



Научно-исследовательский журнал «*Modern Humanities Success / Успехи гуманитарных наук*»
<https://mhs-journal.ru>

2025, № 10 / 2025, Iss. 10 <https://mhs-journal.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка (педагогические науки)

УДК 378.6.351.74:796-027.22(470)

Профессиональная теоретическая подготовка физической направленности обучающихся образовательных организаций МВД России: основные термины и понятия

¹ Султанов А.Д., ² Ахмадуллина Э.Т., ³ Бондарь А.Я., ⁴ Фатыхов А.Р.,

¹ Уфимский университет науки и технологий,

² Башкирский государственный аграрный университет,

³ Восточно-Сибирский институт МВД России,

⁴ Уфимский юридический институт МВД России

Аннотация: в статье приведена актуальность изучения и использования теоретических основ физической подготовки, а именно термины, касающиеся физического развития, обучения и воспитания. Произведена попытка расширения терминов и определений в лекционных и семинарских занятиях, так как они характеризуют физическую и спортивную деятельность в образовательных организациях МВД России.

При исследовании были использованы следующие методы: анкетирование и опрос обучаемых, анализ педагогической и психологической литературы, обобщение передового опыта по данному направлению и анализ литературы по изучаемому вопросу.

Сделаны выводы о эффективности теоретического углубленного изучения всех видов физической культуры, и необходимости периодического контроля знаний обучающихся, для понимания уровня изученного материала обучаемых.

Ключевые слова: физическая культура, физическое воспитание, физическое совершенство, тренировка, тренированность, физические упражнения, физическая рекреация, двигательная реабилитация

Для цитирования: Султанов А.Д., Ахмадуллина Э.Т., Бондарь А.Я., Фатыхов А.Р. Профессиональная теоретическая подготовка физической направленности обучающихся образовательных организаций МВД России: основные термины и понятия // *Modern Humanities Success*. 2025. № 10. С. 302 – 307.

Поступила в редакцию: 20 июня 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 18 августа 2025 г.; Принята к публикации: 29 сентября 2025 г.

Professional theoretical training of physically focused students of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia: basic terms and concepts

¹ Sultanov A.D., ² Akhmadullina E.T., ³ Bondar A.Ya., ⁴ Fatykhov A.R.,

¹ Ufa University of Science and Technology,

² Bashkir State Agrarian University,

³ East Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia,

⁴ Ufa Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia

Abstract: the article shows the relevance of studying and using the theoretical foundations of physical training, namely terms related to physical development, training and upbringing, for the formation of a conceptual framework for students of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia, in order to apply this knowledge in practical physical activities.

The following methods were used in the study: questionnaires and surveys of trainees, analysis of pedagogical and psychological literature, generalization of best practices in this area and analysis of literature on the issue under study.

Conclusions are made about the effectiveness of theoretical in-depth study of all types of physical education, and the need for periodic monitoring of students' knowledge, to understand the level of the studied material of the students.

Keywords: physical culture, physical education, physical perfection, training, fitness, physical exercises, physical recreation, motor rehabilitation

For citation: Sultanov A.D., Akhmadullina E.T., Bondar A.Ya., Fatykhov A.R. Professional theoretical training of physically focused students of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia: basic terms and concepts. *Modern Humanities Success*. 2025. 10. P. 302 – 307.

The article was submitted: June 20, 2025; Approved after reviewing: August 18, 2025; Accepted for publication: September 29, 2025.

Введение

Физическое воспитание, как и обучение является основной частью в профессиональной подготовке сотрудников полиции.

Для того, чтобы правильно сформировать навыки и умения физической подготовленности у обучающихся образовательных организаций МВД России, необходимо изучить основные понятия и термины физической подготовки, и далее переходить к изучению практических занятий. Далее будут даны определения, которые являются основой дисциплины «Физическая подготовка» [1, 2].

Физическая подготовка – это элемент общества, направленный на укрепление, развитие и повышение физических способностей, уровня здоровья для использования их в повседневной жизнедеятельности.

Физическое воспитание – это педагогический процесс, который направлен на обучение двигательным действиям, формированию физических качеств для использования их в физических упражнениях, формированию теоретических и практических знаний физической направленности.

