в Белгородском юридическом институте с курсантами, обучающимися на 1 курсе. В общей сложности в исследовании приняло участие более 100 курсантов (75 юношей и 32 девушки). Обучение в образовательных организациях МВД России связано со значительным расширением двигательных режимов. Помимо учебных занятий, в режиме дня курсанты выполняют свои служебные обязанности. Они могут быть связаны с различными физическими нагрузками. Максимальные величины двигательной активности на первых курсах обучения достигаются по окончании 2 семестра. Можно уверенно говорить о том, что к этому моменту молодые люди в двигательном отношении привыкают к режиму дня, и в последующем сознательно его регулируют. Данные изменения свидетельствуют о различных процессах, внешне не наблюдаемых, происходящих с молодыми людьми. Комплексный учёт данных результатов может повысить эффективность учебного процесса со снижением негативных последствий и дать возможность раскрыть потенциал будущих специалистов.

**Ключевые слова:** курсанты, физическое состояние, двигательная активность, соматическое здоровье, адаптация.

**Для цитирования:** Оценка физического состояния курсантов образовательных организаций МВД России, обучающихся на первых курсах / В. В. Агошков, Е. Н. Жуковский, В. О. Галкин [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2024. № 2. С. 9-13. DOI: 10.47438/1999-3455\_2024\_2\_9.

**Введение**

Поступление и дальнейшее обучение в высшем учебном заведении является для молодых людей ответственным этапом в жизни. На данном этапе закладывается профессиональный фундамент и способности к дальнейшей самостоятельной жизни. Также в эти годы девушки и юноши сталкиваются с различными изменениями в физическом, психологическом и социальном плане. Они связаны с процессами, которые активно проходят на данном этапе, социализации, формирования мировоззрения и профессионального становления.

Если рассматривать ведомственные образовательные организации, то бывшие школьники попадают в новые строгие рамки. Они связаны с началом профессиональной адаптации. Как отмечают ведущие ученые, профессиональная адаптация начинается в стенах средних и высших образовательных организаций. В связи с этим большая роль отводится поиску эффективных средств и способов для успешной адаптации первокурсников к образовательной среде.

Проведенный анализ литературных источников по проблеме адаптации молодых людей к образовательной среде показал, что достаточно много работ проводилось в гуманитарных и военных образовательных организациях. Рассмотрение особенностей, касающихся процессов адаптации курсантов образовательных организаций МВД России, проводилось немногими учеными. Данные работы подробно рассматривают психологические характеристики. Анализ характеристик, касающихся физического состояния, частично представляются в исследованиях, и не дают общей картины адаптации курсантов. В связи с этим появилась потребность в проведении анализа изменений в физическом состоянии молодых людей. Цель исследования заключается в проведении анализа динамики физического состояния курсантов образовательных организаций МВД России, обучающихся на первых курсах.

**Организация и методы исследования**

Достижение цели осуществлялось с помощью организации и проведения исследования. Исследование проводилось в Белгородском юридическом институте с курсантами, обучающимися на 1 курсе. В общей сложности в исследовании приняло участие более 100 курсантов (75 юношей и 32 девушки).

Измерения и тестирование молодых людей проводилось по окончании семестров. Шагометрия и выполнение контрольных упражнений измерялось в 1-3 семестрах, а уровень соматического здоровья и психологическое тестирование проводилось в 1 и 3 семестрах.

Для оценки физического состояния проводились шагометрия, с помощью шагомеров; оценка соматического здоровья, с помощью экспресс методики Г. Л. Апанасенко; тестирование физической подготовленности, с помощью контрольных упражнений (челночный бег 10Ч10 м, бег 100 м, бег 3 км, подтягивания, сгибание-разгибание рук в упоре лежа, наклон из положения стоя).

Дополнительно проводилось психологическое тестирование с помощью методики МЛЮ «Адаптивность». Данная методика позволила оценить интегральные особенности психического и социального развития курсантов.

**Результаты исследования и их обсуждение**

Обучение в образовательных организациях МВД России связано со значительным расширением двигательных режимов. Помимо учебных занятий в режиме дня курсанты выполняют свои служебные обязанности. Они могут быть связаны с различными физическими нагрузками. В связи с этим внимание было направлено на анализ двигательной активности молодых людей. Полученные результаты представлены в табл. 1.

