№ 1’ 2021

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СИЛОВЫХ СТРУКТУР

НАУЧНЫЙ РЕЦЕНЗИРУЕМЫЙ ЖУРНАЛ

Входит в перечень ВАК

Главный редактор
Боцман О.С.

Зам. главного редактора
Трапезников С.А.

Ответственный редактор
Пашута В.Л.

Редакционная коллегия
Ашкинази С.М.
Бакулев С.Е.
Дмитриев Г.Г.
Евсеев С.П.
Котов С.А.
Курьянович Е.Н.
Максимов А.Л.
Малофеев В.Г.
Марищук Л.В.
Миронов В.В.
Петренко А.С.
Пономарев Г.Н.
Сивак А.Н.
Сидоркевич И.М.

Научный редактор
Шашкин Г.А.

Научный совет
Дмитриев Г.Г.
Кадыров Р.М.
Курьянович Е.Н.
Миронов В.В.
Хуббиев Ш.З.
Щеголев В.А.

© Военный институт физической культуры

СОДЕРЖАНИЕ

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ И ОБЩЕТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ

Боцман О.С., Трапезников С.А., Пашута В.Л., Беляев В.А. Военнослужащий – первичная боевая система.....7
Козлов А.В., Потанин С.П., Романенко Н.В. Влияние мировых трендов развития высшего образования на формирование личности будущего офицера.....12
Красота В.Н., Лавренчук В.Н., Плотниченко Е.С., Постников А.А. Сопоставление квалификационных требований, предъявляемых к выпускникам высших военно-морских учебных заведений с федеральным государственным образовательным стандартом.....18
Миронов В.В., Красота В.Н., Зайцев О.С., Лавренчук В.Н. Структурно-функциональная модель системы физической подготовки на основе реализации принципа профессиональной прикладности.....27
Палютина З.Р., Колотов В.Я. Лингвистические аспекты профессионального языка адъюнктов военно-физкультурного вуза.....34
Боцман О.С., Пашута В.Л., Козлов А.П., Поярков А.А. Спорт как средство информационной войны.....39
Пашута В.Л., Никольская А.С., Фатеева Е.В. Особенности обучения в современном военном вузе в сложных ситуационных условиях.....45
Степкин М.А., Солнцева А.С. Требования нормативных правовых актов Российской Федерации как основа совершенствования структуры центрального органа управления физической культуры и спорта Вооруженных Сил.....50
Тарасова Е.Н. Дистанционные технологии в системе гуманитарной подготовки будущего офицера.....57
Фофанов А.М., Коваленко В.Н., Черепанов В.А., Титов А.Ю. Теоретико-методологическое обоснование разработки профессионально-прикладной физической подготовки курсантов военно-учебных заведений Министерства обороны Российской Федерации.....62
Чибирков О.Н., Ролдугин П.В., Чупраков Д.А. К вопросу о повышении эффективности занятий по общей тактике с курсантами военно-физкультурного вуза.....68

ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Боцман О.С. О необходимости разработки специально направленной физической подготовки как средства формирования у обучающихся летных военно- учебных заведений профессионально важных качеств военных специалистов летного состава.....72
Дьяченко Н.А., Косьмин И.В., Рыжков А.Н. Оценка индивидуального темпа прохождения соревновательной дистанции у квалифицированных гиревиков.....77
Егоров А.А., Исламов В.А., Матвеев Е.Л., Мартышев А.Н. Развитие общей и специальной выносливости у спортсменов, занимающихся рукопашным боем.....81
Егоров В.Ю., Яцковец А.С., Школьников А.В., Тихончук А.А. Подвижные игры военно-профессиональной направленности как средство физической подготовки операторов радиотехнических войск к профессиональной деятельности по несению боевого дежурства.....87
Зыков А.В. О проекте нового наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации.....94
Картамышев Д.А., Исламов В.А., Глуханьков А.П., Кирюхин С.А. Особенности ведения рукопашной схватки в средствах экипировки и бронезащиты.....99
Рыжаков А.Н., Косьмин И.В., Евдокимов В.Г. Совершенствование техники соревновательных упражнений спортсменов гиревиков с использованием тренажера.....105

№ 1' 2021

Технический редактор
Морозова Е.А.

Редакционная группа
Колотов В.Я.
Палютина З.Р.
Мужчиль О.А.
Козлов А.П.
Сэрэтиняну Е.Г.

