

Научная статья

УДК 796/799

**ОБОСНОВАНИЕ ВНЕДРЕНИЯ ВИДА СПОРТА «РЕГБИ» В СИСТЕМУ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
И ВНЕУЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КУРСАНТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ (НА ПРИМЕРЕ
ВОЕННОЙ ОРДЕНА ЖУКОВА АКАДЕМИИ ВОЙСК НАЦИОНАЛЬНОЙ ГВАРДИИ)**

Владимир Викторович Прокопенко¹, Альберт Рамилевич Шайдуллоу²

^{1, 2} Академия войск национальной гвардии, Санкт-Петербург, Россия

¹ vvbars@yandex.ru

² shaidullovar@rambler.ru

Аннотация. Статья посвящена вопросу, раскрывающему обоснование внедрения вида спорта «Регби» в образовательную деятельность и спортивно-массовую работу с курсантами военной образовательной организации высшего образования войск национальной гвардии. Авторы делают акцент на доступности занятия данным видом спорта для курсантов с разным уровнем подготовленности, его популярности и военно-прикладной значимости. Раскрыто влияние занятий регби на совершенствование физических и психологических качеств, повышение вариативности двигательных навыков у курсантов, расширение диапазона адаптационных и функциональных возможностей их организма к повышенной мышечной деятельности, воспитание волевых качеств. Доказательно представлена корреляционная связь между формируемыми в процессе занятий регби физическими качествами и прикладными навыками, и практическими действиями военнослужащих в ходе выполнения служебно-боевых задач. Основываясь на данных из открытых источников и личный практический опыт, приводятся доводы и формулируется вывод о целесообразности внедрения регби в систему физической подготовки курсантов военных образовательных организациях высшего образования войск Росгвардии.

Ключевые слова: служебно-боевая деятельность, военнослужащие, образовательная и внеучебная деятельность, курсанты, регби, физическая подготовка, прикладная направленность, перенос качеств и навыков, методика обучения, военные образовательные организации высшего образования, Росгвардия

Для цитирования: Прокопенко В.В., Шайдуллоу А.Р. Обоснование внедрения вида спорта «регби» в систему образовательной и внеучебной деятельности курсантов по физической подготовке (на примере Военной ордена Жукова академии войск национальной гвардии) // Вестник Военной академии войск национальной гвардии. 2026. № 2 (35). С. 246–257. URL: <http://vestnik-academrg.ru/2026/06/026.pdf>.

Original article

**JUSTIFICATION FOR THE INTRODUCTION OF THE SPORT OF "RUGBY" INTO THE SYSTEM OF EDUCATIONAL
AND EXTRACURRICULAR ACTIVITIES FOR CADETS IN PHYSICAL TRAINING (USING THE EXAMPLE
OF THE MILITARY ORDER OF ZHUKOV ACADEMY OF THE NATIONAL GUARD TROOPS)**

Vladimir V. Prokopenko¹, Albert R. Shaidullov²

^{1, 2} Academy of the National Guard Troops, Saint-Petersburg, Russia

¹ vvbars@yandex.ru

² rizhi1@mail.ru

Abstract. This article explores the rationale for integrating rugby into the educational and sports programs for cadets at the National Guard Military Educational Institution of Higher Education. The authors emphasize the sport's accessibility for cadets of varying skill levels, its popularity, and its military-applied value. The article explores the impact of rugby on improving physical and psychological skills, increasing the variability of cadets' motor skills, expanding their adaptive and functional capabilities to increased muscular activity, and fostering willpower. A correlation is demonstrated between the physical qualities and applied skills developed through rugby training and the practical actions of military personnel during combat missions. Based on open source data and personal practical experience, the article presents arguments and draws a conclusion

regarding the feasibility of integrating rugby into the physical training system for cadets at the National Guard Military Educational Institution of Higher Education.

Keywords: military and combat activities, military personnel, educational and extracurricular activities, cadets, rugby, physical training, applied focus, transfer of qualities and skills, teaching methods, military educational institutions of higher education, Rosgvardia

For citation: Prokopenko V.V., Shaidullov A.R. Justification for the introduction of the sport of "rugby" into the system of educational and extracurricular activities for cadets in physical training (using the example of the Military order of Zhukov academy of the national guard troops). Vestnik Voennoj akademii vojsk nacional'noj gvardii. 2025;2(35):246–257. (In Russ.). Available from: <http://vestnik-academrg.ru/2026/06/026.pdf>.

© Прокопенко В.В., Шайдуллоев А.Р., 2026

Введение

Современные напряженные условия служебно-боевой деятельности войск национальной гвардии, личный состав которых зачастую действует в незнакомых и экстремальных, сопряженных с риском для жизни и здоровья условиях обстановки, предъявляют повышенные требования к уровню «боевой» подготовленности молодых офицеров-командиров, где одной из важных составляющих является их высокая личная профессионально-прикладная и методическая физическая подготовка.

Данную задачу по качественной физической практической и методической подготовке выпускников решают военные образовательные организации высшего образования Росгвардии.

Практический опыт боевых действий, в том числе и опыт специальной военной операции, показывает, что, несмотря на использование противоборствующими сторонами современного воздушно-космического, артиллерийского и стрелкового вооружения, бронетехники и инновационных технологий, зачастую успех в решении локальной боевой задачи зависит не только от личной высокой профессионально-прикладной физической подготовленности командиров подразделений, но и от уровня обученности их подчиненного личного состава.

