

© М.В. Климентов

DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2021.4.12>

УДК 37.01

**МОДЕЛЬ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ МЛАДШИХ КУРСОВ
ВОЕННОГО ВУЗА К РАБОТЕ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ
ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПО ПРИЗЫВУ**

М.В. Климентов

Климентов Максим Владимирович,старший преподаватель кафедры физической подготовки,
Новосибирское высшее военное командное
училище (НВВКУ), Новосибирск, Россия.

SPIN-код: 3092-8220

E- mail: klimentoffmaks@yandex.ru

Аннотация. Разработанная и представленная в статье педагогическая модель подготовки курсантов младших курсов военного вуза к работе по физическому воспитанию военнослужащих по призыву. Модель состоит из содержательно-методического, процессуально-деятельностного и контрольно-оценочного компонентов, которые имеют ориентацию на улучшение физической подготовленности, работоспособности, функционального состояния организма и повышение эффективности учебной деятельности курсантов военного вуза. Представленная модель имеет своё теоретическое описание: обоснованы педагогические условия, необходимые для практической реализации данной модели; показана необходимость создания предпосылок для проявления активности курсантов в процессе физического воспитания; обоснован принцип соблюдения постепенности в повышении физической активности курсантов младших курсов. Также обоснована необходимость учета индивидуального уровня физической подготовленности курсантов, что требует подбор объективных критериев оценки их умственной и физической работоспособности. Показано, что выносливость, физическая и умственная работоспособность курсантов с использованием разработанной модели физической подготовки значительно улучшились. Полученные результаты экспериментальной проверки разработанной педагогической модели свидетельствуют о высокой её эффективности, а также о готовности молодых курсантов к работе по физическому воспитанию военнослужащих по призыву.

Ключевые слова: модель, моделирование, модуль, индивидуальный образовательный маршрут.

UDC 37.01

MODEL OF TRAINING CADETS OF A MILITARY UNIVERSITY FOR WORK ON THE PHYSICAL EDUCATION OF MILITARY SERVICEMEN ON CONSCRIPTION

M.W. Klimentov

Maxim V. Klimentov,

Senior Lecturer of the Department of Physical Training, Novosibirsk Higher Military Command School (NVVKU), Novosibirsk, Russian Federation.
E- mail: klimentoffmaks@yandex.ru

Abstract. *The pedagogical model of the readiness of junior-year cadets of the military university to work on physical education of military personnel, developed and presented in the article, is aimed at developing the physical qualities of students. The model consists of content-methodological, procedural-activity and control-evaluative components, which are focused on improving physical fitness, working capacity, functional state of the body and increasing the effectiveness of educational activities of cadets of a military higher educational institution. The presented model has its own theoretical description: the pedagogical conditions necessary for the practical implementation of this model are substantiated; the need to create prerequisites for the manifestation of cadets' activity in the process of physical education is shown; the principle of observance of gradualness in increasing physical activity of junior cadets has been substantiated. The necessity of taking into account the individual level of physical fitness of cadets is also substantiated, which requires the selection of objective criteria for assessing their mental and physical performance. It is shown that endurance, physical and mental working capacity of cadets with the use of the developed model of physical training significantly improved. The obtained results of the experimental verification of the developed pedagogical model testify to its high efficiency, as well as the readiness of young cadets to work on the physical education of military personnel.*

Keywords: *model, modeling, module, individual educational route.*

Обоснование проблемы исследования. Подготовка курсантов военно-учебных заведений к профессиональной деятельности является сложным и трудоемким процессом, требующим от них в период обучения огромных затрат физической, психической и умственной энергии. Учебные программы подготовки военных специалистов сильно отличаются, в зависимости от специальности, ее специфики и особенностей военно-профессиональной деятельности. Успешное освоение программы по избранной специальности, состоящей из предметов теоретического и практического разделов, позволяет курсантам овладеть необходимыми профессиональными навыками и умениями в соответствии с требованиями, предъявляемыми к будущей военной профессии. Это даст возможность военным специалистам решать важные задачи, которые будут стоять перед ними в будущей военно-профессиональной деятельности при обучении военнослужащих и их подготовке к выполнению учебно-боевых и других задач, в соответствии с их предназначением.

