

Научная статья
УДК 378:147

ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ КУРСАНТА ВОЕННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Олег Игоревич Маликовский^{1✉}, Дмитрий Сергеевич Ковалев²

^{1, 2} Саратовский военный ордена Жукова Краснознаменный институт войск национальной гвардии, Саратов, Россия

¹MalikovskiyOI@rosgvard.ru✉

²KovalevDS@rosgvard.ru

Аннотация. В статье выявляется постановка проблемы воспитания военнослужащих с частной целью развития их личностных качеств с помощью спорта. Описаны характеристики системы воспитания в вооруженных силах и ее фундаментальные принципы. Уделено внимание рассмотрению формально-содержательного и функционального аспекта проблемы.

Ключевые слова: воспитание, система воспитания, методика, личность, личностные характеристики, профессиональные качества, деловые качества, становление личности

Для цитирования: Маликовский О. И., Ковалев Д. С. Влияние спорта на формирование и развитие личности курсанта военной образовательной организации высшего образования Российской Федерации // Известия Саратовского военного института войск национальной гвардии. 2025. № 4 (21). С. 33–37. URL: [https://svkinio.ru/2025/4\(21\)/Malikovskiy_Kovalev.pdf](https://svkinio.ru/2025/4(21)/Malikovskiy_Kovalev.pdf).

Original article

THE INFLUENCE OF SPORTS ON THE FORMATION AND DEVELOPMENT OF THE PERSONALITY OF A CADET IN A MILITARY EDUCATIONAL ORGANIZATION OF HIGHER EDUCATION IN THE RUSSIAN FEDERATION

Oleg I. Malikovskiy^{1✉}, Dmitry S. Kovalev²

^{1, 2} Saratov Military Order of Zhukov Red Banner Institute of the National Guard Troops, Saratov, Russia

¹MalikovskiyOI@rosgvard.ru✉

²KovalevDS@rosgvard.ru

Abstract. The article identifies the formulation of the problem of education of military personnel with the specific goal of developing the personal qualities of these servicemen. The characteristics of the education system in the armed forces and its fundamental principles are described. Attention is paid to considering the formal-substantive and functional aspects of the problem.

Keywords: education, education system, methodology, personality, personal characteristics, professional qualities, business qualities, personality development

For citation: Malikovskiy O. I., Kovalev D. S. The influence of sports on the formation and development of the personality of a cadet in a military educational organization of higher education in the Russian Federation. *Izvestija of the Saratov Military Institute of the National Guard Troops*. 2025;(4):33-37. Available from: [https://svkinio.ru/2025/4\(21\)/Malikovskiy_Kovalev.pdf](https://svkinio.ru/2025/4(21)/Malikovskiy_Kovalev.pdf). (In Russ.).

Формирование человеческой личности – это сложный и многогранный процесс, протекающий в непрерывном взаимодействии с обществом, его нормами, вызовами и ценностями. Формирование личностных качеств курсантов не является исключением. В этом контексте спорт

выступает не просто досугом или физической активностью, а одной из ключевых социальных практик, оказывающих ключевое влияние на индивида. Его высокая общественная значимость и популярность закономерно превращают выдающихся атлетов в кумиров для подрастающего

© Маликовский О. И., Ковалев Д. С., 2025

поколения [1]. Как следствие, их личностные качества, поступки и транслируемые ценности выходят за рамки личных и приобретают огромное общественное звучание, формируя ориентиры и модели поведения для миллионов. По сути, спортивная площадка становится настоящей школой жизни, где в условиях соревновательности и дисциплины закаляются воля, формируется стойкий характер и воспитывается умение противостоять трудностям, что является необходимыми качествами будущего офицера.

В статье акцентируется внимание на том, что первостепенная цель должна заключаться не в культивации исключительно физической оболочки, а в целостном развитии внутреннего мира личности – ее морально-волевых качеств, этических принципов и силы духа. Именно спортивная среда с ее четкими правилами, духом здорового соперничества и необходимостью постоянно преодолевать себя создает идеальные условия для удовлетворения фундаментальных человеческих потребностей: в достижении успеха, признании и самореализации.