Дизайн обложки
Фатеева Е.В.

Михаил И.И., Сорокин В.П., Андросов А.М., Тимофеев И.Ю. Технические устройства как средство повышения качества самостоятельной физической тренировки курсантов и слушателей военной академии….....110
Сорокин В.П., Андросов А.М., Тимофеев И.Ю., Полуян А.В. Исследование характеристик, представляемых мультиспортивными часами в ходе спортивной тренировки….....114

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Аксенов К.В., Елькин Ю.Г., Бесов Е.В. Физическая подготовка военнослужащих к деятельности в нестандартных условиях….....119
Боцман О.С., Щеголев В.А., Дмитриев Г.Г., Керимов Ш. Силы специальных операций Индии.....…124
Бронштейн Р.Б., Мейер Л., Ашкинази С.М., Глуханьков А.П. Анализ террористических атак с использованием холодного оружия в Израиле и динамика активности граждан, записывающихся в секции по обучению Крав Мага.....129
Бурьян В.В., Скворцов С.А., Демьянов В.А., Кессель Б.Б. Анализ зарубежного опыта подготовки горных подразделений в учебных центрах (школах)…...135
Дутчак П.Р., Мифтахов Р.Р., Цуркан О.В. Концептуальные основы обеспечения личной безопасности сотрудников силовых структур….....144
Елохов И.В., Зубков Д.А. Стрелковая подготовка курсантов вузов ФСИН России средствами служебного биатлона….....149
Зыков А.В., Трапезников С.А., Щеголев В.А., Пашута В.Л. Профессиональная подготовка рейнджеров в армии США….....153
Корчагин И.В., Антрофиков С.А., Мужчиль О.А., Петрова П.С. Изменения теста физической и боевой готовности в армии Великобритании.....158
Политов А.В., Першин Ю.Ю., Зеленин А.В. Оценка физической подготовленности военнослужащих сил обороны Финляндии.....…164
Скворцов С.А., Куштаев Е.В., Темирханов Т.А., Привалов А.А. Анализ влияния уровня физической подготовленности на успешность выполнения учебно-боевых задач в условиях горной и высокогорной местности….....174
Чернов Д.В., Кондрашов С.А., Матвеев Е.Л., Данилов А.Б. Профессиограмма военнослужащих десантно-штурмовых подразделений ВДВ в ходе современной боевой подготовки….....180
Черноиванов А.В., Сидорина Т.В., Сергиенко С.В. Организационно-физический компонент профессиографической модели служебно-боевой деятельности офицеров подразделений сил специального назначения войск национальной гвардии России….....187
Шашкин Г.А., Скворцов С.А., Резниченко С.С., Куштаев Е.В. Особенности военно-профессиональной деятельности военнослужащих при выполнении задач в горной и высокогорной местности….....193
Шашкин Г.А., Бурьян В.В., Скворцов С.А., Багреев С.Р. Перспективы подготовки иностранных военнослужащих по программам дополнительного профессионального образования в сфере горной подготовки.....201

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Елькин Ю.Г., Дубровин Д.А. Вопросы организации физической подготовки курсантов с использованием нормированных физических нагрузок….....207
Курьянович Е.Н., Яковлева Е.О., Шестов А.В. Анализ индивидуально-типологических особенностей спортсменов-пятиборцев высокого класса.....…212
Лавриненко В.В., Шевчук М.В., Аржаков В.В. О необходимости использования средств военного многоборья (ВТ-4) для развития специальных физических качеств и формирования военно-прикладных двигательных навыков у курсантов военно-учебных заведений Министерства обороны….....216
Лобжа М.Т., Антрофиков С.А., Федоров И.Г., Рустамханов З.Р. Эмоционально-волевая устойчивость как фундаментальная основа психологической подготовки военнослужащих средствами физической подготовки.....220

№ 1’ 2021

ACTUAL PROBLEMS OF PHYSICAL AND SPECIAL TRAINING OF LAW ENFORCEMENT AGENCIES

SCIENTIFIC REVIEWED JOURNAL

Included in the list of HAC

Учредитель –
Федеральное государственное казенное военное образовательное учреждение высшего образования «Военный институт физической культуры» Министерства обороны Российской Федерации

Свидетельство о регистрации
ПИ № ФС 77 – 67360
от 05.10.2016 г.
ISSN 2414-0198
Индекс для подписки в агентстве «Роспечать» № 80655

Периодичность: 4 номера в год
Подписано в печать: 09.02.2021
Отпечатано в типографии Военного института физической культуры
194044, г. Санкт-Петербург,
Б. Сампсониевский пр., д. 63

Формат 60×90 1/8
Усл. печ. л. 24,75
Тираж 1000 экз.