Физическая подготовка в Вооруженных силах Российской Федерации представляет собой специально организованный и управляемый процесс, органически включающий обучение и воспитание военнослужащих для формирования у них готовности к военно-профессиональной деятельности.

Анализ научной литературы по проблеме исследования показал, что она привлекает внимание многих отечественных ученых (В.А. Антипов, В.И. Бочкарев, А.С. Бузоев, А.В. Буриков, К.Я. Гадисов, А.А. Мартынов, Я.М. Герчак, Р.М. Калимулин, В.Ю. Колесников, Г.Т. Годжиев, И.Н. Воробьева, С.В. Гурьев, С.С. Жолоб, А.В. Зыков, В.С. Мещеряков, З.И. Петрина, А.В. Пуляк, А.В. Савельев, В.А. Щеголев, Д.Н. Абрамов, О.А. Савченко, М.А. Степкин, С.А. Фомин, А.Р. Шевченко, А.М. Фофанов, В.Н. Коваленко, П.А. Котов, Е.Н. Чокотов, Ю.В. Григорчак, С.К. Быструшкин, Р.И. Айзман, И.В. Шукшин, др.).

Тщательный анализ позиций, концепций, научных положений и подходов, используемых отечественными учеными в понимании процесса профессиональной подготовки курсантов военных вузов России, в частности, их физической подготовки, позволил выявить все аспекты, необходимые в обосновании настоящего исследования, в частности, разработки авторской модели подготовки курсантов младших курсов военного вуза к работе по физическому воспитанию военнослужащих пор призыву.

Процесс подготовки военных специалистов в вузах Минобороны РФ проводится в соответствии с принципами обучения и воспитания. К принципам обучения относятся следующие:

- принцип обучения военнослужащих тому, что потребуется в профессиональной деятельности мирного и военного времени;
- принцип сознательности, активности и самостоятельности;
- принцип наглядности;
- принцип систематичности, последовательности и комплексности;
- принцип обучения на высоком уровне трудностей.

В процессе обучения успех в решении задач, стоящих перед руководителями занятий, во многом зависит от результата коллективных и индивидуальных форм работы с обучающимися. Это предопределяется одним из диалектических принципов высшей школы – коллективизмом и индивидуальным подходом в обучении.

Реализация этого принципа проявляется в диалектическом противоречии: с одной стороны, организация познавательной деятельности обучающихся протекает в условиях совместных форм работы в составе подразделения и во многом обуславливается существующими в данном коллективе отношениями, с другой стороны, успех отличает тех офицеров, которые постоянно используют индивидуальный подход и знают слабые и сильные стороны своих подчиненных. Поэтому перед каждым руководителем стоит вопрос, как осуществить индивидуальный подход в условиях массового обучения?

Вопросы индивидуализации в процессе физической подготовки курсантов решаются с учетом общих закономерностей обучения и воспитания и регулируются по возможности через объем и интенсивность нагрузок, изменение содержания и приемов педагогического воздействия.

Как известно, обучение и воспитание – две стороны единого учебного процесса. Воспитание представляет собой сложный процесс планомерного воздействия руководителей на психологию воспитуемых с целью формирования у них морально-психологических и боевых качеств, стремления к постоянному самосовершенствованию.

Исходя из требований к вопросам воспитания военнослужащих, сформулированы основные руководящие положения (принципы воспитания), определяющие направленность, содержание, организацию и методику воспитательного процесса в войсках и военно-учебных заведениях. Применительно к процессу физической подготовки принципы воспитания реализуются решением целого ряда воспитательных задач.

