

**Захаров Дмитрий Иванович**

доцент

Вольский военный институт материального обеспечения (филиал)  
ФГКВОУ ВО «Военная академия материально-технического обеспечения  
им. генерала армии А.В. Хрулева» Минобороны России  
г. Вольск, Саратовская область

**Попадын Виталий Валерьевич**

канд. пед. наук, доцент, заместитель начальника кафедры  
ФГКВОУ ВО «Московское высшее общевойсковое  
командное училище»  
г. Москва

**Скопинцов Владимир Иванович**

канд. пед. наук, доцент, старший преподаватель  
ФГКВОУ ВО «Московское высшее общевойсковое командное училище»  
г. Москва

DOI 10.21661/r-586999

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ОТБОРА КУРСАНТОВ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ В СПОРТИВНЫХ СЕКЦИЯХ ПО УРОВНЮ ИХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ**

*Аннотация: в статье рассматривается процесс отбора курсантов первого года обучения для занятий в спортивных секциях военного вуза. Представлена разработанная трехуровневая модель отбора, сочетающая методы анкетирования, тестирования уровня физической подготовленности и психологической диагностики. Особое внимание уделяется критериям распределения курсантов по группам в зависимости от их уровня физической подготовленности, функционального состояния и мотивации. Эффективность модели проявилась в повышении посещаемости спортивных секций, снижении травматизма и росте мотивации. Предложенные методические подходы имеют*

*практическую значимость для специалистов физической подготовки и организаторов учебно-тренировочных занятий в военных вузах.*

**Ключевые слова:** *отбор курсантов, спортивные секции, физическая подготовленность, мотивация, трехуровневая модель, педагогическое тестирование, психологическая диагностика.*

Система физического воспитания в военных вузах играет важнейшую роль в формировании здоровья и всестороннего развития личности курсантов. Спортивные секции выполняют несколько функций одновременно: они компенсируют дефицит двигательной активности, развивают социальные навыки, формируют волевые качества, а также способствуют развитию стрессоустойчивости.

Эффективность учебно-тренировочных занятий в спортивных секциях напрямую зависит от того, насколько правильно подобраны курсанты для каждой спортивной группы.

Традиционный подход к комплектованию спортивных групп, основанный только на медицинских допусках и личных предпочтениях курсантов, не обеспечивает достаточной однородности по уровню физической подготовленности и мотивации. В результате возникают следующие проблемы:

- трудности у тренеров при планировании тренировочных нагрузок;
- снижение мотивации у курсантов с высоким уровнем физической подготовленности, которым предлагаются недостаточно интенсивные тренировочные занятия [1];
- перетренированность (перегрузка) и риск получения травм у начинающих спортсменов;
- общая низкая эффективность учебно-тренировочного процесса.

Цель исследования – разработка и апробация научно обоснованной модели отбора курсантов первого года обучения для занятий в спортивных секциях на основе комплексной оценки их уровня физической подготовленности и психологических характеристик.

Объект исследования – организационно-педагогические условия отбора курсантов в спортивные секции военного вуза.

Предмет исследования – критерии и методы отбора курсантов первого года обучения для оптимизации тренировочного процесса спортивных секций.

Гипотеза исследования заключается в предположении, что внедрение дифференцированной системы отбора, основанной на комплексной оценке уровня физической подготовленности, функциональных возможностей и мотивации курсантов, позволит повысить эффективность тренировочного процесса спортивных секций через рациональное распределение курсантов и индивидуализацию учебно-тренировочных занятий.

Проблема отбора в спортивной практике традиционно изучалась в контексте подготовки спортивного резерва. Однако применение этих подходов в военных вузах, где основное внимание уделяется как оздоровительной и рекреационной деятельности, так и уровню военно-профессиональной подготовленности, требует разработки специализированных методов.

Анализ научной литературы и методических рекомендаций по организации отбора спортсменов для занятий в спортивных секциях, показал, что в научно-методических источниках отсутствует целостная интегрированная модель отбора курсантов, сочетающая физиологические, педагогические и психологические аспекты и при этом адаптированная к условиям военного вуза.

Для достижения цели исследования была разработана и внедрена трехуровневая модель отбора, апробированная в период с сентября 2024 по январь 2025 года. В исследовании участвовали 150 курсантов первого года обучения различных факультетов.

### *Этап 1. Первичный отбор и анкетирование.*

Цель отбора: первичная фильтрация участников по состоянию здоровья и выявление мотивационных установок.

Используемые методы:

- анализ медицинских карт и допусков к занятиям физической подготовкой;
- авторская анкета, включающая:

- спортивный анамнез (опыт занятий, разряды, перенесенные травмы);
- мотивационный профиль (здоровье, внешность, общение, достижения);
- спортивные предпочтения (ранжирование интереса к видам спорта) [2].

*Этап 2. Педагогическое тестирование уровня физической подготовленности.*

Цель тестирования: объективная оценка уровня развития основных физических качеств.

