Дата поступления рукописи в редакцию: 15.04.2026 г.
Дата принятия рукописи в печать: 27.05.2026 г.

DOI: 10.24412/2782-3849-2026-5-348-354

КАЗНАЧЕЕВ Валерий Александрович,

кандидат психологических наук, доцент кафедры физической, огневой и тактико-специальной подготовки Самарского юридического института ФСИН России,

e-mail: mail@law-books.ru

ПОСТНОВ Юрий Михайлович,

кандидат педагогических наук доцент кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова», г. Ульяновск,

e-mail: mail@law-books.ru

ЛЯПИН Виктор Михайлович,

кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры социально – гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, Северо-Кавказский филиал Российского государственного университета правосудия им. В.М. Лебедева,

e-mail: mail@law-books.ru

СОКОЛОВ Павел Сергеевич,

старший преподаватель кафедры огневой и физической подготовки ФКОУ ВО Пермского института ФСИН России,

e-mail: mail@law-books.ru

СМУСЕНОК Алла Владимировна,

преподаватель кафедры физической подготовки факультета психологии и пробации ФКОУ ВО Вологодского института права и экономики ФСИН России,

e-mail: mail@law-books.ru

ФОМИЧЕВ Александр Александрович,

старший преподаватель кафедры физической, огневой и тактико-специальной подготовки Псковского филиала Университета ФСИН России,

e-mail: mail@law-books.ru

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СИСТЕМЕ ВЕДОМСТВЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ ФСИН РОССИИ

Аннотация. *Статья посвящена анализу системы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) курсантов образовательных организаций ФСИН России. Рассматриваются структура, содержание и особенности ППФП как ключевого элемента профессионального становления сотрудников уголовно-исполнительной системы.*

Профессионально-прикладная физическая подготовка занимает ключевое место в системе ведомственного образования Федеральной службы исполнения наказаний (ФСИН) России. Она направлена на формирование у сотрудников необходимых физических качеств и навыков, обеспечивающих эффективное выполнение служебных обязанностей в условиях повышенных требований безопасности и стрессовых ситуаций. Особенности службы в ФСИН требуют от специалистов высокого уровня физической выносливости, силы, быстроты реакции и устойчивости к экстремальным условиям.

Внедрение современных методик профессионально-прикладной физической подготовки

позволяет не только повысить общий уровень боеготовности сотрудников, но и способствует укреплению дисциплины, сплоченности коллектива и профилактике травматизма. В статье рассматриваются основные направления развития этого вида подготовки в ведомственном образовании ФСИН, особенности организационно-методического сопровождения учебного процесса, а также перспективы совершенствования физкультурно-спортивной деятельности с учетом специфики служебной деятельности.

Ключевые слова: *Профессионально-прикладная физическая подготовка, ФСИН России, ведомственное образование, курсанты, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, боевые приемы борьбы, физические качества.*

KAZNACHEEV Valery Aleksandrovich,

Candidate of Psychological Sciences Associate Professor, Department of Physical, Fire, and Tactical-Special Training Samara Law Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia

POSTNOV Yuri Mikhailovich,

Candidate of Pedagogical Sciences Associate Professor, Department of Theory and Methodology of Physical Education and Life Safety Ulyanovsk State Pedagogical University named after I.N. Ulyanov, Ulyanovsk

LYAPIN Viktor Mikhailovich,

Candidate of Pedagogical Sciences, Senior Lecturer, Department of Social, Humanities, and Natural Sciences, North Caucasus Branch of the Russian State University of Justice named after V.M. Lebedev

SOKOLOV Pavel Sergeevich,

Senior Lecturer, Department of Firearms and Physical Training, Perm Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia

SMUSENOK Alla Vladimirovna,

Lecturer, Department of Physical Training, Faculty of Psychology and Probation, Vologda Institute of Law and Economics, Federal Penitentiary Service of Russia

FOMICHEV Alexander Alexandrovich,

Senior Lecturer, Department of Physical, Fire, and Tactical-Special Training, Pskov Branch of the University of the Federal Penitentiary Service of Russia

PROFESSIONAL APPLIED PHYSICAL TRAINING IN THE DEPARTMENTAL EDUCATION SYSTEM OF THE FEDERAL PENITENTIARY SERVICE OF RUSSIA

Annotation. *This article analyzes the system of professional applied physical training (PAPT) for cadets at educational institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia. It examines the structure, content, and characteristics of PAPT as a key element in the professional development of penal system employees.*

Practical applied physical training occupies a key place in the departmental education system of the Federal Penitentiary Service (FSIN) of Russia. It is aimed at developing the necessary physical qualities and skills in employees to ensure the effective performance of their official duties under increased safety requirements and stressful situations. The specific nature of service in the FSIN requires specialists to possess a high level of physical endurance, strength, reaction time, and resilience to extreme conditions.