К принципам воспитания относятся следующие:

- принцип целеустремленности;
- принцип связи воспитания с жизнью, практикой, требованиями боевой учебы;

- принцип воспитания военнослужащих в процессе воинской деятельности;
 - принцип воспитания в коллективе и через коллектив;
 - принцип индивидуального и дифференцированного подхода;
 - принцип опоры на положительное в воспитании воинов;
 - принцип сочетания требовательности к воспитуемым с уважением их личного достоинства;
- принцип единства, согласованности и преемственности.

Теоретико-методологические основы исследования. Настоящее исследование, касающегося разработки модели готовности курсантов младших курсов военного вуза к работе по физическому воспитанию военнослужащих носило чисто аналитический характер. Были подвергнуты тщательному анализу структура и содержание учебно-тренировочных занятий по разделам физической подготовки. Также в организации исследования опирались на наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации.¹ Результаты российских исследований, включая собственный научный и учебный опыт работы с курсантами военного вуза, способствовали разработке модели готовности курсантов младших курсов военного вуза к работе по физическому воспитанию военнослужащих.

Обсуждение результатов исследования. Физическая подготовка представляет собой процесс, направленный на развитие физических качеств, способностей (в том числе навыков и умений) человека с учетом вида его деятельности и социально-демографических характеристик. Физическая подготовка является основным элементом боевой готовности военнослужащих к выполнению учебно-боевых задач и одним из направлений повышения боеспособности Вооруженных Сил.

Цель физической подготовки в Вооруженных Силах – обеспечение необходимого уровня физической подготовленности военнослужащих для выполнения боевых и других задач в соответствии с их предназначением.

Задачами физической подготовки военнослужащих являются:

- развитие и совершенствование физических качеств (выносливости, силы, быстроты и ловкости) с учетом возрастных особенностей;
- формирование навыков в передвижении по пересеченной местности в пешем порядке и на лыжах, в преодолении естественных и искусственных препятствий, рукопашном бою, военно-прикладном плавании.

Физическая подготовка способствует:

- повышению устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов военно-профессиональной деятельности и окружающей среды;
- воспитанию психической устойчивости и морально-волевых качеств;
- формированию готовности военнослужащих к перенесению экстремальных физических и психических нагрузок в период подготовки и ведения боевых действий;
- повышению военно-специальной подготовленности военнослужащих;
- совершенствованию боевой слаженности воинских подразделений.

Содержание физической подготовки военнослужащих в Вооруженных Силах Российской Федерации составляют физические упражнения, специальные знания, организаторско-методические навыки и умения, а основным средством физической подготовки военнослужащих являются физические упражнения, которые выполняются с учетом возрастных особенностей, соблюдения требований безопасности и гигиенических правил. Организаторско-методическими навыками и умениями руководителя в организации физической подготовки является совокупность приемов и действий руководителя, позволяющие ему качественно и в соответствии с установленными требованиями организовать выполнение

¹ Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (в ред. Приказа Министра обороны Российской Федерации от 31. 07. 2013 № 560).

возложенных на него задач, методически правильно обучать и воспитывать подчиненных. В Наставлениях по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской, указывается: «Каждый военнослужащий обязан систематически заниматься физическими упражнениями, военно-прикладными видами спорта и соответствовать установленным требованиям по физической подготовленности, предъявляемыми к военнослужащим Вооруженных Сил». На начальном этапе обучения курсантов в военном вузе (младших курсах) при систематических занятиях физическими упражнениями и спортом воспитывается сила воли, выдержка и самообладание, способность к постоянной самооценке и самоконтролю, стремление к повышению уровня своих достижений»².

Формирование этих качеств личности особенно важны в экстремальных ситуациях, когда от воинов требуется скорость мышления и интеллектуальная выносливость, умение проявлять твердый характер в нахождении правильного решения. Следовательно, процесс реализации воспитательных целей на занятиях по физической подготовке обучающихся в военном вузе, приобретает особую актуальность, протекает в единстве духовно-нравственного и физического развития, совершенствования профессиональных качеств.