Адрес редакции:
194044, г. Санкт-Петербург,
Б. Сампсониевский пр., д. 63

Тел., факс +7 (812) 292-31-45
E-mail: info@вифк.рф
www.вифк.рф

Литературная редакция и перевод представлены в авторской версии

© Военный институт физической культуры

Поликарпочкин А.Н., Левшин И.В. Гипербарическая оксигенация при физической реабилитации после перенесенной инфекции «COVID-19».....225
Понимасов О.Е., Минзаренко Д.И. Предстартовое состояние спортсмена-подводника и влияние тренера на него….....231
Смазнов К.С., Баранова О.В., Враге Е.В., Старовойтова О.П. Оздоровительная корригирующая тренировка по гимнастике ветеранов подразделений особого риска в условиях самоизоляции….....237
Хуббиев Ш.З., Лукина С.М. Аэробика как средство физической культуры в структуре здорового образа жизни студенток классического университета….246
Щуров А.Г., Федоренко О.А., Варжеленко И.И., Черевкова Т.Н. Об уровне морфофункционального состояния, физической подготовленности и психоэмоционального статуса военнослужащих в начале полевых учений....251

К 100-летию Джамгарова Т.Т......259
Правила для авторов.....261

№ 1' 2021

CONTENTS

METHODOLOGICAL AND GENERAL THEORETICAL PROBLEMS

Botsman O.S., Trapeznikov S.A., Pashuta V.L., Belyaev V.A. Serviceman as part of the primary military system.....7
Kozlov A.V., Potanin S.P., Romanenko N.V. Influence of world trends of higher education development on the personality formation of a future officer.....12
Krasota V.N., Lavrenchuk V.N., Plotnichenko E.S., Postnikov A.A. Comparison of qualification requirements for graduates of the naval educational institutions with the federal state educational standards.....18
Mironov V.V., Krasota V.N., Zaytsev O.S., Lavrenchuk V.N. Structural and functional model of the physical training system of higher naval educational institution cadets based on implementation of the professionally applied principle.....27
Palyutina Z.R., Kolotov V.Ya. Linguistic aspects of postgraduate occupational language taught at the military institute of physical training.....34
Botsman O.S., Pashuta V.L., Kozlov A.P., Poyarkov A.A. Sports as a means of information warfare.....39
Pashuta V.L., Nikolskaia A.S., Fateeva E.V. Specificities of training in a modern military higher educational institution under difficult situational conditions.....45
Stepkin M.A., Solntseva A.S. Requirements of the regulatory legal acts of the Russian Federation as the basis for improving the structure of the central management body of physical education and sport of the Armed Forces.....50
Tarasova E.N. Distance technologies in the system of humanitarian training of the future officer.....56
Fofanov A.M., Kovalenko V.N., Cherepanov V.A., Titov A.Yu. Theoretical and methodological basis of the professionally applied physical training of cadets of military educational institutions of the Russian defense ministry 62
Chibirkov O.N., Roldugin P.V., Chuprakov D.A., The problem of improving the effectiveness of general tactics classes with cadets of the Military Institute of Physical Training.....68

PROBLEMS OF PHYSICAL TRAINING AND SPORT

Botsman O.S. The need to develop specifically aimed physical training as a means of formation of professionally important qualities of military air crew specialists among cadets of air military educational institutions.....72
Dyachenko N.A., Kosmin I.V., Ryzhkov A.N. Estimation of the individual pace of passing the competitive distance for qualified weightlifters.....77
Egorov A.A., Islamov V.A., Matveev E.L., Martyshev A.N. Development of general and special endurance in hand-to-hand athletes.....81
Egorov V.Yu., Yatskovets A.S., Shkolnikov A.V., Tikhonchuk A.A. Professionally oriented military outdoor games as a means of physical training of operators of radio-technical troops for professional activity on combat duty.....87
Zykov A.V. The draft of the new physical training manual of the Russian Armed Forces.....94
Kartamyshev D.A., Islamov V.A., Glushankov A.P., Kiryukhin S.A. Features of hand-to-hand combat in equipment and armor protection tools.....99
Ryzhkov A.N., Kosmin I.V., Evdokimov V.G. Improving the technique of competitive exercises for weightlifters using a simulator.....105
Mikhail I.I., Sorokin V.P., Androsov A.M., Timofeev I.Yu., Technical devices as a means of improving the quality of independent physical training of cadets and students of the military academy.....110