Есть уже достаточное количество примеров, когда российским воинам приходилось вступать в единоборство с противником в ограниченном пространстве используя практические навыки боевых приемов борьбы самбо и рукопашного боя, эффективно использовать умения, физические качества и прикладные навыки для быстрого перемещения по открытым участкам незнакомой местности под огнем воздействием противника, в городских строениях и в замкнутых пространствах с ограниченной видимостью и при недостатке кислорода в организме [11–13].

Пятилетний период обучения курсантов в военных образовательных организациях высшего образования (далее – ВООВО),

при системном и целенаправленном использовании всех имеющихся форм физической подготовки, инновационных методик обучения, позволит сформировать у курсантов требуемый высокий уровень развития физических и специальных качеств, овладеть устойчивыми практически навыками боевых приемов борьбы, тактико-специальных приемов и действий с оружием без экипировки и в полной экипировке, расширить функциональные и адаптационные возможности организма к повышенной мышечной деятельности, устойчивости организма к недостатку кислорода, а также устойчивости к различным фобиям на фоне значительных физических нагрузок и нервно-психических напряжений.

Поиск новых средств в системе физической подготовки и спорта, способствующих повышению военно-прикладной подготовленности курсантов ВООВО Росгвардии, формированию вариативности их прикладных навыков, а также апробации и научному обоснованию найденных новых средств подготовки, позволил определить, что внедрение вида спорта «Регби» в систему физической и спортивной подготовки курсантов 1–5 курсов в формате образовательной деятельности ВООВО, как раз и будет способствовать решению практических задач обучения в интересах боевой подготовки войск [10; 20–24].

Актуальность исследования

Занятия игрой в регби, в силу их высокой прикладной значимости, с каждым годом становятся все более популярными не только в гражданских вузах, но и в образовательных учреждениях различных силовых ведомств нашей страны [1; 2].

После образования в 2016 году Федеральной службы войск национальной гвардии России, перенимая положительный опыт Вооруженных Сил, регби стало активно развиваться и в системе боевой подготовки войск Росгвардии, где «законодателями моды» выступают ведомственные военные образовательные организации выс-

шего образования: Военная академия и военные институты.

В авангарде системно организованной работы по внедрению вида спорта «Регби» в образовательную деятельность, стала Академия войск национальной гвардии, в которой были задействованы разные формы физической подготовки при нахождении курсантских подразделений в пункте постоянной дислокации ВООВО и в учебном центре.

Результатом такой целенаправленной и методически грамотно организованной работы стал не только рост показателей физической и прикладной подготовленности курсантов, занимающихся в спортивной секции по виду спорта «Регби», но и повышение их спортивного мастерства, которое позволяет сборной команде академии четвертый год подряд выигрывать чемпионаты войск и стать победителем первого международного турнира по регби-7 в 2025 году.

Кроме того, с каждым годом увеличивается число курсантов Академии войск национальной гвардии, включенных в состав сборной команды Санкт-Петербурга для участия в первенстве России и в других всероссийских и международных соревнованиях, что является стимулирующим фактором для других курсантов к занятиям в регбийной секции академии [14; 15; 20–24].

Материалы и методы

В работе представлена совокупность теоретических и эмпирических способов научного познания объекта, как объективных методов исследования современной педагогики, метод системного анализа, фундаментальные принципы всесторонности и объективности.

Эмпирическую основу составили опросные материалы специалистов по физической подготовке и спорту войск национальной гвардии, тренеров и спортсменов по виду спорта регби, констатирующие и формирующие составляющие педагогического эксперимента. Для обработки экспериментальных данных применялись статистические методы.

Результаты исследования

Современные условия служебно-боевой деятельности войск показывают немаловажную и действенную роль принципа «переноса тренированности» в системе прикладной физической подготовки военнослужащих.

Данный принцип характеризует прямую и косвенную связь между занятиями физическими упражнениями и определенными видами спорта и эффективностью военнослужащих при выполнении практических служебно-боевых задач.

Иначе говоря, формируемые навыки и умения в одном виде деятельности (спортивной) оказывают положительное влияние на другой вид (профессиональный).

Значение и влияния этого фактора необходимо учитывать при организации и проведении с курсантами ВООВО разных форм физической подготовки и особенно спортивно-массовой работы, где преимущественное значение должно отдаваться занятиям военно-прикладными видами спорта и прикладными единоборствами, где у курсантов будут формироваться необходимые профессионально-прикладные двигательные навыки и умения.

При этом важное значение имеет системно-организованный процесс спортивной подготовки курсантов, для формирования устойчивых и долгосрочных факторов переноса спортивной тренированности на практическую деятельность.

При реализации методики системной спортивной подготовки курсантов, будут и максимально приближенными друг другу спортивная и профессиональная функциональные системы.

Также, чем в более интенсивном режиме будет осуществляться процесс физической и спортивной подготовки курсантов, тем в более интенсивном режиме они в дальнейшем в войсках смогут выполнять практические профессиональные действия.

В то же время, для обеспечения необходимой вариативности в переносе физической и прикладной подготовленности военнослужащего на его профессиональную деятельность по предназначению, интенсивность выполнения физических упражнений должна соответствовать напряженности (косвенному или непосредственному моделированию) выполняемых на практике двигательных действий.