Более того, физическая культура является мощным инструментом воспитания критического мышления, поскольку требует стратегического планирования, анализа ошибок и быстрого принятия решений. Она же служит и школой нравственности, прививая уважение к противнику, понимание ценности честного соперничества и командного духа. Важнейшим аспектом является и навык систематической работы над собой, который воспитывается через регулярные тренировки. Таким образом, становится очевидной неразрывная связь физического, духовного и интеллектуального начал в развитии человека – они взаимно обогащают и усиливают друг друга. В итоге спорт создает комплекс необходимых условий для гармоничного роста и становления личности, а физическое воспитание служит главным и незаменимым инструментом в этом процессе.

Занятия спортом оказывают глубокое и многогранное влияние на укрепление силы духа, выступая мощным катализатором личностного роста. Постоянно сталкиваясь с неизбежными физическими и психологическими препятствиями на пути к совершенству – будь то изнурительные тренировки, жесткая конкуренция или моменты болезненных поражений – спортсмен проходит уникальную школу формирования характера. В этих условиях в нем закаляются качества, которые ведущими психологами признаны ключе-

выми для сильной личности: целеустремленность, самостоятельность, смелость, выдержка и самообладание. При этом именно целеустремленность – фундаментальная способность ставить перед собой ясные задачи, концентрировать на них все ресурсы и неуклонно добиваться их вопреки любым трудностям – по праву считается краеугольным камнем этого процесса, основой для развития всех остальных добродетелей [2].

Помимо развития волевых качеств, спорт является неиссякаемым источником позитивных эмоций, внутренней гармонии и уверенности в собственных силах. Каждое достижение, каждый преодоленный рубеж дарят чувство удовлетворения и повышают уровень личной энергии, создавая прочный фундамент для оптимистичного восприятия жизни. В процессе регулярных занятий человек совершает комплексную работу над собой, совершенствуя не только физическую оболочку, но и свой разум. Он учится тонкой координации движений, развивает двигательную память и, что особенно важно, овладевает сложным искусством управления своими эмоциями – умением сохранять хладнокровие в стрессовых ситуациях и направлять энергию переживаний в конструктивное русло, что необходимо любому военнослужащему в боевых условиях.

Нельзя забывать, что человек – существо социальное, и его самооценка в значительной степени формируется и кристаллизуется в процессе взаимодействия с окружающим миром. Спортивная деятельность, будь то командные игры или индивидуальные выступления на публике, оказывает прямое и мощное влияние на этот процесс. Она помогает сформировать адекватное и здоровое отношение к себе, основанное на реальных достижениях, а также дает возможность ощутить свою ценность и значимость для команды, тренера или болельщиков. Через призму признания и взаимной поддержки спортсмен осознает свою роль в коллективе. Благодаря этому комплексному воздействию – закалке характера, воспитанию несгибаемой воли и укреплению социальных связей – спорт способствует развитию тех универсальных качеств, которые являются критически важными для достижения успеха в любой сфере человеческой деятельности.

Таким образом, спорт выступает не просто как физическая практика, а как полноценная система воспитания сильной, целостной и гармонично развитой личности.

Физическая культура личности представляет собой комплексное понятие, охватывающее не только совокупность физических качеств, но и целый спектр социально-психологических характеристик, которые индивид целенаправленно развивает через систематические тренировки. Эти сформированные качества, такие как дисциплинированность, воля к победе и осознание ценности здоровья, в дальнейшем становятся внутренним двигателем, мотивирующим его постоянно улучшать свое физическое состояние и неуклонно придерживаться принципов здорового образа жизни.

При этом спорт выступает в роли уникальной микромоделли общества, где в сжатой и концентрированной форме проявляются все основные типы социальных взаимодействий: сотрудничество, конкуренция, лидерство и подчинение. Проходя через эту модель, спортсмен получает бесценный опыт и формирует для себя прочную систему жизненных ориентиров и нравственных координат. В современном научном и общественном дискурсе ведутся активные дискуссии о многогранном влиянии физических нагрузок на человека. С одной стороны, неоспоримым является факт, что спорт великолепно закаляет характер, повышает общую стрессоустойчивость и учит противостоять давлению обстоятельств [3]. С другой стороны, существует и контраргумент: для многих людей интенсивные тренировки сопряжены с дискомфортом и негативными эмоциями, что заставляет их сознательно избегать физической активности.