На рис. 1 представлена «Модель готовности курсантов младших курсов военного вуза к работе по физическому воспитанию военнослужащих», разработанная с учетом специфики и особенностей их будущей профессиональной деятельности. Разработанная модель представляет определенный объект изучения, где раскрываются все его составные компоненты и обозначаются их связи и взаимосвязи.

Модель – это схематическое изображение построения физической подготовки курсантов военного вуза, в котором отражены основные его компоненты и взаимосвязи между ними. Модель представлена в виде схемы, где отражены ее взаимосвязанные компоненты:

Содержательно-методический компонент включает цели, задачи, основные принципы физического воспитания курсантов военного вуза. Цель подкрепляется объективными потребностями общества в подготовке высокопрофессиональных военных специалистов, готовых к эффективной военно-профессиональной деятельности, к работе по физическому воспитанию военнослужащих. Рассматривая особенности физического воспитания курсантов младших курсов военного вуза, следует особо выделить профессионально-прикладную физическую подготовку ППФП, ориентированную на формирование определенных психофизических качеств личности. Важно в физическом воспитании руководствоваться базовыми принципами: сознательности и активности, индивидуализации, дифференциации, систематичности, последовательности, непрерывности и др.

Содержательно-методический компонент является основой модели и включает в себя дисциплину «Физическая подготовка» с учетом специфики и особенностей будущей профессиональной деятельности курсантов. Содержательно-методический компонент модели представляет структуру и направленность физического воспитания курсантов младших курсов военного вуза.

Структура дисциплины «Физическая подготовка» состоит из разделов физической подготовки, включающих следующие виды спорта и разновидности физкультурно-спортивной деятельности: гимнастика и атлетическая подготовка, рукопашный бой, преодоление препятствий, ускоренное передвижение и легкая атлетика, лыжная подготовка, военно-прикладное плавание, спортивные и подвижные игры, а также раздел «Профессионально-прикладная физическая подготовка». Каждый раздел имеет свои средства, которые отражают содержание изложенных в них видов спорта и разновидностей физкультурно-спортивной деятельности, а также методы, с помощью которых они реализуются.

² Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (в ред. Приказа Министра обороны Российской Федерации от 31. 07. 2013 № 560).

Система подготовки курсантов младших курсов к работе по физическому воспитанию военнослужащих

Цель: формирование готовности курсантов младших курсов к работе по физическому воспитанию военнослужащих

- Задачи:** 1) Способствовать формированию физической культуры личности
 2) Формировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре
 3) Повысить показатели физической подготовленности курсантов
 4) Повысить показатели психофизической готовности к будущей военно-профессиональной деятельности

Теоретические основы ФГК к ВПД

Принципы:

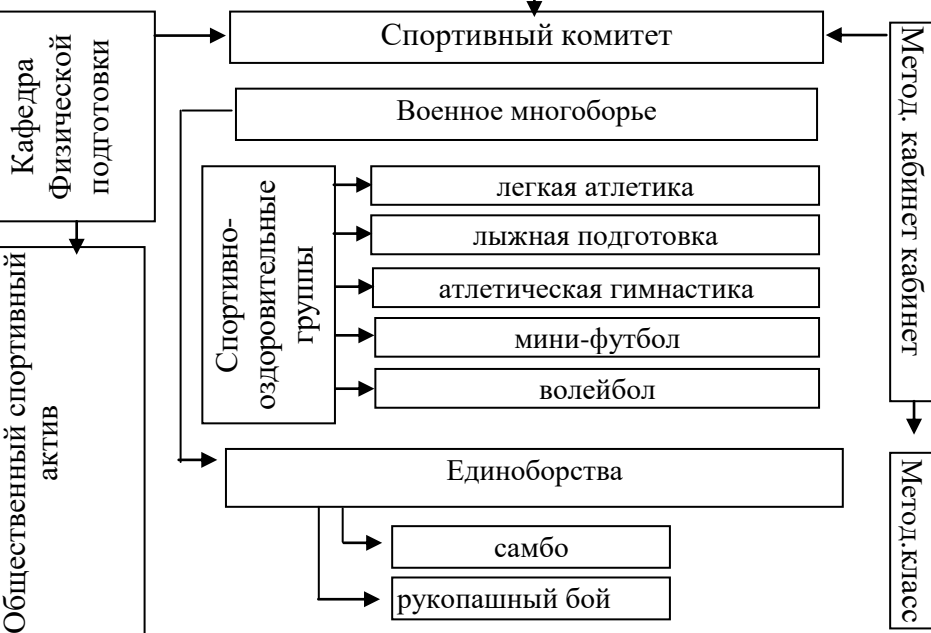
1. Концептуальные основы культуры здоровья и ЗОЖ
2. Основные принципы ФГК к военно-профессиональной деятельности
3. Реализация межпредметных связей ФК и ЗОЖ с медициной, педагогикой, психологией и др.