Таблица 1 – Результаты шагометрии курсантов в течение недели

День недели	Рабочий день (без занятий ФП)	Рабочий день (с занятием ФП)	Выходной день
1 семестр	Юноши	16384±233	18342±341
	Девушки	14651±278	16947±289
2 семестр	Юноши	18564±291	21781±311
	Девушки	17022±246	19401±354
3 семестр	Юноши	17565±284	20137±367
	Девушки	15748±239	18093±409

Выдвинутое предположение об изменении двигательных объемов в течение дня после поступления в образовательные организации МВД России подтвердилось. Так у молодых людей объем двигательной активности в учебные дни вырос в полтора раза по сравнению с учебной в школе. Дни, в которые проводятся занятия по «Физической подготовке», отмечаются наибольшим объемом двигательной активности. В выходные дни курсанты предпочитают пассивный отдых, объем двигательной активности снижается вдвое. Максимальные величины двигательной активности на первых курсах обучения достигаются по окончании 2 семестра. Можно уверенно говорить о том, что к этому моменту молодые люди в двигательном отношении привыкают к режиму дня, и в последующем сознательно его регулируют.

Обучение в ведомственных вузах сопровождается регулярными физическими нагрузками. В служебных обязанностях сотрудник полиции предусмотрено, что

его уровень физической подготовленности должен соответствовать требованиям к выполнению оперативно-служебных задач. Поэтому следующим этапом было предложено оценить уровень физической подготовленности курсантов (см. табл. 2).

Проведение оценки уровня физической подготовленности курсантов проходит два раза в год на протяжении всего периода обучения. Уровень подготовленности предусматривается нормативными документами на каждом курсе обучения. Так уровень физической подготовленности курсантов в 1 семестре соответствует оценке «удовлетворительно». К сожалению, можно утверждать, что низкий уровень подготовленности – это следствие отсутствия эффективных занятий физической культурой в школьное время. Лишь спустя полтора года курсанты успевают достигнуть уровень физической подготовленности, соответствующий оценке «хорошо». Такая тенденция отмечена как у девушек, так и юношей.

Таблица 2 – Динамика физической подготовленности курсантов

Контрольное упражнение		Подтягивания / Отжимания (кол-во раз)	Наклон (см)	Бег 100 м (сек)	Бег 3 км (сек)	10Ч10 м (сек)
1 семестр	Юноши	14,50±0,54	2,3±0,3	26,1±2,1	781±82	26,25±0,26
	Девушки	7,21±0,61	7,5±0,6	30,1±2,5	1060±101	29,88±0,28
2 семестр	Юноши	14,73±1,12	2,5±0,4	26,0±3,2	775±91	26,52±0,24
	Девушки	7,45±0,78	7,6±0,3	29,5±2,1	1040±96	29,69±0,34
3 семестр	Юноши	15,11±0,76	2,5±0,2	25,5±1,9	762±93	26,31±0,27
	Девушки	8,01±0,63	8,0±0,4	29,1±2,2	1031±112	29,02±0,25

Проблема физической подготовленности курсантов обуславливает их уровень соматического здоровья. Ведь

они тесно связаны. Поэтому на следующем этапе измерялись показатели соматического здоровья с помощью методики, предложенной Г.Л. Апанасенко (табл. 3).

Таблица 3 – Уровень соматического здоровья курсантов

Семестр	Данные	Индекс Кетле	Баллы	Силовой индекс	Баллы	Жизненный индекс	Баллы	Индекс Робинсона	Баллы	Время встания после 20 приседаний	Баллы	Общий балл	Уровень здоровья	
														Среднее
Девушки	1	Среднее	20,9	0,14	48,9	0,7	45,6	0,4	76,2	3,0	1,5	3,0	7,2	средний
		Ошибка	2,2	0,4	9,8	1,4	8,4	1,4	2,1	0,00	0,0	0,0	1,8	
	3	Среднее	21,4	0,14	44,9	-0,14	47,2	0,7	77,6	3,0	1,5	3,0	6,7	ниже среднего
		Ошибка	2,2	0,4	4,6	0,4	11,6	1,7	2,5	0,00	0,0	0,0	1,8	
Юноши	1	Среднее	21,3	-0,4	63,3	0,1	57,2	1,0	83,1	3,0	1,0	5,0	8,7	средний
		Ошибка	1,8	0,7	8,1	1,3	8,2	1,3	3,3	0,0	0,0	0,0	2,0	
	3	Среднее	22,4	0,0	65,6	0,6	60,9	1,1	85,0	0,4	1,0	5,0	7,1	средний
		Ошибка	1,7	0,4	7,0	1,2	11,9	1,5	2,6	1,1	0,0	0,0	2,4	

