Дата поступления рукописи в редакцию: 20.11.2025 г. DOI: 10.24412/2782-3830-2025-11-533-537
Дата принятия рукописи в печать: 17.12.2025 г.

КРАПИВИН Олег Владимирович,
Доцент Института Академии ФСИН России
кафедра физической подготовки и спорта,
e-mail: o.krapivin@list.ru

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

УВАРОВ Сергей Анатольевич,
преподаватель кафедры физической,
огневой и тактико-специальной подготовки
Псковского филиала Университета ФСИН России,
e-mail: mail@law-books.ru

ФРОЛОВ Роман Владимирович,
преподаватель кафедры физической подготовки юридического факультета
Владимирского юридического института ФСИН России,
e-mail: mail@law-books.ru

ОПТИМИЗАЦИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ ФСИН РОССИИ

Аннотация*. В современном мире важность физической активности и здорового образа жизни становится все более очевидной. Особенно важно обеспечить оптимальные условия для развития спортивной культуры среди студентов высших учебных заведений, в том числе и в Федеральной службе исполнения наказаний (ФСИН) России.*

В данной статье рассматривается проблема оптимизации педагогических условий для осуществления физкультурно-спортивной деятельности в высших учебных заведениях ФСИН России. Мы рассмотрим текущее состояние спортивного образования, выявим проблемные аспекты и предложим пути их решения. Важно создать подходящие условия для развития спорта среди будущих сотрудников уголовно-исполнительной системы, чтобы повысить их профессиональную подготовку и обеспечить здоровье и физическую готовность к выполнению служебных задач.

Ключевые слова*: педагогика, физическая культура и спорт, ФСИН России, высшие учебные заведения ФСИН России, оптимизация.*

KRAPIVIN Oleg Vladimirovich,
Associate Professor, Institute of the Academy
of the Federal Penitentiary Service of Russia Department
of Physical Training and Sports

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

UVAROV Sergey Anatolyevich,
Lecturer, Department of Physical, Firearms, and Tactical-Special Training
Pskov Branch of the University of the Federal Penitentiary Service of Russia

FROLOV Roman Vladimirovich,
Lecturer in the Physical Fitness Department
of the Faculty of Law of the Vladimir Law Institute
of the Federal Penitentiary Service of Russia

OPTIMIZATION OF PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR THE IMPLEMENTATION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS ACTIVITIES IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE FEDERAL PENITENTIARY SERVICE OF RUSSIA

Annotation. *In today's world, the importance of physical activity and a healthy lifestyle is becoming increasingly evident. It is especially important to ensure optimal conditions for the development of sports among students at higher education institutions, including those in the Federal Penitentiary Service (FSIN) of Russia.*

This article examines the issue of optimizing educational conditions for physical education and sports activities at higher education institutions of the FSIN of Russia. We will review the current state of sports education, identify problematic areas, and propose solutions. It is essential to create suitable conditions for the development of sports among future employees of the penal system to enhance their professional training and ensure their health and physical fitness for their duties.

Key words: *Pedagogy, physical education and sports, Federal Penitentiary Service of Russia, higher education institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia, optimization.*

Современные подходы к организации физкультурно-спортивной деятельности в высших учебных заведениях ФСИН России включают в себя целый комплекс мероприятий и программ, направленных на создание оптимальных условий для занятий спортом и физической активностью курсантов учебных заведений.

Один из основных подходов - это создание специализированных спортивных площадок и залов, оборудованных современным спортивным оборудованием [1, С. 2376-2378]. В высших учебных заведениях ФСИН России особое внимание уделяется обустройству спортивных залов с учетом требований безопасности и комфорта. В них устанавливаются специализированные силовые тренажеры, оборудование для аэробики и другие средства, способствующие эффективному проведению тренировок.

Для повышения эффективности занятий в физкультурно-спортивной деятельности в высших учебных заведениях ФСИН России также активно внедряются современные технологии. Это включает в себя использование специальных мобильных приложений для планирования тренировок, контроля за физическими показателями, а также обмена информацией между преподавателями и курсантами. Такие инновации помогают сделать процесс занятий более удобным и эффективным.