Используемые методы:

- физические упражнения на «выносливость» – бег на 3 км (или степ-тест PWC170);
- физические упражнения на «силу» – подтягивания на перекладине (или сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях), прыжок в длину с места;
- физические упражнения на «ловкость» – наклон вперед из положения стоя (или комплексное упражнение на ловкость из НФП-2023) [3];
- физические упражнения на «координацию» – челночный бег 10x10 м, тест «Аист» (статическое равновесие).

*Этап 3. Функционально-психологическое обследование.*

Цель обследования: углубленная диагностика резервных возможностей организма и психологической готовности курсантов, планирующих спортивные занятия с высокой физической нагрузкой.

Методы обследования:

- функциональная диагностика – проба Руфье для оценки адаптации сердечно-сосудистой системы к физическим нагрузкам;
- психологическое тестирование – опросник Спилбергера-Ханина (уровень тревожности), тест САН (самочувствие, активность, настроение), методика диагностики мотивации спортивных достижений [4].

В процессе проведенного исследования были получены результаты, на основании которых участников выделили по уровню мотивации и уровню физической подготовленности.

Классификация участников по мотивации.

Анализ анкетирования позволил выделить три группы курсантов:

– группа «здорового образа жизни» (45%) – у которых основным мотивом является желание укрепить свое здоровье и снять психологическое напряжение. У таких курсантов предпочтительными видами спорта являются плавание, бег и кроссфит;

– группа «общительных» (35%) – которые ориентированы на командное взаимодействие и общение. У таких курсантов интерес проявляется к игровым видам спорта (футбол, волейбол, баскетбол и т. д.);

– группа «стремящихся к спортивным достижениям» (20%) – это ориентированные на достижение высоких спортивных результатов и участие в соревнованиях. У таких курсантов интерес проявляется к видам спорта, в которых можно объективно оценить динамику спортивного роста (военно-прикладные виды спорта, единоборства, легкая и тяжелая атлетика, спортивное ориентирование).

Педагогическое наблюдение и анализ динамики роста спортивных достижений показали, что несоответствие мотивации и необоснованный выбор спортивной секции, ведет к снижению интереса курсантов первого года обучения и досрочному прекращению тренировочных занятий [5].

По результатам анализа уровня физической подготовленности, были выделены три группы курсантов:

– группа с высоким уровнем подготовленности «группа А» (15%) – курсанты с равномерно развитыми физическими качествами. Рекомендованы тренировочные занятия с высокой физической нагрузкой;

– группа со средним уровнем подготовленности «группа Б» (60%) – курсанты с умеренными физическими показателями, но с положительной динамикой в отдельных физических качествах. Рекомендованы смешанные тренировочные программы;

– группа с низким уровнем подготовленности «группа В» (25%) – курсанты с минимальным уровнем подготовленности. Рекомендованы тренировочные занятия в группах общей физической подготовки и оздоровительных секциях.

На основании полученных данных была составлена матрица распределения курсантов, где по вертикали отражался уровень физической подготовленности, а по горизонтали – мотивация (мотивационный профиль).

По результатам проведенного исследования было установлено, что от внедрения трехуровневой модели отбора, только за указанный период, позволило на 25% увеличить посещаемость спортивных секций, на 30% снизить количество курсантов, прекративших учебно-тренировочные занятия досрочно, на 15% уменьшилось количество полученных травм, на 40% возросло участие в спортивных соревнованиях.

Практические рекомендации:

- внедрять алгоритм отбора в практику работы спортивных секций военных вузов;
- обеспечивать взаимодействие специалистов по физической подготовке, медицинских работников и психологов при проведении тестирования;
- использовать данные отбора для разработки индивидуальных тренировочных программ курсантов первого года обучения.

В качестве заключения отметим, что разработанная трехуровневая модель отбора, объединяющая анкетирование, педагогическое тестирование и психологическую диагностику, является эффективным инструментом для рационального комплектования спортивных секций. Классификация курсантов по уровню мотивации и физической подготовленности позволяет назначать их в спортивные группы, где они смогут реализовать свой потенциал и достигать личных целей. Внедрение данной модели повышает общую посещаемость, снижает травматизм и эмоциональное выгорание, а также стимулирует спортивную активность.

### ***Список литературы***

1. Кожевников В.В. Методика физической подготовки военнослужащих / В.В. Кожевников. – М.: Военное образование, 2021.
2. Михайлов С.В. Педагогика физической культуры и спорта / С.В. Михайлов. – М.: Просвещение, 2017.

3. Приказ Министра обороны РФ от 20.04.2023 №230 «Об утверждении Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах РФ».

4. Лаптев И.С. Мотивация в спорте и физическом воспитании / И.С. Лаптев. – М.: Академия, 2019.

5. Гордеев А.М. Психология физической активности / А.М. Гордеев. – СПб.: Питер, 2018.