The implementation of modern methods of professional applied physical training not only improves the overall level of combat readiness of employees but also promotes discipline, team cohesion, and injury prevention. This article examines the main development trends of this type of training in the Federal Penitentiary Service's departmental education system, the specifics of organizational and methodological support for the educational process, and prospects for improving physical education and sports activities, taking into account the specifics of service activities.

Key words: *Professional and applied physical training, Federal Penitentiary Service of Russia, departmental education, cadets, general physical training, specialized physical training, combat techniques, physical qualities.*

Профессионально-прикладная физическая подготовка в системе ведомственного образования ФСИН России представляет собой ключевой элемент, направленный на формирование у сотрудников компетенций, необходимых для эффективного исполнения служебных обязанностей в различных условиях профессиональной деятельности. Введение такого направления подчеркивает важность физической готовности как неотъемлемой составляющей профессионального мастерства в сфере исполнения наказаний и обеспечения безопасности.

Специфика профессиональной деятельности как фактор, определяющий содержание ППФП

Профессиональная деятельность сотрудника УИС характеризуется рядом особенностей, которые предъявляют специфические требования к его физической подготовленности. К числу таких особенностей относятся:

Экстремальность условий службы. Сотрудник может оказаться в ситуации, требующей мгновенного принятия решения и применения физической силы для пресечения противоправных действий, задержания правонарушителя или пресечения побега .

Дефицит времени и внезапность возникновения угроз. Действия часто осуществляются в условиях ограниченного пространства (камерные помещения, коридоры, лестничные пролеты), что требует специальных двигательных навыков и тактического мышления .

Необходимость применения специальных средств и оружия. Физическая подготовка должна обеспечивать возможность эффективного использования табельного снаряжения в различных ситуациях.

Высокий уровень психоэмоционального напряжения. Служба в УИС связана с постоянным стрессом, что требует развития не только физических, но и морально-волевых качеств .

Развитие профессионально значимых физических качеств

Современные исследования показывают, что наиболее значимыми для сотрудников УИС физическими качествами являются силовая выносливость и координационные способности.

На начальном этапе обучения курсанты сталкиваются с рядом проблем: разнородный уровень физической готовности, необходимость адаптации к новым условиям, высокие объемы общеобразовательных дисциплин. Для решения этих проблем предлагаются современные методики развития силовой выносливости, включающие:

круговую тренировку с акцентом на базовые упражнения с отягощением собственным телом и минимальным инвентарем;

интервальные силовые комплексы (максимальное количество повторений за установленное время; выполнение упражнения в начале каждой минуты);

элементы гиревого спорта;

методики волевого развития (исчерпывающие повторения, статико-динамический режим).

Важно отметить, что эффективность ППФП достигается не механическим набором физических кондиций, а формированием целостной системы профессионально-прикладных компетенций, включающих психологическую готовность к действиям в экстремальных ситуациях.

Организация занятий по физической подготовке в ведомственных вузах осуществляется в соответствии с приказом ФСИН России от 13.06.2023 №382 «Об утверждении порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в уголовно - исполнительной системе Российской федерации». Учебные программы разрабатываются на основе федеральных государственных образовательных стандартов и ведомственных требований, предъявляемых к уровню физической подготовленности выпускников.

Методические основы физической подготовки базируются на комплексном подходе, интегрирующем физиологические, психологические и педагогические аспекты. Ведомственные методические пособия содержат рекомендации по рациональному составлению тренировочных программ, планированию учебно-тренировочных циклов, а также методам контроля и оценки физического состояния, что позволяет поддерживать высокий уровень функциональной готовности персонала. Значительное внимание уделяется развитию общих и специальных физических качеств: выносливости, силы, быстроты, ловкости и координации, что обеспечивает оптимальную адаптацию сотрудников к условиям службы.

Современные вызовы, с которыми сталкиваются сотрудники Федеральной службы исполнения наказаний, требуют не только владения теоретическими знаниями и навыками

правоприменительной деятельности, но и высокой физической выносливости, развития силы, ловкости, быстроты реакции и способности адекватно действовать в стрессовых ситуациях. Профессионально-прикладная физическая подготовка обеспечивает комплексное развитие этих качеств, что способствует повышению уровня готовности личного состава к выполнению служебных задач различной сложности.