Другим важным аспектом современных подходов к организации физкультурно-спортивной деятельности является акцент на индивидуальный подход к каждому студенту или спортсмену. Это подразумевает разработку индивидуальных программ тренировок и планов питания, учитывающих особенности организма и спортивных целей каждого человека [2, С. 96-98]. Такой персонализированный подход способствует более эффективному достижению результатов и предотвращению возможных травм. Кроме того, современные подходы включают в себя активное внедрение новых методик тренировок и управления физической нагрузкой. Это может быть использование функциональных тренировок,

HIIT-тренировок, а также других современных методик, способствующих развитию физических качеств и улучшению спортивных результатов (HIIT (англ. High-Intensity Interval Training) — высокоинтенсивная интервальная тренировка. Суть — чередование непродолжительных высокоинтенсивных нагрузок и отдыха, во время которого выполняются восстановительные упражнения более низкой интенсивности).

Таким образом, современные подходы к организации физкультурно-спортивной деятельности в высших учебных заведениях ФСИН России ориентированы на создание оптимальных условий для развития спортивных способностей и обеспечения здорового образа жизни курсантов. Они предусматривают использование современных спортивных технологий, индивидуальный подход к каждому участнику и внедрение новейших методик тренировок, что способствует повышению эффективности физкультурно-спортивной работы и достижению высоких результатов в спорте.

Роль педагогических методов в оптимизации физкультурной работы в учебных заведениях ФСИН России заключается в создании благоприятной образовательной среды, способствующей

максимальному развитию физических качеств и спортивных навыков курсантов. Применение современных педагогических подходов позволяет повысить эффективность физкультурного процесса, улучшить мотивацию студентов к занятиям спортом и обеспечить им всестороннюю поддержку на пути к спортивным достижениям.

Одним из ключевых методов, способствующих оптимизации физкультурной работы, является индивидуализация учебного процесса [3, С. 37-40]. Каждый курсант имеет свои уникальные физические возможности, интересы и цели, поэтому важно адаптировать программу тренировок под индивидуальные потребности каждого. Педагогические методы дифференциации обучения позволяют реализовать этот принцип, позволяя каждому курсанту развиваться в соответствии с его специфическими потребностями.

Другим важным методом является применение современных технологий в обучении. В современном мире цифровизация затрагивает все сферы жизни, включая спорт и физкультурную работу. Использование специализированных программ, мобильных приложений и онлайн-ресурсов позволяет сделать обучение более доступным, интересным и продуктивным для кадетов. Также инновационные методики, такие как использование виртуальной реальности в тренировках, способствуют более глубокому погружению студентов в спортивную деятельность и повышению их мотивации.

Систематический мониторинг и оценка физического развития курсантов также играют важную роль в оптимизации физкультурной работы в учебных заведениях ФСИН России [4, С. 117-118]. Систематические замеры физических показателей и анализ данных позволяют оценить прогресс каждого курсанта, выявить его слабые и сильные стороны, а также корректировать тренировочные программы в соответствии с полученными результатами. Педагогические методы оценки позволяют сделать процесс обучения более целенаправленным и эффективным.

Кроме того, важным методом оптимизации физкультурной работы является создание позитивной командной атмосферы и взаимодействия внутри учебных групп.

Внедрение инновационных технологий в обеспечение эффективности спортивных занятий в высших учебных заведениях ФСИН России играет значительную роль в оптимизации педагогических условий для осуществления физкультурно-спортивной деятельности. Современные технологии позволяют повысить мотивацию курсантов к занятиям спортом, улучшить контроль за их физическими показателями, а также сделать процесс обучения более интересным и продуктивным [5, С. 200-204].

Одним из ключевых инновационных подходов является использование специализированных приложений и программного обеспечения для мониторинга физической активности и контроля за здоровьем курсантов. Такие приложения позволяют отслеживать пульс, количество шагов, калорий, уровень активности и другие показатели, что помогает как курсантам, так и преподавателям более эффективно планировать и корректировать занятия.