Физическое развитие – это совершенствование и изменение функциональных систем организма человека, с помощью которого происходят естественные морфологические изменения, улучшаются показатели физиологической и анатомической направленности [3, 4].

Физическое совершенство – это гармоническая физическая подготовленность человека, выражаясь в высокой степени физической одаренности проявляющаяся в способности комбинирования сохранения здоровья и улучшения высоких спортивных показателей.

Тренировка – это неоднократное выполнение одного или нескольких упражнений с целью достижения физического результата.

Тренированность – это способность организма приспосабливаться к определенным тренировочным нагрузкам, которая формируется при систематических и непрерывных занятиях спортом.

Физическая рекреация – это восстановление в виде применения физических упражнений, различных видов спорта для активной деятельности в качестве отдыха.

Двигательная реабилитация – это процесс восстановления или компенсации для восстановления двигательных способностей организма, которые были утрачены при получении травм.

Физические упражнения – это двигательные действия, которые применяются для формирования и развития физических качеств человека.

На современном этапе становления физической подготовки, повышаются требования к сотрудникам правоохранительных органов, тем самым доказывается значимость теоретической и практической составляющей профессиональной физической подготовленности к выполняемым служебным задачам.

Для этого необходимо на начальном этапе получения образования в высших учебных заведениях систематизировать и структурировать учебный процесс физической подготовки таким образом, чтобы на начальном этапе у обучающихся сначала формировалось понимание выполнения физических упражнений мысленно, и далее приобретало практическую значимость после освоения определенных терминов и понятий без которых невозможно представить процесс физической подготовки в целом.

Таким образом значимость физической подготовки как общей так и специальной, все больше отражает профессиональную значимость в деятельности сотрудников правоохранительных органов, тем самым объясняя повышение требований к профессиональной компетенции будущих сотрудников правоохранительных органов, а именно обучающихся.

Методика и исследование направлены на теоретическое доказывание знаний теоретических основ и научных определений и терминов как физической культуры (школьного периода), так и физической подготовки образовательных организаций МВД России.

Практические занятия невозможны без теоретического понимания и осознания курсантами и слушателями структуры занятий в целом, что означает важность понимания процесса физической подготовки и целостность структуры и системность проведения профессиональной физической подготовки.

Поэтому отмечается важность включения на начальном этапе обучения как можно больше лекционного материала и семинарских занятий с выполнением упражнений на определение теоретических знаний обучающихся по различным разделам профессиональной прикладной физической подготовке.

Материалы и методы исследований

В структуру физической культуры и физического воспитания входят несколько направлений, а именно разновидности физической деятельности, которые различаются по предмету и субъекту воздействия.

Для доказывания необходимости изучения теоретических основ физической подготовки, которые необходимы в применении практических занятий, был проведён опрос на базе Уфимского юридического института МВД России среди курсантов первого курса в количестве 50 человек в ходе которого выяснилась значимость теоретической составляющей физической подготовки.

Обучающиеся были поделены на две группы, в каждой находилось по 25 человек. Каждой группе предлагалось написать определения, которые упоминались выше, но второй дополнительно предлагалось написать термины которые по их мнению так же могут описывать физическую подготовку в образовательном учреждении.

Группа А написала из 9 определений – 5-6; Группа В написала из 9 определений – 4-5, и дополнительно предлагалось обучающимся по 3-4 дефиниции от каждого. Некоторые определения повторялись, с учётом повтора и отбора новых терминов всего было предложено 25 терминов, что показывает теоретическую подготовленность и знание терминов физического обучения и воспитания.

Авторами были выделены термины, которые написали обучающиеся в правильном понимании контекста содержания теории физической подготовки: спорт, двигательный навык, физические качества, физическая культура, физическая подготовленность [5, 6].

Результаты и обсуждения

Проведенный контрольный опрос показал, что многие обучающиеся представляют понимание термина «физическая подготовка» в различных направлениях, именно поэтому 25 терминов были

выделены как дополнительными к основным учебным, как видение курсантов на данное направление. Ниже будут приведены ключевые дефиниции, которые с нашей точки зрения уместно включить в лекционные и семинарские занятия для обсуждения, как элемент расширения кругозора в части касающейся физической направленности.