Эта взаимосвязь двух указанных выше функциональных систем отражена на рисунке 1 в виде сопоставления двух проекций: выполняемых двигательных действий на спортивных тренировках и профессиональных двигательных действий при выполнении служебно-боевых задач по предназначению.

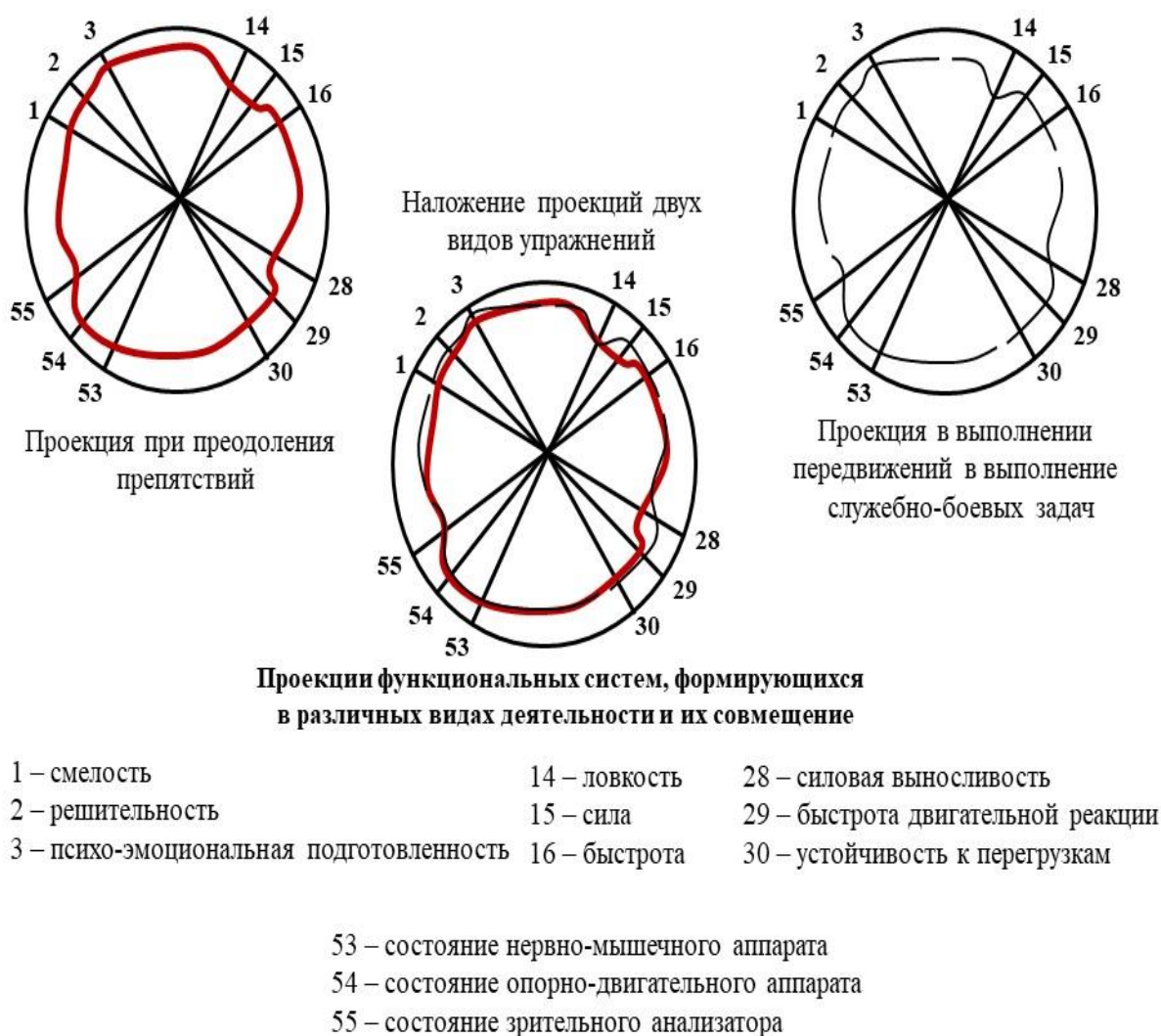


Рисунок 1 – Проекция совмещения двух видов практической деятельности военнослужащих

Figure 1 – Projection of combining two types of practical activities of military personnel

На рисунке 1 видно их взаимовлияние при реализации принципа переноса тренированности от одного вида деятельности на другой вид, это: во-первых, влияние системы, сформированной в результате многократных спортивных тренировок в регби, а во-вторых, влияние системы, сформированной в результате многократных тренировок практических «боевых» упражнений [22].

На рисунке 1 на проекции (слева) от центра каждого круга проведено достаточно большое число радиусов, характеризующих разные факторы «своей» функциональной системы.

Каждый из секторов отображает свойство, навык, умение, качество, способность или функцию, характеризующий соответствующие стороны подготовленности военнослужащего, а расстояние от центра круга – степень развития данных факторов или требуемый уровень функционирования.

На основе изучения различных фаз выполнения передвижений в преодолении препятствий, схожих с двигательными действиями при игре в регби и проявляемых при этом физических и психологических качеств, навыков и свойств функциональной системы, на имеющихся радиусах круга отмечены количественные и качественные характеристики подготовленности военнослужащих.