Многочисленные научные изыскания убедительно демонстрируют, что различные спортивные дисциплины оказывают дифференцированное воздействие на формирование личности. Так, командные игры, остающиеся наиболее популярными, в основном развивают социальный интеллект и навыки взаимодействия. Боевые искусства и силовые виды спорта, будучи эффективным инструментом самоконтроля, при неправильном педагогическом подходе могут непреднамеренно усиливать проявления агрессии, гнева и гипертрофированной гордости. В то же время занятия хореографией и другими искусствами, связанными с движением, напротив, способствуют обретению душевного равновесия, воспитанию эмпатии и эффективно подавляют проявления жестокости.

Центральным элементом спортивной деятельности является соревновательный процесс.

Стремясь к достижению победы и преодолению собственных пределов, спортсмены целенаправленно и осознанно воспитывают в себе такие фундаментальные качества, как трудолюбие, самоконтроль, стрессоустойчивость и умение управлять волнением даже в самых критических ситуациях. Таким образом, становится очевидно, что процесс спортивного развития по своей сути является синонимом глубокого и всестороннего личностного роста.

Особенно ярко эта взаимосвязь проявляется в детском и юношеском возрасте. Командные виды спорта, такие как футбол, хоккей или баскетбол, доказали свою высочайшую эффективность в развитии у подрастающего поколения уверенности в себе, устойчивой внутренней мотивации и нестандартного, креативного мышления. Например, футбол учит ценностям дружбы, взаимопомощи и коллективной ответственности за общий результат. Бейсбол, в свою очередь, тренирует способность к попеременной концентрации и расслаблению, а также развивает феноменальную быстроту реакции и ситуационную оценку. В конечном счете само разнообразие спортивных условий и вызовов создает богатейшую почву для развития интуиции, гибкости мышления и выдающихся адаптационных способностей человека, которые оказываются незаменимыми далеко за пределами спортивной арены.

Занятия спортом играют фундаментальную роль в расширении поведенческого диапазона индивида и значительном улучшении его способностей к социальному взаимодействию. Осваивая новые двигательные навыки и находясь в командной среде, человек невольно обогащает свой поведенческий репертуар, учится гибкости и адаптивности. Постоянное усложнение спортивных дисциплин, повышение их технической и тактической насыщенности, а также растущая популярность физической культуры в обществе закономерно и существенно усиливают ее многогранное воздействие на процесс личностного развития, превращая спорт из простого увлечения в мощный инструмент формирования характера.

В контексте российских культурно-исторических традиций спорт всегда рассматривался не как сугубо прикладная деятельность, а как высокоэффективное и комплексное средство формирования целостной, гармоничной личности. Эта философия, уходящая корнями в классическую педагогику, подчеркивает неразрывную связь и

взаимное влияние духовного начала и физического совершенства. Воспитание «сильного духа в здоровом теле» было и остается одной из ключевых парадигм, где нравственное развитие ставится в один ряд с атлетизмом.

Систематические физические нагрузки, сопряженные с неизбежными трудностями, а также постоянная ориентация на высокие результаты и преодоление себя воспитывают в военнослужащем стержневые волевые качества: дисциплину, целеустремленность, стрессоустойчивость (устойчивость к неудачам) и умение находить внутреннюю мотивацию даже в условиях рутины. Этот сформированный психологический профиль впоследствии становится критически важным активом, во многом определяющим жизненную успешность человека в самых разных сферах – от профессиональной карьеры до построения личных отношений. Соревновательная среда в данном случае выступает как мощный катализатор личностного роста, ведь объективная необходимость регулярно принимать вызовы, про-

тивостоять острой конкуренции и справляться с давлением побуждает человека раскрывать свой скрытый потенциал, выходя за пределы воспринимаемых возможностей.