Анализ результатов соматического здоровья показывает, что, поступая в образовательную организацию МВД России, молодые люди обладают уровнем – «средним». И после 1 семестра уровень соматического здоровья снижается до «ниже среднего», что, по-видимому, связано с процессом адаптации к новым условиям образовательной среды. А как показали предыдущие этапы

исследования, изменились объем двигательной активности и физические нагрузки. Анализируя последующие результаты оказывается, что к третьему курсу исследуемый показатель восстанавливается и достигает уровня «выше среднего». Помимо анализа физической подготовленности было проведено дополнительное обследование, опрос курсантов с помощью методики МЛО «Адаптивность» (см. табл. 4).

Таблица 4 – Результаты психологического тестирования

Контрольное упражнение		Личный адаптационный потенциал	Нервно-психическая устойчивость	Коммуникативный потенциал	Законопослушность	Агрессия
1 семестр	Юноши	6,42±0,2	6,56±0,2	5,58±7,34	6,34±0,2	3,66±0,3
	Девушки	6,26±0,2	6,14±0,2	6,06±0,2	6,41±0,3	3,79±0,4
3 семестр	Юноши	7,36±0,2	7,14±0,2	7,34±0,2	7,76±0,2	3,68±0,3
	Девушки	6,68±0,2	5,62±0,3	5,58±0,2	6,64±0,3	3,88±0,2

Результаты опроса рассматривались по нескольким показателям. Так по окончании 1 семестра у курсантов личный адаптационный потенциал достигал нижних границ среднего уровня. Уж к концу обучения на 2 курсе эти же курсанты обладали личным адаптационным потенциалом, достигающим верхнюю границу среднего уровня. Рассматривая показатель нервно-пси-

хической устойчивости, можно отметить рост результатов, что указывает на рост способностей у молодых людей противостоять психологическим нагрузкам, реально воспринимать действительность и выбирать необходимые средства для решения проблем. Результаты показателя «коммуникативный потенциал» у юношей растут,

что указывает на развитие коммуникативных способностей. У девушек результаты в данном показателе снижаются.

### Выводы

Проведение исследования позволило рассмотреть динамику результатов, характеризующих компоненты физического состояния курсантов образовательных организаций МВД России. Тот аспект, что исследование проводилось с курсантами первых курсов, раскрывает частично процессы адаптации молодых людей к новой образовательной среде. Можно отметить, что в образовательной организации МВД России у молодых людей значительно меняется объем двигательной активности. Происходит рост уровня физической подготовленности. Хотя при поступлении их уровень соответствует оценке «удовлетворительно». Уровень соматического здоровья

девушек и юношей из-за новых условий образовательной среды снижается, но по истечению 1 курса он восстанавливается и увеличивается. Результаты психологического опроса указывают на рост адаптационного потенциала и нервно-психической устойчивости. Данные изменения свидетельствуют о различных процессах, внешне не наблюдаемых, происходящих с молодыми людьми. Комплексный учет данных результатов может повысить эффективность учебного процесса, со снижением негативных последствий, и дать возможность раскрыть потенциал будущих специалистов.

### Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

### Библиографический список

1. Влияние обучающих консультаций на результаты экзамена по физической подготовке курсантов МВД России / А. О. Цыганок, А. А. Вяткин, А. А. Стишак [и др.] // Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2022. № 2 (204). С. 428-433.
2. Влияние физической подготовки на формирование профессионально важных качеств курсантов / А. В. Куршев, В. Н. Горяинов, П. И. Кузнецов [и др.] // Перспективы науки. 2022. № 3 (150). С. 139-141.
3. Ерёмкина, А. С., Алдошин, А. В. Физическая подготовка курсантов образовательных организаций МВД России как направление их профессионального развития // Наука-2020. 2022. № 7 (61). С. 143-149.
4. Мананников, С. В. К вопросу о совершенствовании физической подготовки курсантов в образовательных организациях МВД России // Вестник учебного отдела Барнаульского юридического института МВД России. 2022. № 38. С. 146-148.
5. Павлова, А. А., Подрезов, И. Н. Общая физическая подготовка как составляющая профессионально-прикладной физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России // Наука-2020. 2023. № 3 (64). С. 61-66.
6. Подрезов, И. Н. Роль физической подготовки в развитии профессионально-значимых физических и личностных качеств курсантов // Автономия личности. 2022. № 1 (27). С. 148-153.
7. Старков, М. А., Аракелян, Г. Л. Особенности физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России // Профессиональное образование и рынок труда. 2020. № 4 (43). С. 62-69.
8. Сучков, С. Л., Филиппова, В. А. Самостоятельная физическая подготовка как компонент физической подготовки курсантов вузов системы МВД // Вопросы педагогики. 2023. № 2-2. С. 36-38.
9. Хромов, В. А., Разницын, В. А., Ермолов, П. С. Основные пути самосовершенствования физической подготовки курсантов Московского университета МВД России имени В. Я. Кикотя // Вестник экономической безопасности. 2020. № 4. С. 324-328.
10. Шевченко, А. Р. Проблемы физической подготовки курсантов МВД России и пути их решения // Эпоха науки. 2020. № 22. С. 328-331.

### References

1. Cyganok, A. O., Vyatkin, A. A., Stishak, A. A., Sharov, P. V., Yalyshev, S. Sh. (2022) Vliyanie obuchayushchih konsul'tacij na rezul'taty ekzamina po fizicheskoj podgotovke kursantov MVD Rossii [Influence of training consultations on the results of the exam on physical training of cadets of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta*. 204 (2), 428-433. (In Russian)
2. Kurshev, A. V., Goryajnov, V. N., Kuznecov, P. I., Sysoev, A. B. (2022) Vliyanie fizicheskoj podgotovki na formirovanie professional'novazhnyh kachestv kursantov [Influence of physical training on the formation of professionally important qualities of cadets]. *Perspektivy nauki*. 150 (3), 139-141. (In Russian)
3. Eremina, A. S., Aldoshin, A. V. (2022) Fizicheskaya podgotovka kursantov obrazovatel'nyh organizacij MVD Rossii kak napravlenie ih professional'nogo razvitiya [Physical training of cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia as a direction of their professional development]. *Nauka-2020*. 61 (7), 143-149. (In Russian)
4. Manannikov, S. V. (2022) K voprosu o sovershenstvovanii fizicheskoj podgotovki kursantov v obrazovatel'nyh organizacijah MVD Rossii [To the issue of improving the physical training of cadets in educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. *Vestnik uchebnogo otdela Barnaul'skogo yuridicheskogo instituta MVD Rossii*. 38, 146-148. (In Russian)
5. Pavlova, A. A., Podrezov, I. N. (2023) Obshchaya fizicheskaya podgotovka kak sostavlyayushchaya professional'no-prikladnoj fizicheskoj podgotovki kursantov obrazovatel'nyh organizacij MVD Rossii [General physical training as a component of professional applied physical training of cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. *Nauka-2020*. 64 (3), 61-66. (In Russian)
6. Podrezov, I. N. (2022) Rol' fizicheskoj podgotovki v razvitii professional'no-znachimyh fizicheskikh i lichnostnyh kachestv kursantov [The role of physical training in the development of professionally significant physical and personal qualities of cadets]. *Avtonomiya lichnosti*. 27 (1), 148-153. (In Russian)
7. Starkov, M. A., Arakelyan, G. L. (2020) Osobennosti fizicheskoj podgotovki kursantov obrazovatel'nyh organizacij MVD Rossii [Features of physical training of cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. *Professional'noe obrazovanie i rynek truda*. 43 (4), 62-69. (In Russian)