В результате соединения конечных точек векторов получилась площадь, ограниченная замкнутой кривой, которая может служить внешним отражением специфичности функциональной системы, характерной при выполнении военнослужащими определенных профессиональных практических задач.

Другая проекция на рисунке 1 отражает функциональную систему, формирующуюся при выполнении практических «боевых» упражнений.

Совпадающие площади на совмещенных проекциях показывают взаимосвязь и взаимовлияние обеих функциональных систем, характерных для определенных видов практической деятельности, и обеспечивающих наибольший перенос взаимозависимых качеств и двигательных спортивных и военно-прикладных навыков, что подтверждает влияние регбийных двигательных функций на эффективность схожих двигательных профессиональных действий военнослужащих.

Принцип переноса по характеру воздействия действует, как прямое положительное, по степени воздействия, как полное, по направленности воздействия, как одностороннее, по виду воздействия, как комплексное и оптимальное [6–9].

Игра в регби характеризуется командными действиями, в которых, каждый игрок, используя индивидуальную физическую и техническую подготовленность и в тактическом взаимодействии с другими игроками команды стремиться достичь максимального командного результата за счет надежности и эффективности командных технико-тактических действий.

Научный анализ показывает, что курсанты-выпускники, которые активно и успешно занимались военно-прикладными и игровыми видами спорта, достигают большей эффективности в войсках не только в повседневной деятельности, но и при выполнении практических боевых задач в экстремальных условиях.

Из многообразия спортивных игр специалисты выделили игру в регби, которая своими физическими и технико-тактическими особенностями характеризует, а по от-

дельным параметрам моделирует двигательные действия военнослужащих при выполнении служебно-боевых задач, при этом у военнослужащих-регбистов наиболее ярко выражена способность к вариативности профессионально направленных прикладных двигательных навыков, подчеркнуто выделяется высокий уровень универсальности физических и специальных качеств.

Использование возможностей занятий в регби особенно целесообразно в подготовке военнослужащих подразделений специального и оперативного назначения, а также курсантов Военной академии и других ВООВО Росгвардии, но при этом требует дополнительного научного исследования для создания специальной методики организации учебно-тренировочного процесса по виду спорта «Регби».

В целях установления взаимосвязи тренировочных средств регби с выполнением военнослужащими нормативов по боевой подготовке, авторами нами был проведен корреляционный анализ с использованием имеющихся результатов выполнения военнослужащими-регбистами вышеуказанных подразделений нормативов общей физической и специальной физической подготовки (Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 30 декабря 2014 г. № 1106 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Регби»), а также практических нормативов по программе боевой подготовки (таблица).

Таблица – Корреляционная взаимосвязь между нормативами по физической, специальной и боевой подготовке

Table – Correlation relationship between standards for physical, special and combat training

Упражнения (нормативы) для проверки общей и специальной физической подготовки регбистов	Коэффициент корреляции после выполнения военнослужащими-регбистами практических нормативов из программы боевой подготовки					
	1	2	3	4	5	6
Бег на 30 м	0,62	0,67	0,43	0,39	0,54	0,40
Челночный бег 10х30 м	0,64	0,68	0,46	0,44	0,57	0,43
Бег на 3000 м	0,45	0,53	0,52	0,53	0,55	0,54
Сгибание разгибание рук в упоре лежа	0,31	0,34	0,48	0,42	0,42	0,44
Подтягивание на перекладине	0,33	0,32	0,43	0,44	0,39	0,45
Стойка на одной ноге с закрытыми глазами (удержание равновесия)	0,52	0,44	0,32	0,35	0,54	0,36

Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	0,49	0,45	0,44	0,41	0,40	0,42
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	0,47	0,42	0,45	0,47	0,43	0,44
Жим штанги лежа на скамье (игровое амплуа защитник, нападающий)	0,38	0,34	0,53	0,42	0,32	0,55
Тяга штанги в упоре на скамью (игровое амплуа защитник, нападающий)	0,33	0,31	0,52	0,42	0,33	0,51
Тест «Бронко» (игровое амплуа защитник, нападающий)	0,51	0,53	0,55	0,57	0,56	0,57
Тест «Скрам» (схватка на стационарной машине)	0,56	0,35	0,58	0,66	0,55	0,61
Техническое мастерство	0,44	0,41	0,52	0,68	0,51	0,57
Борьба с партнером	0,45	0,40	0,57	0,67	0,46	0,60

Примечание:

1 – действия военнослужащего по сигналам управления; 2 – передвижение боевыми двойками (тройками) по фронту; 3 – захват (задержание), групповой захват преступника; 4 – действия группы изъятия при выполнении служебно-боевой задачи; 5 – преодоление участка местности с элементами населенного пункта; 6 – действия в боевой тройке по отражению нападения на должностное лицо

Результаты корреляционного анализа позволяют утверждать, что при выполнении практических нормативов, связанных с передвижениями боевой «двойки» («тройки») военнослужащих при преодолении участка местности с элементами населенного пункта, отмечаются их достаточно высокие корреляционные связи:

- с проявлением физических качеств: быстроты и скоростно-силовой выносливости у спортсменов-регбистов;

- с технической подготовкой военнослужащих при проведении силового задержания или отражения нападения – с техническим мастерством спортсменов-регбистов: схватка на стационарной машине, борьба с противником [17; 23; 24].