Однако при всем осознании бесспорной позитивной роли спорта его полноценному и массовому развитию на индивидуальном и общественном уровне часто препятствует устойчивый системный фактор – хронический дефицит свободного времени. В условиях ускоренного ритма современной жизни, перегруженности работой и учебой, а также обилия информационных потоков, физическая активность часто отодвигается на второй план, воспринимаясь не как базовая потребность, а как опциональная и зачастую жертвуемая статья распорядка дня. Это противоречие между пониманием пользы и нехваткой ресурсов для ее реализации представляет собой одну из ключевых проблем, требующих комплексного решения на уровне тайм-менеджмента, корпоративной культуры и государственной пропаганды здорового образа жизни.

Список источников

1. Бодибилдинг для начинающих. Ростов н/Д: Владис, 2003. 408 с.
2. Мэттьюс, М. Больше. Суше. Сильнее: простая наука о построении мужского тела. М.: Эксмо, 2007. 455 с. Электрон. версия. печ. изд. URL: https://www.litres.ru/book/mettus-maykl/bolshe-sushe-silnee-prostaya-nauka-o-postroenii-muzhskogo-tel-24712174/?utm_source=yandex&utm_medium=cpc&utm_campaign=mixed_web_dsa_drr_feed+607619718+%7Cspecial%7C47441382&utm_content=13971846837&utm_term---autotargetingutm_term---autotargeting&etext=&yclid=6881426232625856511&lfrom_processed=607619718 (дата обращения: 25.09.2025). Доступна на сайте litres.ru: сервис электрон. и аудиокниг. Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.
3. Смирнов А. А., Пауесов С. А. Использование на занятиях по физической подготовке упражнений направленных, на развитие силы и выносливости курсантов посредством круговой тренировки // Альманах Пермского военного института войск национальной гвардии. Серия: педагогика: науч. журн. 2022. № 3 (7). ISSN 2782-6058 (print). Электрон. версия. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-na-zanyatiyah-po-fizicheskoy-podgotovke-uprazhneniy-napravlennyh-na-razvitie-sily-i-vynoslivosti-kursantov-posredstvom/viewer> (дата обращения: 25.09.2025). Доступна на сайте CyberLeninka: Науч. электрон. б-ка.

References

1. *Bodibilding dlya nachinayushhix = Bodybuilding for beginners*. Rostov-on-Don: Izdatel'skij dom "Vladis"; 2003. (In Russ.).
2. Mettius M. *Bol'she. Sushe. Sil'nee: prostaya nauka o postroenii muzhskogo tela = More. Drier. Stronger: The Simple science of building a Man's body*. Moscow: E'ksmo; 2017. Available from: https://www.litres.ru/book/mettus-maykl/bolshe-sushe-silnee-prostaya-nauka-o-postroenii-muzhskogo-tel-24712174/?utm_source=yandex&utm_medium=cpc&utm_campaign=mixed_web_dsa_drr_feed+607619718+%7Cspecial%7C47441382&utm_content=13971846837&utm_term---autotargetingutm_term---autotargeting&etext=&yclid=6881426232625856511&lfrom_processed=607619718 [Accessed 25 September 2025]. (In Russ.).

3. Smirnov AA, Pauesov SA. The use of exercises in physical training classes aimed at developing the strength and endurance of cadets through circular training. *Almanakh Permskogo voennogo instituta voisk natsionalnoi gvardii. Seriya: pedagogika*. 2022;(3). Available from: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-na-zanyatiyah-po-fizicheskoy-podgotovke-uprazhneniy-napravlennyh-na-razvitie-sily-i-vynoslivosti-kursantov-posredstvom/viewer> [Accessed 25 September 2025]. (In Russ.).

Вклад авторов: все авторы сделали эквивалентный вклад в подготовку публикации.
Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Contribution of the authors: the authors contributed equally to this article.
The authors declare no conflicts of interests.

Статья поступила в редакцию 17.11.2025; одобрена после рецензирования 22.12.2025; принята к публикации 29.12.2025.

The article was submitted 17.11.2025; approved after reviewing 22.12.2025; accepted for publication 29.12.2025.