Другим важным инновационным средством являются виртуальные тренажеры и симуляторы, которые позволяют курсантам участвовать в разнообразных спортивных соревнованиях и тренировках прямо в учебном заведении. Это не только делает занятия более увлекательными, но и помогает курсантам развивать навыки, которые могут быть применены в реальной жизни.

Еще одним инновационным подходом является использование специального оборудования для анализа и коррекции техники выполнения упражнений. Такие системы могут давать обратную связь курсантам и помогать им исправлять ошибки, что способствует более эффективному усвоению навыков и предотвращает возможные травмы. Главным достоинством VR-тренажеров считается их умение превращать физические упражнения в увлекательное занятие. Обычные тренировки, особенно кардиоупражнения, многим кажутся монотонными и утомительными. Использование виртуальной реальности помогает преодолеть эту проблему, добавляя игровые и соревновательные элементы, а также разнообразие активностей. Вместо скучного монотонного движения можно участвовать в виртуальных соревнованиях, спортивных играх или даже выполнять квесты, одновременно поддерживая физическую форму.

Виртуальная реальность сегодня открывает новые горизонты для тренировок, предоставляя программы, адаптированные под разные уровни подготовки — от начинающих до профессионалов. Благодаря виртуальным инструкторам, каждый пользователь получает персонализированную поддержку и возможность постепенно повышать сложность упражнений. Особенно ценным VR-тренажеры становятся при восстановлении после травм, создавая безопасные условия для реабилитации и возвращения к активному образу жизни. Технически такие системы основаны на интеграции сенсоров движения, камер и дополнительных гаджетов, которые фиксируют движения человека и переносят их в виртуальное пространство.

Современные датчики в VR-оборудовании отслеживают множество параметров — от позы пользователя до частоты сердечных сокращений. Благодаря этому достигается не просто эффект

присутствия, но и возможность контролировать свои достижения, что является ключевым фактором на пути к поставленным фитнес-целям.

Сегодня на рынке представлены популярные VR-платформы для тренировок, которые пользуются высокой популярностью среди пользователей. К примеру, Oculus Quest предлагает разнообразие приложений для занятий спортом, включая такие игры, как Beat Saber и Supernatural. Они требуют активных движений, обеспечивая хорошую кардионагрузку и способствуя эффективному сжиганию калорий, что делает тренировки не только увлекательными, но и полезными для здоровья.

В целом, интеграция инновационных технологий в обучающий процесс способствует повышению эффективности спортивных занятий в высших учебных заведениях ФСИН России. Они помогают не только улучшить физическую подготовку курсантов, но и развить интерес к здоровому образу жизни и спортивной деятельности. Поэтому внедрение инновационных технологий является важной составляющей оптимизации педагогических условий в учебных заведениях ФСИН, способствуя формированию здоровых и мотивированных специалистов в пенитенциарной системе.

Физкультурная деятельность в высших учебных заведениях ФСИН России сталкивается с рядом проблем, однако имеет потенциал для развития и улучшения условий для занятий спортом и физкультурой. Одной из главных проблем является недостаточное внимание к физкультурной деятельности со стороны руководства учебных заведений и органов управления ФСИН. Неразвитая инфраструктура спортивных сооружений, нехватка квалифицированных тренеров и специалистов в области физической культуры также создают препятствия для эффективного осуществления спортивной деятельности.

Однако в последние годы наблюдается увеличение внимания к физкультурной деятельности в высших учебных заведениях ФСИН России. Разработка и внедрение программ развития спортивных секций, содействие в проведении спортивных мероприятий и соревнований, а также улучшение условий для занятий физической культурой - все это говорит о перспективах развития спортивной деятельности в учебных заведениях ФСИН.

Важным аспектом является также мотивация курсантов к занятиям спортом. Система поощрений и стимулирования участия в спортивных мероприятиях, организация спортивных фестивалей и турниров, проведение тренировок и мастер-классов по различным видам спорта - все это способствует увеличению заинтересованности в физкультурной деятельности. Необходимо подчеркнуть, что формирование оптимальной среды для занятий физической культурой и спортом среди курсантов и слушателей ведомственных образовательных учреждений является приоритетной задачей. Регулярные тренировки и спортивные мероприятия способствуют не только укреплению здоровья, но и развитию таких важных качеств, как дисциплинированность, выносливость и психологическая устойчивость.