С определенной условностью можно выделить разделы, а именно разновидности физической культуры в зависимости от направления и сферы применения ее в обществе. Обучающиеся выделили следующие на их взгляд разновидности:

1. Школьная физическая подготовка (базовая). Авторами предлагается переименовать в «образовательную». Это часть физической культуры, которая образуется путем создания системы воспитания и обучения в дошкольном и школьном обществе. Базовая – так как именно в раннем возрасте закладываются важные двигательные навыки и умения (в литературных источниках называется «школа движений») и необходимых физических качеств. При этом базовая физическая культура одной системы образования, например, «школа», может быть фундаментом и основой для следующего звена – «высшее учебное заведение».

2. Профессионально-прикладная физическая подготовка – формирование двигательных навыков в соответствии с требованиями освоения профессиональных компетенций соответствующей профессии. То есть в зависимости от требований и применения физических качеств, усилий в соответствующей сфере жизнедеятельности, нужно владеть определенными практическими знаниями физической подготовки, а в некоторых случаях и спортивной тренированностью для приобретения навыков специалиста [7, 8, 9, 10].

3. Оздоровительная физическая культура. Авторами предлагается термин «оздоровительно-реабилитационная физическая культура». Данное направление включает в себя процесс применения комплекса физических упражнений, которые способствуют устранению травм и заболеваний, а именно лечение и восстановление утраченных двигательных способностей организма. К дополнению терминологии, обучаемых можно добавить формы данного вида. Лечебная физическая культура и адаптивная физическая культура. В данных формах описываются методы и средства наиболее эффективные в устраниении каких-либо травм или заболеваний, как правило это упражнения лечебной гимнастики, ходьбы, плавания и т.д.

Так же при постановке вопроса назовите термины и определения, касающиеся только самостоятельных занятий по физической подготовке, так же были приведены примеры определений и терминов, которые характеризуют самостоятельный процесс занятий с физическими упражнениями. При этом данные виды упражнений являются основой спортивной подготовленности и являются одними из главных компонентов в различных видах спорта. Одним из первых был назван – оздоровительный бег.

Оздоровительный бег – это одна из форм занятий физической культуры, которая направлена на функциональное расширение возможностей двигательных навыков опорно-двигательного аппарата путем проведения беговых упражнений с оздоровительным эффектом, направленный на профилактику заболеваний и совершенствование техники выполнения беговых движений.

Атлетическая гимнастика – процесс направленный на развитие и совершенствование силы, ловкости и выносливости. Основой являются силовые упражнения, которые воздействуют на все группы мышц, при этом включаются упражнения с отягощениями такие как, гантели, штанга, гири и т.д. Данные самостоятельные занятия развивают силовую выносливость, тем самым способствуют появлению и развитию абсолютной силы.

Спортивные игры – разностороннее развитие функционального состояния организма в целом, для совершенствования физической подготовки в координационных возможностях. Упражнения спортивных игр позволяют задействовать огромное количество групп мышц, и одновременно стимулируют организм на выработку всех физических качеств одновременно.

Выводы

Таким образом, обобщая высказывание для образовательных организаций МВД России к основным понятиям занятий по физической подготовке относятся: «физическая подготовка», «физическое воспитание», «физическое развитие», «физическое совершенство», «тренировка», «тренированность», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «физические упражнения». Данные термины позволяют расширить кругозор физической направленности с теоретической составляющей, перед тем как обучающиеся приступят к практическим занятиям по физической под-

готовке.

Поэтому, большое значение в учебной программе обучающихся занимает теоретический раздел, так как основная цель и задачи данного направление – это освоение теоретических знаний по применение средств и методов физической подготовке, а также в приобретении навыков понимания технических аспектов выполнения физических упражнений, для развития, формирования и совершенствования физических качеств.

При достижении поставленных целей и задач, обучающиеся осознают и понимают социальную роль и значение физической подготовки в профессиональной деятельности сотрудников ОВД; овладевают системой знаний и умений по научным основам физического воспитания и здорового образа жизни; формируют мотивационную составляющую по физическому самосовершенствованию и самовоспитанию путем занятий по физической культуре и спорту; развиваются индивидуальные качества и свойства для самоопределения в спортивной деятельности; самооценивают уровень физической подготовленности, которая определяет реальную физическую готовность для выполнения задач сотрудников правоохранительных органов.