Sorokin V.P., Androsov A.M., Timofeev I.Yu., Poluyan A.V. Study of the characteristics represented by a multisport watches during sports training……114

PROFESSIONAL ACTIVITY IN EXTREME CONDITIONS

Aksenov K.V., Elkin Yu.G., Besov E.V. Physical training of the military for activities under non-standard conditions…….....119
Botsman O.S., Shchegolev V.A., Dmitriev G.G., Kerimov Sh.A. Indian special operations forces…....….124
Bronstein R.B., Meier L., Ashkinazi S.M., Glushankov A. P. Researching of the correlation between cold-weapon terrorism and the number of citizens enrolled in the Krav Maga training section in the state of Israel….....….129
Buryan V.V., Skvortsov S.A., Demyanov V.A., Kessel B.B. Analysis of foreign training experience mining units in training centers (schools)…..135
Dutchak P.R., Miftakhov R.R., Tsurkan O.V. Conceptual framework for security personal security of law enforcement officers….....144
Elokhov I.V., Zubkov D.A. Cadets’ shooting training at higher educational institutions of the federal penitentiary service of Russia through service biathlon…….....149
Zykov A.V., Trapeznikov S.A., Shchegolev V.A., Pashuta V.L. Professional training of rangers in the US Army…….....…..153
Korchagin I.V., Antrofikov S.A., Muzhchil O.A., Petova P.S. The physical and combat fitness test changes in the British Army…….....….158
Politov A.V., Pershin Yu.Yu., Zelenin A.V. Physical fitness assessment of the Finnish Defence Forces personnel….....……164
Skvortsov S.A., Kushtaev E.V., Temirkhanov T.A., Privalov A.A. Analysis of the physical fitness impact on the success of performance of training and combat tasks in the conditions of mountain and high mountain terrain…….....…174
Chernov D.V., Kondrashov S.A., Matveev E.L., Danilov A.B. Job profile of airborne troops servicemen in today’s combat training…….....180
Chernoivanov A.V., Sidorina T.V., Sergienko S.V. Organizational and physical component of job profile models of military service and officers of the units of special forces of Russian national guard troops….....….187
Shashkin G.A., Skvortsov S.A., Reznichenko S.S., Kushtaev E.V. Peculiarities of military-professional activities of military services during fulfilling tasks in mountain and high mountain terrain….....….193
Shashkin G.A., Buryan V.V., Skvortsov S.A., Bagreev S.R. Perspectives of training the foreign military in the framework of additional occupational education program in the field of mountain training.....201

PSYCHOLOGICAL, PEDAGOGICAL AND MEDIOBIOLOGICAL SUPPORT OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS

Elkin Yu.G., Dubrovin D.A. Issues of organizing cadets’ physical training using regular physical activity….....207
Kuryanovich E.N., Yakovleva E.O., Shestov A.V. Analysis of individual and typological features of high-class pentathlonists…….....….212
Lavrinenko V.V., Shevchuk M.V., Arzhakov V.V. The need to use the means of military all-around (MAR-4) for the development of special physical qualities and formation of military-applied motor skills in cadets of military educational institutions of the Defence Ministry….....…..216
Lobzha M.T., Antrofikov S.A., Fedorov I.G., Rustamkhanov Z.R. Emotional and volitional stability as a fundamental basis of psychological training of military personnel by means of physical training….....220
Polikarpochkin A.N., Levshin I.V. Hyperbaric oxygenation in physical rehabilitation after recovery from «COVID-19» infection…….....225
Ponimasov O.E., Minzarenko D.I. The pre-start state of an diver and the influence of the coach on him….....231
Smaznov K.S., Baranova O.V., Vrage E.V., Starovoitova O.P. Health

№ 1' 2021

correction training in gymnastics of veterans of special risk units under self-isolation conditions….....237
Khubbiev Sh.Z., Lukina S.M. Aerobics as a means of physical training in the structure of a healthy lifestyle of classical university students….....246
Shchurov A.G., Fedorenko O.A., Varzhelenko I.I., Cherevkova T.N. The level of morphofunctional state, physical readiness and psychoemotional status of military personnel at the beginning of the field exercises….....251