В системе ведомственного образования ФСИН России данная подготовка интегрирована в образовательные программы как обязательный компонент, направленный на поддержание и совершенствование физической формы сотрудника на всех этапах его профессиональной деятельности. Это позволяет обеспечить системный подход к развитию физических и прикладных навыков, непосредственно связанных с особенностями работы в пенитенциарных учреждениях, спецподразделениях и других службах ФСИН.

Особое внимание в рамках профессионально-прикладной физической подготовки уделяется отработке практических умений и навыков, которые имеют прикладное значение для службы: ведение рукопашного боя, владение приемами самообороны, применение специальных средств и техники, а также повышение уровня общей физической подготовленности. Такой подход способствует формированию уверенности сотрудников в своих силах и готовности к быстрому и эффективному реагированию на внештатные ситуации.

Тренировочные методики и программы составляются с учетом физиологических особенностей, требований службы, а также с опорой на научные данные в области спортивной медицины и физической культуры. Индивидуализация нагрузки и периодизация тренировочного процесса позволяют оптимизировать физическую подготовку, минимизировать риски травматизма и способствовать длительной сохранности профессиональной работоспособности. Важным аспектом является также психологическая подготовка, включающая развитие стрессоустойчивости и умения сохранять самообладание в экстремальных условиях.

Программы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) в учебных заведениях Федеральной службы исполнения наказаний (ФСИН) России представляют собой комплекс образовательных и тренировочных мероприятий, направленных на формирование и развитие физических качеств, необходимых для успешного выполнения служебных обязанностей сотрудниками ведомства. Структура и содержание этих программ тщательно продуманы с учётом спецификации профессиональной деятельности сотрудников ФСИН, обеспечивая не только повышение физической выносливости, силы и ловкости, но и выработку устойчивых навыков психологической готовности к экстремальным ситуациям.

В основе построения программ ППФП лежит системный подход, включающий теоретическую подготовку, практические занятия и контрольные проверки, что позволяет комплексно оценить уровень физической готовности и внести коррективы в образовательный процесс. Программы организованы по модулям, каждый из которых ориентирован на определённые аспекты физической и профессиональной подготовки.

В частности, выделяются следующие ключевые блоки: базовая физическая подготовка, специальная подготовка, связанная с профессиональными задачами, а также психологическая тренировка.

Базовая физическая подготовка направлена на развитие общих физических качеств, таких как сила, выносливость, скорость, гибкость и координация. Данный компонент включает разнообразные упражнения и спортивные дисциплины, способствующие укреплению здоровья и формированию базовой физической формы. В учебных заведениях ФСИН применяются общепринятые методики и стандарты, адаптированные под специфику службы. К примеру, особое внимание уделяется развитию мышечной силы и выносливости, что необходимо для выполнения нагрузок при конвоировании, задержании и физической фиксации нарушителей правопорядка.

Специальная профессионально-прикладная подготовка ориентирована на приобретение и совершенствование физических и технических навыков, непосредственно связанных с выполнением служебных задач. В этот блок включаются занятия по рукопашному бою, огневой подготовке, тактической физической подготовке, использованию средств индивидуальной защиты и спецсредств. Особенностью данной части программы является её направленность на формирование умения быстро и эффективно применять физическую силу и технические навыки в условиях ограниченного времени и стрессовых ситуаций. Практические занятия проводятся с использованием имитации реальных сценариев, что способствует развитию профессионального мастерства и психологической устойчивости.

Психологическая подготовка в рамках ППФП фокусируется на формировании эмоциональной устойчивости, способности

контролировать свои реакции и поддерживать высокий уровень мотивации в экстремальных условиях. Занятия включают методики релаксации, дыхательные упражнения, тренинги по стрессоустойчивости и элементы командообразования. Важной задачей является подготовка сотрудников к быстрому принятию решений и адекватному реагированию при возникновении конфликтных ситуаций, что напрямую связано с эффективностью выполнения физических действий.

Контроль и оценка эффективности программ профессионально-прикладной физической подготовки реализуются посредством регулярных тестирований и нормативов, соответствующих стандартам ФСИН. Испытания включают проверку выносливости, силы, ловкости, а также практические навыки владения рукопашным боем и другими специальными дисциплинами. На основе полученных данных формируются индивидуальные планы развития, позволяющие своевременно выявлять слабые места и корректировать программу подготовки. Такая система обеспечивает высокий уровень профессиональной готовности персонала, повышая безопасность и эффективность службы.