Педагогической целесообразности, гуманистической направленности, непрерывного развития, системности и последовательности, сознательности и активности, комплексного подхода, целостности, самостоятельности и др.

Содержательно-методический компонент

Особенности воспитательно-образовательного процесса

1. Проведение занятий по ФП с курсантами
2. Проведение утренней физической зарядки УФЗ
3. Формирование мотивации к ЗОЖ на практических занятиях
4. Спортивно-массовая работа СМР



Процессуально-деятельностный компонент

Критерии, показатели и уровни готовности курсантов к ВПД

Мониторинг результатов (2 раза в год)

Контрольно-оценочный компонент

Результат: сформированность готовности курсантов младших курсов к работе по физическому воспитанию военнослужащих; личность с устоявшейся мотивацией и стремлением к самосовершенству

Рисунок - Модель формирования готовности курсантов младших курсов к работе по физическому воспитанию военнослужащих

В содержании физического воспитания курсантов определена следующая направленность: повышение уровня общей физической подготовленности; развитие физической работоспособности, совершенствование профессионально-значимых психомоторных способностей; коррекционная направленность (профилактика профессиональных заболеваний и травм); мотивационная направленность (формирование стремления к физическому самосовершенствованию).

Для формирования готовности курсантов младших курсов к работе по физическому воспитанию военнослужащих применяются следующие методы:

- общепедагогические (рассказ, объяснение, описание и указания);
- специальные (равномерный, повторный, переменный, интервальный, круговой тренировки, функциональной тренировки, метод моделирования, ситуационный метод).

Средства: гимнастические и атлетические упражнения, легкоатлетические и лыжные упражнения, элементы рукопашного боя, преодоление препятствий, военно-прикладное плавание, элементы спортивных и подвижных игр.

Процессуально-деятельностный компонент представляет процесс, направленный на формирование готовности курсантов младших курсов к работе по физическому воспитанию военнослужащих, овладение ими необходимыми военно-профессиональными навыками и умениями на базе хорошей физической подготовленности.

Контрольно-оценочный компонент – представляет готовность курсантов младших курсов к качественному выполнению работы по физическому воспитанию военнослужащих с учетом показателей профессионально-прикладной ПП, психофизической и функциональной подготовленности.

В качестве основополагающих принципов эффективного функционирования модели определены следующие принципы: сознательности, активности и самостоятельности, наглядности, систематичности, последовательности и комплексности.

Заключение. Таким образом, разработанная и представленная педагогическая модель готовности курсантов младших курсов военного университета к работе по физическому воспитанию военнослужащих направлена на развитие физических качеств студентов. Её целью является совершенствование программно-содержательного обеспечения формирования готовности курсантов младших курсов к работе по физическому воспитанию военнослужащих. Достижение цели становится возможным при решении следующих задач:

1. Содействовать формированию физической культуры личности.
2. Формировать мотивационно-ценностное отношение к процессу профессионально-прикладной физической подготовки ППФП.
3. Повысить показатели профессионально-прикладной физической подготовленности.
4. Повысить показатели психофизической готовности к будущей военно-профессиональной деятельности.