Следовательно, применяя в процессе физической подготовки курсантов упражнений и приемов, из арсенала тренировочных средств игры в регби, а также игровых упражнений с элементами игры в регби, мы сможем повышать уровень профессионально-прикладной подготовленности курсантов ВООВО войск национальной гвардии.

Данная методика использования регбийных физических упражнений и тактико-технических действий, с 2018 года стала активно внедряться в образовательный и внеучебный процесс по физической подготовке с курсантами Военной академии Росгвардии, что будет представлено ниже.

Основной акцент при проведении занятий по физической подготовке с использованием упражнений, приемов и тактических действий игры в регби, должен быть направлен на формирование у военнослужащих и курсантов ВООВО устойчивых навыков владения боевыми приемами, в преодолении различных препятствий и водных преград, на совершенствование силы и быстроты, специальной выносливости, навыков в коллективных действиях в режиме воздействия нагрузок высокой интенсивности, воспитание смелости, решительности и уверенности в собственных силах [21; 22].

Сопоставление двух функциональных систем, формируемых в ходе физической подготовки и учебно-тренировочных занятий и соревнований по игре в регби, показывает их прямую корреляционную связь.

На рисунке 2 эта связь отражена между функциональной системой, формирующейся при игре в регби, когда спортсмены-регбисты участвуют в силовых единоборствах, и функциональной системой, формирующейся при выполнении практических нормативов для оценки уровня подготовки военнослужащих подразделений специального назначения к выполнению служебно-боевых задач по охране общественного порядка и общественной безопасности.



Рисунок 2 – Проекция совмещения профессиональной и спортивной деятельности

Figure 2 – Projection of combining professional and sports activities

На проекции слева представлена функциональная система, характеризующая влияние жестких игровых регбийных единоборств на психофизические качества игроков, которые требуют их более повышенной физической и психологической концентрации, способности в «экстремальной» обстановке максимально быстро и эффективно выполнить приемы единоборств и при этом не допустить получение травмы [12; 16; 18].

На проекции справа – другая функциональная система, характеризующая уровень практической «боевой» подготовленности военнослужащих к выполнению профессиональных задач.

Данные нормативы характеризуют экстремальную и повышенную опасность военно-профессиональной деятельности военнослужащих при выполнении служебно-боевых, боевых задач, условия которых требуют устойчивой и повышенной психоэмоциональной устойчивости, четкого взаимо-

действия в коллективе, технико-тактической подготовленности.

На проекции в центре, совпадающие площади двух функциональных систем, показывают наиболее схожие практические параметры корреляции спортивной и профессиональной деятельности, обеспечивающие наибольший перенос прикладных навыков единоборств в регби на практические показатели военнослужащих по профессиональной подготовке.

Выступающие части первой и второй кривой показывают положительное влияние единоборств в регби на выполнение военнослужащими практических «боевых» нормативов, а также характеризуют их комплексность, оптимальность и неравномерность [21 – 23].

Подготовка курсантов к предстоящему после выпуска из ВООВО выполнению служебно-боевых задач по предназначению в войсках Росгвардии, исходя из рассмотренных в данной работе концепций, пред-

ставляет собой педагогический процесс целенаправленной деятельности руководителя занятий по физической подготовке – тренера по регби и обучаемых курсантов.

Прикладная направленность регби и ее корреляционная связь с практической деятельностью войск, послужили важным фактором для активизации научно-исследовательской работы в данном направлении профессорско-преподавательским составом кафедры физической подготовки и спорта Военной академии Росгвардии и внедрения регби в систему физической подготовки курсантов в учебной и во внеурочной деятельности.

Для этого в Военной ордена Жукова академии войск национальной гвардии были разработаны и проводятся следующие мероприятия: внесены изменения в рабочую программу по физической подготовке для курсантов 1 – 5 курсов, где в раздел «Спортивные и подвижные игры» начиная с 1 курса обучения включен вид спорта «Регби», а в учебные вопросы включены технико-тактические параметры этой игры;

- активизирована работа среди курсантов первокурсников, имеющих высокие физические и скоростно-силовые показатели, а также определенную спортивную подготовку по единоборствам и легкой атлетике, по отбору из их числа потенциальных кандидатов в секцию или в сборную спортивную команду Военной академии по регби;

- разработана программа спортивной подготовки по спортивной дисциплине «Регби-7» для членов сборной команды Академии;

- согласовано взаимодействие с профессиональным регбийным клубом «Нарвская застава» Санкт-Петербурга в оказании методической и практической помощи в организации учебно-тренировочного процесса со сборной командой Академии;

- разработан план ежегодного проведения чемпионатов Академии по регби-7 с участием сборных команд рот курсантов;

- создана спортивная секция «Регби» для всех желающих в ней заниматься курсантов под руководством специалистов физической подготовки и спорта Академии;

- организована работа по повышению квалификации профессорско-преподавательского состава кафедры физической подготовки и спорта Академии по направлению вида спорта «Регби-7» и «Тэг-регби» в Военном институте физической культуры;

- организовано взаимодействие Академии с Федерацией «Регби» Санкт-Петербурга по вопросам методического и технического обеспечения тренировочного процесса и в сфере спортивных мероприятий;

- вовлечение профессорско-преподавательского состава кафедры физической подготовки и спорта Академии к участию в научно-представительских мероприятиях всероссийского и международного уровня с рассмотрением вопросов дальнейшего развития регби в Росгвардии и в иных силовых структурах [21; 22].