Особое внимание в структуре программ ППФП уделяется комплексному подходу, который учитывает не только физические и технические аспекты, но и социально-психологические особенности обучающихся. В рамках учебных заведений ФСИН создаются условия для постоянного совершенствования физической культуры, внедряются инновационные методы тренировок и мониторинга физического состояния. Это позволяет формировать у сотрудников стойкие навыки, необходимые для успешного выполнения служебных задач и обеспечения правопорядка в учреждениях исправительной системы.

В итоге, структуры и содержание программ профессионально-прикладной физической подготовки в ведомственных учебных заведениях ФСИН России обеспечивают всестороннюю подготовку сотрудников, способных эффективно действовать в реальных условиях службы. Такие программы представляют собой интеграцию теоретических знаний, практических умений и психологической устойчивости, что является ключевым элементом системы ведомственного образования и развития кадров ФСИН.

Оценка эффективности физической подготовки сотрудников Федеральной службы исполнения наказаний (ФСИН) России является важнейшим элементом системы ведомственного образования, направленной на поддержание высокого уровня профессиональной готовности и здоровье личного состава. Для достижения данной цели применяются комплексные методы и средства, позволяющие объективно оценить физическую форму, выносливость, силу, координацию и другие важные параметры, необходимые для успешного выполнения служебных обязанностей.

В основе оценки эффективности физической подготовки лежат как традиционные, так и инновационные методы, которые интегрируются с учетом специфики работы сотрудников ФСИН. К традиционным методам относятся стандартизированные контрольные испытания, разработки которых учитывают нормативы физической подготовки, утвержденные Министерством обороны и адаптированные для ведомственных нужд. Наиболее широко применяются тесты на бег на различные дистанции (например, 1000 м и 3000 м), подтягивания на перекладине, упражнения на пресс, челночный бег 3х10 м, а также упражнения, направленные на развитие силы и гибкости.

Современный подход к оценке включает использование функциональной диагностики, которая позволяет более точно определить состояние сердечно-сосудистой системы, уровень общей выносливости и восстановительные возможности организма. Например, проводится тестирование с измерением пульсовой реакции на физическую нагрузку, уровня максимального потребления кислорода (VO2 max), а также мониторинг биохимических показателей крови, что свидетельствует о степени адаптации сотрудника к нагрузкам и его восстановительном потенциале. Эти данные позволяют индивидуализировать программы тренировок, повысить их эффективность и избежать перенапряжения, что особенно важно в условиях высокой ответственности и стресса.

Анализ научной литературы и практики физической подготовки в ведомственных вузах позволяет выделить ряд проблем:

Недостаточная специфичность традиционных методик. Классические спортивно-ориентированные модели обучения не в полной мере учитывают архитектурные особенности исправительных учреждений (ограниченное пространство) и эргономику служебной экипировки.

Разнородный уровень исходной физической подготовленности курсантов, что требует индивидуального подхода в организации занятий.

Дефицит учебного времени на фоне увеличения объема теоретических дисциплин.

Недостаточная интеграция физической подготовки с другими дисциплинами профессионального цикла (тактико-специальной, огневой подготовкой).

Совершенствование системы ППФП в образовательных организациях ФСИН России должно идти по следующим направлениям:

Переход от спортивно-ориентированных моделей к профессионально-прикладным алгоритмам обучения, учитывающим реальные условия служебной деятельности .

Внедрение ситуационно-задачного подхода, предполагающего отработку боевых приемов борьбы и тактических действий в условиях, максимально приближенных к оперативно-служебной деятельности.

Интенсификация учебного процесса за счет использования современных фитнес-технологий и интервальных методов тренировки, позволяющих развивать профессионально значимые качества в сжатые сроки .

Повышение роли психологической подготовки в структуре ППФП, формирование у курсантов готовности к правомерному и эффективному применению физической силы в экстремальных ситуациях .

Совершенствование системы контроля уровня физической подготовленности с использованием современных методов педагогической диагностики.

Профессионально-прикладная физическая подготовка является неотъемлемым компонентом системы ведомственного образования ФСИН России, обеспечивающим формирование физической готовности будущих сотрудников к выполнению оперативно-служебных задач. Эффективность ППФП достигается сочетанием общей и специальной физической подготовки, применением современных методик развития профессионально значимых физических качеств и учетом специфики будущей профессиональной деятельности.