To the centenary of Dzhamgarov T.T......259
Rules for authors.....261

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ И ОБЩЕТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ

УДК 796.001.83(100)

ВОЕННОСЛУЖАЩИЙ – ПЕРВИЧНАЯ БОЕВАЯ СИСТЕМА

Боцман Олег Станиславович, генерал-майор, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, кандидат педагогических наук, начальник Военного института физической культуры, Санкт-Петербург;

Трапезников Сергей Александрович, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, кандидат педагогических наук, доцент, заместитель начальника института по учебной и научной работе, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Пашута Валерий Лукич, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Беляев Владимир Александрович, кандидат военных наук, доцент, профессор кафедры тактики и общевойсковых дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

A SERVICEMAN AS PART OF THE PRIMARY MILITARY SYSTEM

Botsman O.S., Major General, Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Candidate of Pedagogics, Head of the Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Trapeznikov S.A., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Deputy Head of the Institute for academic and scientific work, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Pashuta V.L., Honorary Higher Education Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Head of the Department of Humanities and Socio-economic Disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Belyaev V.A., Candidate of Military, Associate Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье обоснован подход к дальнейшему изучению роли и значения отдельного военнослужащего с точки зрения теории боевых систем; отмечается тенденция превращения отдельного военнослужащего в полноценную боевую систему; раскрывается значение человеческого фактора, в частности его физической составляющей, как важного элемента первичной боевой системы; обозначаются пути научных изысканий в области повышения эффективности физической составляющей человеческого фактора в современной и будущей вооруженной борьбе; отмечается необходимость достижения высоких уровней боевой эффективности солдата в бою за счет интегрирования в единый комплекс – боевую систему – его физических качеств, оснащения его боевыми, обеспечивающими и вспомогательными системами нового поколения.

Ключевые слова:

боевая система, отдельный военнослужащий, первичная боевая система, человеческий фактор, физическая составляющая человеческого фактора.

Abstract:

An approach to further studying the role and importance of an individual serviceman from the point of view of the military system theory is presented in the article. There is a trend of transformation of an individual serviceman into the complete military system. The importance of the human factor, its physical component in particular, as an important element of the primary military system is revealed. The trend of scientific research in the field of increased efficiency of the physical component of the human factor in current and future armed combat is determined. The necessity to achieve high levels of combat effectiveness of a soldier in battle by integrating his physical qualities into a single complex – a combat system, equipping him with new – generation combat, support and auxiliary systems is noted.

Key words:

military system, an individual serviceman, primary combat system, human factor, physical component of the human factor.

ВВЕДЕНИЕ

Изменяющийся характер вооруженной борьбы предъявляет новые требования к военной науке.

Современная военная наука рассматривает вооруженную борьбу как противоборство боевых систем [1]. Однако существующие положения теории боевых систем не в полной мере рассматривают роль человеческого фактора в вооруженной борьбе, что не вполне отвечает требованиям современных реалий подготовки и ведения боевых действий (рис.1).



Рисунок 1 – Структура и основные связи теории боевых систем

Современные тенденции развития боевой техники и снаряжения, вооруженной борьбы в целом свидетельствуют о том, что будущие войны планируется вести малыми контингентами, при этом значительно возрастает роль и значение отдельного военнослужащего. Победа в любом бою складывается из успешных действий отдельных солдат, экипажей танков и боевых машин, расчетов орудий, минометов и т. д. Чем больше поражения каждый воин нанесет живой силе и боевой технике противника, тем успешнее будет выполнена боевая задача.

Поэтому исследования о значении и роли отдельного военнослужащего в современной вооруженной борьбе и, особенно, вооруженной борьбе будущего являются актуальной задачей на современном этапе развития военной науки, а теория боевых систем требует дальнейшего расширения (рис. 2).



Рисунок 2 – Расширенная структура и основные связи теории боевых систем

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Поле боя уже стало единым информационным пространством, на котором каждый солдат стал такой же самостоятельной боевой единицей, как танк, боевая машина пехоты или орудие только весом поменьше. Требования современного боя и боя будущего предъявляют к нему повышенные запросы: он должен мгновенно оценивать обстановку, постоянно быть на связи, в совершенстве владеть множеством видов оружия, быть в состоянии выполнить задачу в любых условиях обстановки. Отдельный солдат становится боевой единицей, которая может действовать как самостоятельно, так и интегрироваться в боевую систему более высокого ранга (боевую машину, подразделение и т.п.).