Таким образом, теоретическая подготовленность физической подготовки формирует теоретические знания определенных терминов и понятий, которые могут способствовать успешному выполнению служебных обязанностей, умелому применению физической силы, а именно общей и специальной физической подготовки, в том числе боевых приемов борьбы, а также обеспечивают высокую работоспособность в процессе профессиональной служебной деятельности.

На начальном этапе обучения важно применять комбинацию теоретического и практического курса по физической подготовке отдельно как общего раздела, так и специального, тем самым появиться возможность определять знания теоретических и научных основ как по физическим упражнениям которые составляют общую физическую подготовку, так и по боевым приемам борьбы, с терминологией и дефинициями каждого элемента и техники выполнения каждого из них.

Так же возможно увеличение терминов и определений теоретического курса лекционного занятия.

Список источников

1. Бабин А.В., Ячменев С.П. Влияние физической подготовки образовательных организаций МВД России на мотивацию физической активности у обучающихся // Актуальные вопросы совершенствования тактико-специальной, огневой и профессионально-прикладной физической подготовки в современном контексте практического обучения сотрудников органов внутренних дел: Материалы международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 25-27 мая 2023 года. Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский университет МВД РФ, 2023. С. 16 – 19.
2. Бабин А.В., Ячменев С.П., Лукьянов А.Б. и др. Актуальные проблемы физического воспитания и спорта в России // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: материалы XVII Международной научно-практической конференции, Уфа, 25-26 мая 2023 года. Уфа: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Уфимский университет науки и технологий", 2023. С. 66 – 70.
3. Бабин А.В. Значение физической подготовки в формировании здорового образа жизни обучающихся образовательных организаций МВД России // Физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации: Сборник научных статей Всероссийского конкурса, Волгоград, 01 февраля – 01 2023 года / Редкол.: Р.В. Камнев, О.С. Панова, Д.Г. Овчинин и др. Том Вып. 5. Волгоград: Волгоградская академия Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2023. С. 23 – 27.
4. Бабин А.В., Иванченко Е.С., Овчинин Д.Г. Физическая активность как количественный показатель общей физической подготовки сотрудников полиции и курсантов // Евразийский юридический журнал. 2022. № 8 (171). С. 372 – 373.
5. Бабин А.В., Мингулов И.Р. Особенности формирования силовых способностей у сотрудников ОВД РФ в процессе их физической подготовки // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов: сборник научных статей, Орёл, 23 июня 2022 года. Орел: Орловский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.В. Лукьянова, 2022. С. 30 – 33.
6. Бабин А.В., Лукьянов А.Б. Актуальные проблемы физической подготовки и спорта сотрудников органов внутренних дел и пути их решения // Евразийский юридический журнал. 2021. № 9 (160). С. 473 – 475.
7. Габдрашитова К.И., Габдрашитова К.И., Якушев Э.В., Иващенко Н.Ю. Основы физической подготовки в образовательных организациях МВД России // Евразийский юридический журнал. 2023. № 7 (182). С. 446 – 448.
8. Габдрашитова К.И. Спортивный досуг как элемент самостоятельной подготовки, влияющий на повышение уровня физических способностей обучающихся образовательных организаций МВД России // Физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации: Сборник научных статей Всероссийского конкурса, Волгоград, 01 июля – 30 2022 года / Редкол.: Р.В. Камнев, О.С. Панова, Д.Г. Овчинин и др. Том Вып. 4. Волгоград: Волгоградская академия Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2022. С. 137 – 141.
9. Габдрашитова К.И. Психологическая адаптация курсантов к образовательному процессу и служебной деятельности в образовательных организациях МВД России // Педагогика и психология в деятельности сотрудников правоохранительных органов: интеграция теории и практики: Материалы международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 28 октября 2022 года. Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2022. С. 355 – 360.
10. Лукьянов А.Б., Лукьянов Б.Г., Степанов В.С. и др. Анализ организации учебно-тренировочного процесса занятий по физической культуре в вузе // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: материалы XVI Международной научно-практической конференции, посвященной 90-летию ФГБОУ ВО «УГАТУ», Уфа, 26-27 мая 2022 года. Уфа: Уфимский государственный авиационный технический университет, 2022. С. 137 – 141.