Дальнейшее развитие системы ППФП в образовательных организациях ФСИН России должно быть направлено на преодоление существующих проблем и внедрение инновационных подходов, ориентированных на формирование у курсантов не только двигательных навыков, но и психологической готовности к действиям в экстремальных условиях пенитенциарной среды. Решение этих задач позволит повысить качество профессиональной подготовки выпускников и, как следствие, эффективность функционирования уголовно-исполнительной системы в целом.

В целом, модернизация профессионально-прикладной физической подготовки в системе ФСИН России направлена на создание устойчивой основы для формирования не только физической выносливости и силы, но и профессиональной компетентности, способности применять физические навыки в сложных служебных ситуациях. Это отражает стратегическую задачу ведомства по обеспечению высокого уровня безопасности и эффективности исполнения возложенных функций, а также адаптации к новым вызовам и угрозам в сфере исполнения наказаний и обеспечения порядка. Таким образом, развитие профессионально-прикладной физической подготовки становится одним из приоритетных направлений совершенствования кадрового потенциала ФСИН России, способствуя повышению качества профессиональной деятельности и укреплению авторитета ведомства в системе национальной безопасности.

Список литературы:

[1] Казначеев В.А., Будаков А.Н., Волков А.Н., Кузнецов С.В. Общефизическая подготовка обучающихся ведомственных вузов: учебное пособие. — Самара: Самарский юридический институт ФСИН России, 2023. — 49 с.

[2] Современные методики развития силовой выносливости у курсантов института ФСИН на начальном этапе обучения // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. — 2026. — № 1. — С. 80–86.

[3] Казначеев В.А., Будаков А.Н., Волков А.Н., Кузнецов С.В. Специальная физическая подготовка обучающихся ведомственных вузов: учебное пособие. — Самара: Самарский юридический институт ФСИН России, 2023. — 68 с.

[4] Муравьев, А. В. Общая физическая подготовка как составляющая профессионально-прикладной физической подготовки курсантов образовательных организаций ФСИН России / А. В. Муравьев, Т. К. Одинцова // Пенитенциарное право: юридическая теория и правоприменительная практика. – 2020. – № 2(24). – С. 29-32. – EDN RZNIOC.

[5] Степанов, А. В. Цели и задачи профессионально-прикладной физической подготовки курсантов в образовательных учреждениях ФСИН России / А. В. Степанов, Е. С. Кочунова // Вестник науки. – 2021. – Т. 1, № 8(41). – С. 9-14. – EDN WUDAWU.

[6] Донсков, Д. А. Профессионально-прикладная направленность организации физической подготовки курсантов и слушателей в образовательных организациях ФСИН России / Д. А. Донсков // Успехи гуманитарных наук. – 2023. – № 9. – С. 196-201. – EDN QASFLG.

References:

[1] Kaznacheev V.A., Budakov A.N., Volkov A.N., Kuznetsov S.V. General physical training of students of departmental universities: a textbook.

- Samara: Samara Law Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia, 2023. - 49 s.

[2] Modern methods for the development of strength endurance among cadets of the FSIN Institute at the initial stage of training//Scientific notes of the University named after P.F. Lesgaft. — 2026. — № 1. - S. 80-86.

[3] Kaznacheev V.A., Budakov A.N., Volkov A.N., Kuznetsov S.V. Special physical training of students of departmental universities: a textbook. - Samara: Samara Law Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia, 2023. - 68 s.

[4] Muravyov, A. V. General physical training as a component of vocational and applied physical training of cadets of educational organizations of the Federal Penitentiary Service of Russia/A. V. Muravyov, T. K. Odintsova//Penitentiary law: legal theory and law enforcement practice. – 2020. – № 2(24). - S. 29-32. – EDN RZNIOC.

[5] Stepanov, A. V. Goals and objectives of professional-applied physical training of cadets in educational institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia/A. V. Stepanov, E. S. Kochunova// Bulletin of Science. – 2021. - T. 1, NO. 8 (41). - S. 9-14. – EDN WUDAWU.

[6] Donskov, D. A. Professional and applied orientation of the organization of physical training of cadets and students in educational organizations of the Federal Penitentiary Service of Russia/D. A. Donskov//Successes of the humanities. – 2023. – № 9. - S. 196-201. – EDN QASFLG.