Чтобы интегрировать бойца в высшую боевую систему, в мире разрабатываются многофункциональные комплексы экипировки и вооружения, объединяющие в себе физическую защиту, средства навигации и связи, прицельную и наблюдательную аппаратуру, а также медицинскую аппаратуру, проводящую мониторинг физического состояния военнослужащего.

В армейские экипировки нового поколения интегрируются робототехнические комплексы, экзоскелеты и компактные разведывательные и ударные беспилотники.

Экипировка солдата будущего повышает боевые и физические возможности военнослужащего.

Значительно возрос спектр выполняемых военнослужащим боевых задач. В первую очередь это его участие в различных видах военных операций как на конкретном театре военных действий (ТВД) - в районах локальных конфликтов на отдельном направлении, так и одновременно на нескольких операционных направлениях.

Достижение принципиально нового уровня боевой эффективности солдата в бою на современном этапе обеспечивается за счет оснащения его ударными, обеспечивающими и вспомогательными системами нового поколения, интегрированными в единый комплекс.

Таким образом, можно определенно говорить о том, что современный военнослужащий отвечает определению «боевая система».

Военная наука определяет боевую систему как совокупность функционально взаимосвязанных сил и средств, способных в своем системном взаимодействии самостоятельно решать поставленные боевые задачи

в соответствии со своим предназначением. Боевая система является одной из основных категорий военной системологии и обобщает такие понятия как подразделение, часть, соединение, объединение и т.д. Боевой системой может быть отдельный танк, самолет или корабль, т.е. та и только та система, перед которой может быть поставлена какая-либо боевая задача и которая обладает необходимым боевым потенциалом для ее решения.

В состав боевой системы в качестве подсистем входят: ударная система, предназначенная для непосредственного поражения или подавления противника; управляющая система, предназначенная для управления оружием с соответствующими техническими средствами управления и связи; обеспечивающая система, предназначенная для повышения потенциальной эффективности ударной системы, поддержания ее боевой устойчивости, создания условий наиболее полной реализации ударного потенциала; обслуживающая система, предназначенная для поддержания ударной системы в боеспособном состоянии. По масштабу боевые системы подразделяются на тактические, оперативные и стратегические.

Основным свойством (качеством боевой системы) является ее боевая способность, т.е. подготовленность к решению боевых задач в соответствии с предназначением. Боевая система может находиться в различных состояниях готовности к решению поставленных боевых задач, т.е. может находиться в различных степенях боеготовности [2].

Анализ взглядов отечественных и зарубежных военных специалистов [3, 4], свидетельствует о том, что значительных изменений в подготовке и ведении боевых действий следует ожидать от создания противоборствующими сторонами в недалеком будущем боевых систем типа «одиночный боец», «одиночный боец + вспомогательный робот», «одиночный боец + боевой робот» и др. Такие создаваемые боевые системы по масштабу следует считать первичными, поскольку военнослужащий является первичным элементом подразделения, части, соединения и объединения – основ тактических, оперативных и стратегических боевых систем.

В сочетании с надлежащими системами освещения обстановки, едиными системами связи и управления войсками (силами) и оружием военнослужащий как первичная боевая система приобретает качественно новые свойства, а вооруженная борьба предстает перед военными специалистами как процесс взаимного воздействия друг на друга не только сложных организационно-технических систем - боевых систем, но и первичных боевых систем – отдельных военнослужащих.

Предлагаемый подход означает переход к исследованию воина (военнослужащего) как боевой системы, анализу ее целенаправленного функционирования и выявлению присущей ей закономерностей. При этом научные и практические работы следует направлять на поиск новых нетрадиционных средств и способов воздействия на отдельные элементы и свойства противостоящих первичных боевых систем противника, которые могут сорвать их функционирование без применения ударного оружия.

Для реализации перехода к исследованию воина (военнослужащего) как боевой системы необходимо располагать инструментарием: понятийным аппаратом, количественно-качественными характеристиками и критериями эффективности всех структурных элементов систем, моделями их функционирования и т. п.