8. Suchkov, S. L., Filippova, V. A. (2023) Samostoyatel'naya fizicheskaya podgotovka kak komponent fizicheskoy podgotovki kursantov vuzov sistemy MVD [Independent physical training as a component of physical training of cadets of higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. *Voprosy pedagogiki*, 2-2, 36-38. (In Russian)

9. Hromov, V. A., Raznicyn, V. A., Ermolov, P. S. (2020) Osnovnye puti samosovershenstvovaniya fizicheskoy podgotovki kursantov Moskovskogo universiteta MVD Rossii imeni V. Ya. Kikotya [The main ways of self-improvement of physical training of cadets of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V. Ya. Kikotya]. *Vestnik ekonomicheskoy bezopasnosti*. 4, 324-328. (In Russian)

10. Shevchenko, A. R. (2020) Problemy fizicheskoy podgotovki kursantov MVD Rossii i puti ih resheniya [Problems of physical training of cadets of the Ministry of Internal Affairs of Russia and ways of their solution]. *Epoha nauki*. 22, 328-331. (In Russian)

Поступила в редакцию 11.04.2024

Подписана в печать 27.06.2024

Original article

UDC 796/799

DOI: 10.47438/1999-3455\_2024\_2\_9

## ASSESSMENT OF THE PHYSICAL CONDITION OF CADETS OF EDUCATIONAL ORGANIZATIONS OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OF RUSSIA STUDYING IN THE FIRST YEARS

Vladimir V. Agoshkov<sup>1</sup>, Evgeny N. Zhukovsky<sup>2</sup>, Vladislav O. Galkin<sup>3</sup>,  
Andrey A. Tretyakov<sup>4</sup>

*Belgorod State National Research University<sup>1</sup>*

*Belgorod, Russia*

*Belgorod law institute of the Ministry of internal affairs of Russia*

*named after I. D. Putilin<sup>2,3,4</sup>*

*Belgorod, Russia*

<sup>1</sup> Senior Lecturer, Department of Physical Education

ph.: +7(905)675-76-77, e-mail: agoshkov@bsu.edu.ru

ORCID 0009-0000-0580-8250

<sup>2</sup> Senior lecturer of the Department of fire training

ph.: +7(905)171-54-48, e-mail: zhukovskii\_op@mail.ru

ORCID 0009-0004-0531-8293

<sup>3</sup> Teacher of the Department of physical training

ph.: +7(910)222-78-59, e-mail: galchonok31sw@yandex.ru

ORCID 0009-0009-3030-7648

<sup>4</sup> PhD in Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Physical Training

ph.: +7(920)552-37-69, e-mail: delphin87@mail.ru

ORCID 0000-0001-7498-6675

**Abstract.** The analysis of literary sources on the problem of adaptation of young people to the educational environment showed that quite a lot of work was carried out in humanitarian and military educational organizations. Consideration of the features concerning the processes of adaptation of cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia was carried out by few scientists. These works examine psychological characteristics in detail. The analysis of characteristics related to physical condition is partially presented in research, and does not give an overall picture of the adaptation of cadets. The purpose of the study is to analyze the dynamics of the physical condition of cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia studying in the first years. The goal was achieved through the organization and conduct of research. The study was conducted at the Belgorod Law Institute with cadets enrolled in the 1st year. In total, more than 100 cadets (75 boys and 32 girls) took part in the study. Training in educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia is associated with a significant expansion of motor modes. In addition to training sessions, the cadets perform their official duties during the day. They can be associated with various physical activities. The maximum values of motor activity in the first years of study are achieved at the end of the 2nd semester. It is safe to say that by this point young people are getting used to the daily routine in a motor way, and subsequently consciously regulate it. These changes indicate various processes that are not externally observable, occurring with young people. Comprehensive accounting of these results can improve the effectiveness of the educational process, with a reduction in negative consequences, and provide an opportunity to unlock the potential of future specialists.

**Keywords:** cadets, physical condition, motor activity, somatic health, adaptation.

**Cite as:** Agoshkov, V. V., Zhukovsky, E. N., Galkin, V. O., Tretyakov, A. A. (2024) Assessment of the physical condition of cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia studying in the first years. *Physical Culture and Health*. (2), 9-13. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455\_2024\_2\_9.

Received 11.04.2024

Accepted 27.06.2024