По своей инновационной сущности, настоящая модель имеет практико-ориентированный характер, что позволяет ей быть успешно использованной в практической деятельности военных вузов Российской Федерации.

Литература:

1. Антипов В.А., Черкашин Д.В., Антипова Е.В. Применение экспертных систем в медико-педагогическом сопровождении физической подготовки курсантов и слушателей

образовательных организаций МВД России // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. - 2017. - №1 (73). - С. 155-161. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29876147>

2. Бочкарев В.И., А.И. Орлов Педагогическая модель физической подготовки курсантов образовательных учреждений пограничного профиля ФСБ России к действиям в условиях горной местности // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2013. - № 12 (106). - С. 39-43. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=21047907>

3. Буриков А.В. Физическая подготовка курсантов в военном учебном заведении // Эпоха науки. - 2019. - № 19. - С. 114-118. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41353251>

4. Гадисов К.Я., Мартынов А.А. Физическая подготовка войсковых разведчиков // Современные проблемы науки и образования. - 2019. - № 1. - С. 107. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37031967>

5. Герчак Я.М., Калимулин Р.М., Колесников В.Ю. Особенности модернизации высшего профессионального образования в области физической культуры и спорта // ЦИТИСЭ. - 2020. - № 3(25). - С. 53-62. DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2020.3.05>

6. Гурьев С.В. Педагогические аспекты формирования оздоровительной физической культуры в вузе // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. - 2019. - № 2 (13). - С. 32-38. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38166559>

7. Жолоб С.С., Колесников В.Ю. Физическое воспитание – важнейший вид воспитательной работы с военнослужащими // ЦИТИСЭ. - 2018. - № 3(16) - С. 7. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36663886>

8. Зыков А.В. Спорт в Вооруженных Силах Российской Федерации на современном этапе // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. - 2020. - № 1. - С. 5-8. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42534569>

9. Мещеряков В.С. Использование специального высокоинтенсивного тренинга в процессе физической подготовки сотрудников правоохранительных органов // Дискурс. - 2017. - 12 (14). - С. 72-80. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39575095>

10. Пуляк А.В. Физическая культура в высших учебных заведениях // Гуманитарные научные исследования. - 2017. - № 6 (70). - С. 9. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29436158>

11. Савельев А.В., Щеголев В.А., Абрамов Д.Н. Физическая подготовка военных специалистов в системе дополнительного профессионального образования // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2017. - № 12 (154). - С. 237-240. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32266074>

12. Савченко О.А., Дубровин Д.А. Педагогическая модель физической подготовки курсантов вузов Военно-космических сил с использованием упражнений с гириями // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2015. - № 8 (126). - С. 131-137. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=24124567>

13. Степкин М.А. Совершенствование структуры системы физической подготовки Вооруженных Сил Российской Федерации // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. - 2020. - № 2. - С. 11-18. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42825347>

14. Фомин С.А., Шевченко А.Р. Способы совершенствования процесса по физической подготовке курсантов вузов МВД РФ (обзор мнений специалистов) // NOVAUM.RU. - 2018. - №15. - С. 415-417. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36349705>

15. Фофанов А.М., Коваленко В.Н., Котов П.А. Физическая подготовка курсантов ввузов Сухопутных войск Вооруженных Сил Российской Федерации в XXI веке // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. - 2020. - № 1. - С. 29-33. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42534574>

16. Чокотов Е.Н., Григорчак Ю.В., Быструшкин С.К. Формирование физических и психо-функциональных качеств курсантов в условиях военно-профессиональной подготовки // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. - 2016. - № 12 (8) - С. 1540-1546. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27715418>

17. Шукшин И.В., Стафеев А.В., Лапин В.В. Педагогическая модель физической подготовки курсантов вузов Военно-космических сил с акцентированным использованием методики формирования навыков по организации самостоятельных тренировок // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2015. - № 11 (129). - С. 261-265. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25086550>

References:

1. Antipov V.A. D.V. Cherkashin, E.V. Antipova Application of expert systems in medical and pedagogical support of physical training of cadets and listeners of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia. *Bulletin of the St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia*, 2017, no. 1 (73), pp. 155-161. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29876147>

2. Bochkarev V.I., Orlov A.I. Pedagogical model of physical training of cadets of educational institutions of the border profile of the FSB of Russia to actions in the conditions of mountainous terrain. *Scientific notes of the University named after P.F. Lesgaft*, 2013, no. 12 (106), pp. 39-43. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=21047907>

3. Burikov A.V. Physical training of cadets in the military educational institution. *Epoch of science*, 2019, no. 19, pp. 114-118. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41353251>

4. Gadisov K.Ya., Martynov A.A. Physical preparation of military scouts / *Modern problems of science and education*, 2019, no. 1, pp. 107. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37031967>

5. Gerchak Ya.M., Kalimulin R.M., Kolesnikov V.Y. *Features of modernization of higher professional education in the field of physical culture and sports. CITISE*, 2020, no. 3(25), pp. 53-62. (In Russian). DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2020.3.05>

6. Guryev S.V. Pedagogical aspects of the formation of health-improving physical culture in the university. *Human Health, Theory and Methodology of Physical Culture and Sports*, 2019, no. 2 (13), pp. 32-38. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38166559>

7. Zholob S.S., Kolesnikov V.Y. Physical education is the most important type of educational work with military personnel. *CITISE*, 2018, no. 3(16), pp. 7. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36663886>

8. Zykov A.V. Sport in the Armed Forces of the Russian Federation at the present stage. *Actual problems of physical and special training of power structures*, 2020, no. 1, pp. 5-9. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42534569>

9. Meshcheryakov V.S. Use of special high-intensity training in the process of physical training of law enforcement officers. *Discourse*, 2017, no. 12 (14), pp. 72-80. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39575095>

10. Pulyak A.V. Physical culture in higher educational institutions. *Humanities scientific research*, 2017, no. 6 (70), pp. 8. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29436158>

11. Savelyev A.V., Shchegolev V.A., Abramov D.N. Physical training of military specialists in the system of additional professional education. *Scientific notes of the University named after P.F. Lesgaft*, 2017, no. 12(154), pp. 237-240. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32266074>

12. Savchenko O.A., Dubrovin D.A. Pedagogical model of physical training of cadets of universities of the Military Space Forces using exercises with weights. *Scientific notes of the*

University named after P.F. Lesgaft, 2015, no. 8 (126), pp. 131-137. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=24124567>

13. Stepkin M.A. Improving the structure of the system of physical training of the Armed Forces of the Russian Federation. *Actual problems of physical and special training of power structures*, 2020, no. 2, pp. 11-18. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42825347>

14. Fomin S.A., Shevchenko A.R. Methods of improving the process of physical training of cadets of universities of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation (review of the opinions of specialists). *NOVAUM.RU*, 2018, no. 15, pp. 415-417. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36349705>

15. Fofanov A.M., Kovalenko V.N., Kotov P.A. Physical training of cadets of higher education universities of the Land Forces of the Armed Forces of the Russian Federation in the XXI century. *Actual problems of physical and special training of power structures*, 2020, no. 1, pp. 28-34. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42534574>

16. Chokotov E.N., Grigorchak Yu.V., Bystrushkin S.K., Aizman R.I. Formation of physical and psychofunctional qualities of cadets in the conditions of military-professional training. *International Journal of Applied and Fundamental Research*, 2016, no. 12 (8), pp. 1540-1546. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27715418>

17. Shukshin I.V., Stafeev A.V., Lapin V.V. Pedagogical model of physical training of cadets of universities of the Military Space Forces with the accentuated use of methods of formation of skills on the organization of independent training. *Scientific notes of the University named after P.F. Lesgaft*, 2015, no. 11 (129), pp. 261-265. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25086550>

Submitted: 30 September 2021

Accepted: 30 October 2021

Published: 03 November 2021