Понятийный аппарат, согласно теории боевых систем, включает ряд понятий. Основные из них: боевая система (БС), подсистемы и надсистема БС; состояние, структура, режимы и способы функционирования БС и ее элементов; функциональные свойства БС - интеллект, организованность, управляемость, наблюдаемость, скрытность, боевая устойчивость, боевые возможности и др.

Пристального внимания и изучения заслуживает такая особенность первичный боевой системы как человеческий фактор. Он является основой, к которой «крепятся» другие подсистемы: ударная, управляющая, обеспечивающая, обслуживающая.

В современных условиях категория «человеческий фактор» главным образом используется в двух значениях: во-первых, для характеристики взаимодействия сложной системы «человек-техника» как причина (детерминант) какого-либо явления, чаще отрицательного (дорожно-транспортного происшествие, авария самолета и др.), и, во-вторых, как интегральная совокупность и показатель качественных характеристик человеческой составляющей боевого потенциала воинских формирований [5].

Для рассматриваемой темы приемлема вторая трактовка категории «человеческий фактор». В научной литературе вторая трактовка категории «человеческий фактор» характе-

ризуется как реально действующая совокупность духовных и физических сил подразделений, частей и отдельных военнослужащих [5].

Несомненный интерес для военных специалистов имеет физическая составляющая человеческого фактора. Эти проблемы нашли свое отражение в ряде публикаций ученых Военного института физической культуры [6-12].

С точки зрения теории боевых систем физическая составляющая человеческого фактора не рассматривалась. На наш взгляд, назрела необходимость системного подхода к изучению физической составляющей человеческого фактора в современной вооруженной борьбе.

Первостепенное значение имеет определение структуры физической составляющей человеческого фактора. По нашему мнению, элементами физической составляющей человеческого фактора могут быть: физическое состояние (возможности) – физическое развитие, функциональное состояние, физическая подготовленность (физические качества, двигательные навыки); физические способности; физическая готовность; физическая устойчивость [7, 6, 11].

Реалии современной вооруженной борьбы, в особенности вооруженной борьбы будущего, требуют изменения подходов к изучению роли и значения физического фактора отдельного военнослужащего в боевых действиях. Настоящая статья обозначает назревшее направление исследований в этой области и призвана привлечь внимание военных исследователей к повышению физической составляющей человеческого фактора в современных и будущих вооруженных действиях.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Понятие боевой системы становится одной из основных категорий современного военного искусства, своеобразным ключом к системному познанию исследуемых процессов. Осознание его познавательной силы позволяет считать целесообразным и своевременным отдельного военнослужащего как первичную боевую систему.

Поднятая в статье тема вызывает настоятельная необходимость в пристальном изучении сущности физической составляющей первичной боевой системы, ее структуры и взаимосвязей.

Достижение принципиально нового уровня боевой эффективности солдата в бою, на наш взгляд, возможно за счет дальнейшего повышения и совершенствования его физической подготовки, оснащения его боевыми, обеспечивающими и вспомогательными системами нового поколения, интегрированными в единый комплекс – боевую систему.

ЛИТЕРАТУРА

1. Голосов, Р. А. К теории боевых систем / Р. А. Голосов, Г. И. Сабуров, Э. Г. Шевелев, Н. Н. Харламов // Военная мысль. – 1990. – № 9. – С. 16-24.
2. Моделирование и оценка эффективности боевых действий РВСН : учеб. / Под ред. В. Д. Ролдугина. – М. : ВА РВСН им. Петра Великого, 2005. – 620 с.
3. Доспехи «солдата будущего» // Армейский стандарт [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://armystandard.ru/news/t/2019522119-7NodO.html.
4. Экипировка солдат будущего // Военное обозрение [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://topwar.ru/7049-ekipirovka-soldat-buduschego.html.
5. Корчемный, П. А. Военная психология: методология, теория, практика / П. А. Корчемный. – М. : Воениздат, 2010 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://medbib.in.ua/ponyatie-moralno-psihologicheskom-sostoyanii-38901.html.
6. Теория и организация служебно-прикладной физической подготовки, физической культуры и спорта : Ч. 1: учеб. для курсантов Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2014. – 297 с.
7. Миронов, В. В. Направления и пути совершенствования физической подготовки как важного фактора поддержания боеспособности военнослужащих / В. В. Миронов, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2017. – № 3. – С. 8-13.
8. Пашута, В. Л. Физическая подготовка как основной элемент физической готовности военнослужащих к выполнению задач в контртеррористической операции / В. Л. Пашута, В. А. Беляев // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 4. – С. 40-42.
9. Боцман, О. С. Некоторые особенности физической подготовки войск, предназначенных для ведения боевых действий за пределами Российской Федерации / О. С. Боцман, С. А. Трапезников, В. Л. Пашута, В. А. Беляев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 2. – С. 43-48.
10. Трапезников, С. А. Некоторые особенности организации физической подготовки в воинской части при вве-