Грамотно организованная система физической подготовки закладывает фундамент для успешной служебной деятельности на протяжении всей карьеры сотрудника. В конечном итоге, инвестиции в спортивную инфраструктуру и программы физического воспитания будущих работников уголовно-исполнительной системы окупаются повышением качества исполнения служебных задач и снижением профессиональных рисков.

Список литературы:

[1] Пузыревский, Р. В. Д. Формирование интереса у студентов старших курсов образовательных организаций ФСИН России к занятиям физической культурой и спортом / Р. В. Д. Пузыревский, В. Н. Пожималин, О. В. Крапивин // Инновации. Наука. Образование. – 2021. – № 48. – С. 2376-2380. – EDN YUMYBK.

[2] Кулеев, В. Я. К вопросу о нравственно-волевом развитии курсантов образовательных организаций ФСИН России средствами физической культуры и спорта / В. Я. Кулеев // Междисциплинарные исследования: поиски и перспективы: Сборник научных статей аспирантов, адъюнктов, студентов и преподавателей. – Ульяновс: ИП Кеньшенская Виктория Валерьевна (издательство «Зебра»), 2024. – С. 96-99. – EDN GKKFPP.

[3] Фролов, Р. В. Польза спорта в воспитании курсантов ведомственных вузов ФСИН России / Р. В. Фролов // Уральский научный вестник. – 2023. – Т. 10, № 4. – С. 37-40. – EDN WOCITZ.

[4] Скаковец, И. С. Спортизированное физическое воспитание средствами служебно-прикладных видов спорта в вузах ФСИН России / И. С. Скаковец // IX Педагогические чтения, посвященные памяти профессора С.И. Злобина: Сборник материалов чтений, Пермь, 04–06 октября 2023 года / Сост. А.И. Согрина. – Пермь: Пермский институт Федеральной службы исполнения наказаний, 2023. – С. 116-118. – EDN FTEXHP.

[5] Анкудинов, Н. В. Психологические особенности курсантов-спортсменов / Н. В. Анкудинов, А. А. Жарких, А. А. Трунтягин // Человек: преступление и наказание. – 2015. – № 3(90). – С. 200-206. – EDN VIEPZB.

References:

[1] Puzyrevskiy, R. V. D. Formation of interest among senior students of educational institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia in physical education and sports / R. V. D. Puzyrevskiy, V. N. Pozhimalin, O. V. Krapivin // Innovations. Science. Education. – 2021. – No. 48. – pp. 2376-2380. – EDN YUMYBK.

[2] Kuleev, V. Ya. On the question of the moral and volitional development of cadets of educational institutions of the Federal Penitentiary Service of Russia by means of physical culture and sports / V. Ya. Kuleev // Interdisciplinary research: search and prospects: Collection of scientific articles by graduate students, adjuncts, students and teachers. Ulyanovsk: IP Kenshenskaya Victoria Valeryevna (Zebra Publishing House), 2024, pp. 96-99. – EDN GKKFPP.

[3] Frolov, R. V. The benefits of sports in the education of cadets of departmental universities of the Federal Penitentiary Service of Russia / R. V. Frolov // Ural Scientific Bulletin. – 2023. – Vol. 10, No. 4. – pp. 37-40. – EDN WOCITZ.

[4] Skakovets, I. S. Sportized physical education by means of service-applied sports in universities of the Federal Penitentiary Service of Russia / I. S. Skakovets // IX Pedagogical readings dedicated to the memory of Professor S.I. Zlobin: Collection of readings, Perm, October 04-06, 2023 / Comp. A.I. Sogrin. Perm: Perm Institute of the Federal Penitentiary Service, 2023. pp. 116-118. EDN FTEXHP.

[5] Ankudinov, N. V. Psychological features of cadet athletes / N. V. Ankudinov, A. A. Zharkikh, A. A. Truntyagin // Man: crime and punishment. – 2015. – № 3(90). – Pp. 200-206. – EDN VIEPZB.