Развиваемые и значимые при занятиях регби физические и специальные качества: сила, скоростно-силовая выносливость, специальные прикладные двигательные навыки единоборств: захваты, схватки, задержания, выталкивания и т. п., командное тактическое взаимодействие, находят свою реализацию в практической деятельности военнослужащих и сотрудников Росгвардии при выполнении служебно-боевых задач по предназначению.

Наглядный пример реализации в двух функциональных системах (в профессионально-прикладной и спортивно-прикладной на базе «регби») принципа переноса тренированности прикладных навыков и технико-тактических действий, формируемых на занятиях по регби, на практическую деятельность войск национальной гвардии при пресечении массовых беспорядков, показан на рисунке 3.

На рисунке достаточно четко прослеживается корреляционная связь между формируемыми у регбистов качествами, прикладными двигательными навыками и тактическими действиями с профессиональными действиями военнослужащих и сотрудников с использованием средств активной обороны, которые можно отразить в виде структурного построения, где технико-тактические действия в игре регби моделируют действия воинских подразделений в ходе пресечения массовых беспорядков, например:

схватки, захваты, отбивы и другие тактические элементы во время игры в регби – моделируют практические действия группы изъятия;

согласованность в групповых командных действиях, особенно важна, как в процессе пресечения массовых беспорядков, так и во время игры в регби и т. п.



Рисунок 3 – Взаимосвязь формируемых в регби навыков на профессиональную деятельность

Figure 3 – The relationship between skills developed in rugby and professional activities

Силовые противоборства (схватки, единоборства), многократно происходящие во время игры в регби, моделирующие практические профессиональные действия военнослужащих Росгвардии, обособленно показывают эффективность действия принципа «переноса» [21–23].

Заключение

В заключение можно сделать следующий вывод: внедрение вида спорта Регби»

в систему физической подготовки курсантов ВООВО Росгвардии в условиях образовательной и внеучебной деятельности, как одного из действенных средств развития и совершенствования общей и прикладной физической и спортивной подготовленности курсантов, будет способствовать более качественной подготовке выпускников к выполнению служебно-боевых практических задач по предназначению в войсках.

Список источников

1. Антонов Е. И. Начальная подготовка регбистов. М. : Физкультура и спорт, 1991. 107 с.
2. Афонина И. П. Оптимизация технической подготовки единоборцев // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура и спорт, 2013. № 1. С. 177–181.
3. Баландин В. И. Ментальный тренинг для повышения соревновательной надежности спортсменов: методическое пособие / В. И. Баландин, П. В. Бундзен. СПб. : Комитет по ФК и СПб, СПб НИИФК, 1998. 27 с.
4. Борзунов А. В. Программирование в спортивной борьбе. М. : Спортивная борьба: Ежегодник, 1983. С.44–47.
5. Бриль М. С. Отбор в спортивных играх. М. : Физкультура и спорт, 1980. 127 с.
6. Варакин Б. А. Предсоревновательная подготовка квалифицированных регбистов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М. : ВНИИФК, 1983. 23 с.
7. Воробьев С. Н. Организация и методика проведения специальной функциональной тренировки с военнослужащими и сотрудниками войск национальной гвардии: научно-практическое пособие / С. Н. Воробьев, Н. Н. Цирульников, В. В. Прокопенко. СПб. : Изд-во СПВИ войск национальной гвардии, 2019. 128 с.