References

1. Babin A.V., Yachmenev S.P. The influence of physical training of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia on the motivation for physical activity among students. Current issues of improving tactical-special, fire and professional-applied physical training in the modern context of practical training of employees of internal affairs bodies: Proceedings of the international scientific and practical conference, St. Petersburg, May 25-27, 2023. St. Petersburg: St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, 2023. P. 16 – 19.
2. Babin A.V., Yachmenev S.P., Lukyanov A.B. et al. Current issues of physical education and sports in Russia. Current issues of physical culture, sports and tourism: materials of the XVII International scientific and practical conference, Ufa, May 25-26, 2023. Ufa: Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Ufa University of Science and Technology", 2023. P. 66 – 70.
3. Babin A.V. The Importance of Physical Fitness in Forming a Healthy Lifestyle of Students of Educational Organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia. Physical Fitness of Employees of the Internal Affairs Bodies of the Russian Federation: Collection of Scientific Articles of the All-Russian Competition, Volgograd, February 01 – 01, 2023. Ed. Board: R.V. Kamnev, O.S. Panova, D.G. Ovechkin, et al. Volume Issue 5. Volgograd: Volgograd Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, 2023. P. 23 – 27.
4. Babin A.V., Ivanchenko E.S., Ovechkin D.G. Physical Activity as a Quantitative Indicator of General Physical Fitness of Police Officers and Cadets. Eurasian Law Journal. 2022. No. 8 (171). P. 372 – 373.
5. Babin A.V., Mingulov I.R. Features of the formation of strength abilities of the employees of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation in the process of their physical training. Improving the physical fitness of law enforcement officers: a collection of scientific articles, Orel, June 23, 2022. Orel: Oryol Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation named after V.V. Lukyanov, 2022. P. 30 – 33.
6. Babin A.V., Lukyanov A.B. Actual problems of physical training and sports of employees of internal affairs bodies and ways to solve them. Eurasian Law Journal. 2021. No. 9 (160). P. 473 – 475.
7. Gabdrashitova K.I., Gabdrashitova K.I., Yakushev E.V., Ivaschenko N.Yu. Fundamentals of physical training in educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia. Eurasian Law Journal. 2023. No. 7 (182). P. 446 – 448.
8. Gabdrashitova K.I. Sports leisure as an element of independent training, influencing the increase in the level of physical abilities of students of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia. Physical training of employees of the internal affairs bodies of the Russian Federation: Collection of scientific articles of the All-Russian competition, Volgograd, July 01 – 30, 2022. Ed. board: R.V. Kamnev, O.S. Panova, D.G. Ovechkin et al. Volume Issue 4. Volgograd: Volgograd Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, 2022. P. 137 – 141.
9. Gabdrashitova K.I. Psychological adaptation of cadets to the educational process and service activities in educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia. Pedagogy and psychology in the activities of law enforcement officers: integration of theory and practice: Proceedings of the international scientific and practical conference, St. Petersburg, October 28, 2022. St. Petersburg: St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, 2022. P. 355 – 360.
10. Lukyanov A.B., Lukyanov B.G., Stepanov V.S. et al. Analysis of the organization of the educational and training process of physical education classes at the university. Actual problems of physical education, sports and tourism: materials of the XVI International scientific and practical conference dedicated to the 90th anniversary of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Ufa State Aviation Technical University", Ufa, May 26-27, 2022. Ufa: Ufa State Aviation Technical University, 2022. P. 137 – 141.

Информация об авторах

Султанов А.Д., Уфимский университет науки и технологий

Ахмадуллина Э.Т., Башкирский государственный аграрный университет

Бондарь А.Я., Восточно-Сибирский институт МВД России

Фатыхов А.Р., Уфимский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации

© Султанов А.Д., Ахмадуллина Э.Т., Бондарь А.Я., Фатыхов А.Р., 2025