8. Еганов В. А. Методика организации тренировочных заданий / В. А. Еганов, А. О. Миронов, С. В. Олин // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2011. № 7(77). С. 63–69.
9. Егоров В. Ю. Использование подготовки по регби в целях развития военно-прикладных и служебно-прикладных (прикладных) двигательных навыков военнослужащих (сотрудников) войск национальной гвардии Российской Федерации / В. Ю. Егоров, Р. В. Кириченко, А. Р. Шайдуллов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. 2021. № 3. С. 139–142.
10. Ефимов В. В. Специальная профессионально-прикладная физическая подготовка курсантов военных образовательных организаций высшего образования войск национальной гвардии: монография / В. В. Ефимов, В. В. Прокопенко, Н. Н. Цирульников. СПб. : Изд-во СПВИ войск национальной гвардии, 2021. 227 с.
11. Ефимов В. В. Организация и методика обучения курсантов военно-прикладным упражнениям, выполняемым в экипировке: учебное пособие / В. В. Ефимов, В. В. Прокопенко, Н. Н. Цирульников. СПб. : Изд-во Академия войск национальной гвардии, 2025. 236 с.
12. Камалов Р. З. Тактика – организующее начало в системе спортивного единоборства // Ученые записки университета П. Ф. Лесгафта. 2013. № 4(98). С. 49–53.
13. Карпов Е. Б. Анализ взглядов на организацию профессионального формирования и развития курсантов военных институтов Росгвардии // Известия Балтийской государственной академии рыбопромыслового флота. 2022. № 3 (61). С. 233–236.
14. Карпов Е. Б. Технология профессионально-продуктивного обучения курсантов военных институтов Росгвардии: сущность, структура и особенности применения // Вестник Санкт-Петербургского военного института войск национальной гвардии. 2023. № 4 (25). С. 148–157.
15. Кириченко Р. В. Частная методика тренировки основных физических качеств и прикладных двигательных навыков у военнослужащих внутренних войск МВД России в разных формах физической подготовки: методическое пособие / Р. В. Кириченко, И. Е. Кабаев, В. В. Прокопенко. СПб. : Изд-во СПВИ ВВ МВД России, 2011. 137 с.
16. Клименко А. А. Пространство деятельности спортсмена и его развитие в ходе технико-тактической подготовки // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2013. № 6 (200). С. 65–68.
17. Колев Н. Н. Особенности структуры и содержания силовой подготовки высококвалифицированных регбистов в годичном цикле тренировочного процесса: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М. : РГАФК, 1996. 22 с.
18. Кучин В. А. Комплексный педагогический контроль в системе подготовки квалифицированных юных регбистов. Педагогика, психология. Тезисы Всемирного научного конгресса «Спорт в современном обществе». Тбилиси, 1980. С. 79–80.
19. Лобанов Ю. Я. Физическая подготовка в вопросах и ответах: методическое пособие / Ю. Я. Лобанов, И. Е. Кириченко, В. В. Прокопенко // СПб. : Изд-во СПВИ ВВ МВД России, 2012. 96 с.
20. Малиновский С. В. Моделирование тактического мышления спортсмена. М. : Физкультура и спорт, 1981. 192 с.
21. Миронов В. В. Адаптация к физическим нагрузкам и перенос подготовленности военнослужащих – объективная основа влияния физической подготовки на боеспособность войск // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. 2012. № 1 (14). С. 92–96.
22. Прокопенко В. В. Организация и методика специальной функциональной подготовки курсантов военных образовательных организаций высшего образования: монография / В. В. Прокопенко, В. В. Ефимов, Н. Н. Цирульников. СПб. : Изд-во СПВИ войск национальной гвардии, 2022. 230 с.
23. Прокопенко В. В. Организация и методика профессионально-прикладной физической подготовки курсантов ВООВО Росгвардии: монография / В. В. Прокопенко, Н. Н. Цирульников, В. В. Ефимов. СПб. : Академия войск национальной гвардии, 2025. 250 с.
24. Спортивные игры: учебник / В. Ю. Егоров, Г. П. Рыбаков, А. А. Тихончук [и др.]; под общ. ред. В. Ю. Егорова. СПб. : Военный институт физической культуры, 2023. 205 с. ISBN 978-5-93856-727-6.

References

1. Antonov E. I. Nachal'naya podgotovka regbistov. M. : Fizkul'tura i sport, 1991. 107 s. (In Russ.).

2. Afonina I. P. Optimization of technical training of martial artists // *Izvestiya Tul'skogo gosudarstvennogo universiteta. Fizicheskaya kul'tura i sport*, 2013;1: 177–181. (In Russ.).
3. Balandin V. I. Mental'nyj trening dlya povysheniya sorevnovatel'noj nadezhnosti sportsmenov: metodicheskoe posobie / V. I. Balandin, P. V. Bundzen. SPb. : Komitet po FK i SPb, SPb NIIFK, 1998. 27 s. (In Russ.).
4. Borzunov A. V. Programmirovaniye v sportivnoj bor'be. M. : Sportivnaya bor'ba: Ezhegodnik, 1983. S.44–47. (In Russ.).
5. Bril' M. S. Otbor v sportivnyh igrakh. M. : Fizkul'tura i sport, 1980. 127 s. (In Russ.).
6. Varakin B. A. Predsorevnovatel'naya podgotovka kvalificirovannyh regbistov: avtoref. dis. ... kand. ped. nauk. M. : VNIIFK, 1983. 23 s. (In Russ.).
7. Vorob'ev S. N. Organizaciya i metodika provedeniya special'noj funkcional'noj trenirovki s voennosluzhashchimi i sotrudnikami vojsk nacional'noj gvardii: nauchno-prakticheskoe posobie / S. N. Vorob'ev, N. N. Cirul'nikov, V. V. Prokopenko. SPb. : Izd-vo SPVI vojsk nacional'noj gvardii, 2019. 128 s. (In Russ.).
8. Eganov V. A. Methods of organizing training tasks / V. A. Eganov, A. O. Mironov, S. V. Olin // *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta*. 2011;7(77): 63–69. (In Russ.).
9. Egorov V. YU. The use of rugby training to develop military and service-related (applied) motor skills of military personnel (officers) of the National Guard of the Russian Federation / V. YU. Egorov, R. V. Kirichenko, A. R. SHajdullov // *Aktual'nye problemy fizicheskoy i special'noj podgotovki silovyh struktur*. 2021;3: 139–142. (In Russ.).
10. Efimov V. V. Special'naya professional'no-prikladnaya fizicheskaya podgotovka kursantov voennyh obrazovatel'nyh organizacij vysshego obrazovaniya vojsk nacional'noj gvardii: monografiya / V. V. Efimov, V. V. Prokopenko, N. N. Cirul'nikov. SPb. : Izd-vo SPVI vojsk nacional'noj gvardii, 2021. 227 s. (In Russ.).
11. Efimov V. V. Organizaciya i metodika obucheniya kursantov voenno-prikladnym uprazhneniyam, vpolnyaemym v ekipirovke: uchebnoe posobie / V. V. Efimov, V. V. Prokopenko, N. N. Cirul'nikov. SPb. : Izd-vo Akademiya vojsk nacional'noj gvardii, 2025. 236 s. (In Russ.).
12. Kamalov R. Z. Tactics are the organizing principle in the system of martial arts // *Uchenye zapiski universiteta P. F. Lesgafta*. 2013;4(98): 49–53. (In Russ.).
13. Karpov E. B. Analiz vzglyadov na organizatsiyu professional'nogo formirovaniya i razvitiya kursantov voennyh institutov Rosgvardii // *Izvestiya Baltijskoj gosudarstvennoj akademii rybopromyslovogo flota*. 2022;3 (61): 233–236. (In Russ.).
14. Karpov E. B. Technology of Professional and Productive Training of Cadets at Military Institutes of the National Guard: Essence, Structure, and Application Features // *Vestnik Sankt-Peterburgskogo voennogo instituta vojsk nacional'noj gvardii*. 2023;4 (25): 148–157. (In Russ.).
15. Kirichenko R. V. CHastnaya metodika trenirovki osnovnyh fizicheskikh kachestv i prikladnyh dvigatel'nyh navykov u voennosluzhashchih vnutrennih vojsk MVD Rossii v raznyh formah fizicheskoy podgotovki: metodicheskoe posobie / R. V. Kirichenko, I. E. Kabaev, V. V. Prokopenko. SPb. : Izd-vo SPVI VV MVD Rossii, 2011. 137 s. (In Russ.).
16. Klimenko A. A. The athlete's activity space and its development during technical and tactical training // *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta*. 2013;6 (200): 65–68. (In Russ.).
17. Kolev N. N. Osobennosti struktury i soderzhaniya silovoj podgotovki vysoko kvalificirovannyh regbistov v godichnom cikle trenirovochnogo processa: avtoref. dis. ... kand. ped. nauk. M. : RGAFK, 1996. 22 s. (In Russ.).
18. Kuchin V. A. Kompleksnyj pedagogicheskij kontrol' v sisteme podgotovki kvalificirovannyh yunyh regbistov. *Pedagogika, psihologiya. Tezisy Vsemirnogo nauchnogo kongressa «Sport v sovremennom obshchestve»*. Tbilisi, 1980. S. 79–80. (In Russ.).
19. Lobanov YU. YA. Fizicheskaya podgotovka v voprosah i otvetah: metodicheskoe posobie / YU. YA. Lobanov, I. E. Kirichenko, V. V. Prokopenko // SPb. : Izd-vo SPVI VV MVD Rossii, 2012. 96 s. (In Russ.).
20. Malinovskij S. V. Modelirovaniye takticheskogo myshleniya sportsmena. M. : Fizkul'tura i sport, 1981. 192 s. (In Russ.).
21. Mironov V. V. Adaptation to physical exertion and transfer of military personnel's preparedness are the objective basis for the impact of physical training on the combat capability of troops // *Aktual'nye problemy fizicheskoy i special'noj podgotovki silovyh struktur*. 2012;1 (14): 92–96. (In Russ.).
22. Prokopenko V. V. Organizaciya i metodika special'noj funkcional'noj podgotovki kursantov voennyh obrazovatel'nyh organizacij vysshego obrazovaniya: monografiya / V. V. Prokopenko, V. V. Efimov, N. N. Cirul'nikov. SPb. : Izd-vo SPVI vojsk nacional'noj gvardii, 2022. 230 s. (In Russ.).

23. Prokopenko V. V. Organizaciya i metodika professional'no-prikladnoj fizicheskoj podgotovki kursantov VOOVO Rosgvardii: monografiya / V. V. Prokopenko, N. N. Cirul'nikov, V. V. Efimov. SPb. : Akademiya vojsk nacional'noj gvardii, 2025. 250 s. (In Russ.).

24. Sportivnye igry: uchebnik / V. YU. Egorov, G. P. Rybakov, (In Russ.). A. A. Tihonchuk [i dr.]; pod obshch. red. V. YU. Egorova. SPb. : Voennyj institut fizicheskoj kul'tury, 2023. 205 s. ISBN 978-5-93856-727-6. (In Russ.).

Информация об авторах

В.В. Прокопенко – кандидат педагогических наук, доцент

А.Р. Шайдуллов – кандидат педагогических наук

Вклад авторов:

Прокопенко В.В. – 90 %,

Шайдуллов А.Р. – 10 % вклад в подготовку публикации..

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Статья поступила в редакцию 17.02.2026;
одобрена после рецензирования 27.04.2025;
принята к публикации 18.06.2026.

Information about the authors

V.V. Prokopenko – Candidate of Sciences (Pedagogy), Docent

A.R. Shaidullov – Candidate of Sciences (Pedagogy)

Contribution of the authors:

Prokopenko V.V. – 90 %,

Shaidullov A.R. – 10 % contribution to the preparation of the publication..

The authors declare no conflicts of interests.

The article was submitted 17.02.2026;
approved after reviewing 27.04.2026;
accepted for publication 18.06.2026.