дении режимов противодействия терроризму / С. А. Трапезников, В. Л. Пашута, В. А. Беляев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 3. – С. 109-114.
11. Трапезников, С. А. Физическая готовность военнослужащего–интеграционная составляющая боевой готовности / С. А. Трапезников, В. Л. Пашута, В. А. Беляев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 2. – С. 5-10.
12. Трапезников, С. А. Физическая культура населения – залог боевой готовности государства / С. А. Трапезников, В. Л. Пашута, В. А. Беляев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 42-46.
13. Боцман, О. С. Влияние современных тенденций разрешения вооруженных конфликтов на содержание действий войск / О. С. Боцман, С. А. Трапезников, В. Л. Пашута, В. А. Беляев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С. 36-43.

REFERENCES

1. Golosov, R. A. On the theory of combat systems / R. A. Golosov, G. I. Saburov, E. G. Shevelev, N. N. Kharlamov // Voennaya mysl. – 1990. – No. 9. – P. 16-24.
2. Modeling and evaluation of the effectiveness of combat operations of the strategic missile forces / Ed. by V. D. Roldugin : Textbook. – Moscow : The Peter The Great GSMF Academy, 2005. – 620 p.
3. Armor «soldier of the future» // The army standard. – Available at : https://armystandard.ru/news/t/2019522119-7NodO.html.
4. Equipment for future soldiers // Military review. – Available at : https://topwar.ru/7049-ekipirovka-soldat-buduschego.html.
5. Korchemny, P. A. Military psychology: methodology, theory, practice / P. A. Korchemny. – M. : Voenizdat, 2010. – Available at : http://medbib.in.ua/ponyatie-moralno-psihologicheskom-sostoyanii-38901.html.
6. Theory and organization of service-applied physical training, physical culture and sports : Pt. 1 : Textbook for cadets of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2014. – 297 p.
7. Mironov, V. V. Physical training in the structure of combat training of military personnel of special forces / V. V. Mironov, V. L. Pashuta, A. A. Taranenko // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2009. – No. 3. – P. 170-175.
8. Pashuta, V. L. Physical training as the main element of physical readiness of military personnel to perform tasks in a counter-terrorism mission / V. L. Pashuta, V. A. Belyaev // Theory and practice of physical training. – 2018. – No. 4. – P. 40-42.
9. Botsman, O. S. Certain specificities of physical training of the troops to combat outside the Russian Federation / O. S. Botsman, S. A. Trapeznikov, V. L. Pashuta, V. A. Belyaev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 2. – P. 43-48.
10. Trapeznikov, S. A. Some essential properties of physical training provision in a military unit by introducing regimes to strengthen counter terrorism / S. A. Trapeznikov, V. L. Pashuta, V. A. Belyaev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 3. – P. 109-114.
11. Trapeznikov, S. A. Physical readiness of a serviceman – an integration component of combat readiness / S. A. Trapeznikov, V. L. Pashuta, V. A. Belyaev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 2. – P. 5-10.
12. Trapeznikov, S. A. Physical training of the population as a guarantee of the state combat readiness / S. A. Trapeznikov V. L. Pashuta, V. A. Belyaev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 42-46.
13. Botsman, O. S. The influence of modern trends in the resolution of armed conflicts on the content of military operations / O. S. Botsman, S. A. Trapeznikov, V. L. Pashuta, V. A. Belyaev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 4. – P. 36-43.

УДК 355.232.6: 378.147.015.3

ВЛИЯНИЕ МИРОВЫХ ТРЕНДОВ РАЗВИТИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ БУДУЩЕГО ОФИЦЕРА

Козлов Алексей Владимирович, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, Военно-медицинская академия имени С.М. Кирова, Санкт-Петербург;

Потанин Сергей Павлович, кандидат педагогических наук, доцент, Военно-медицинская академия имени С.М. Кирова, Санкт-Петербург;

Романенко Николай Васильевич, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

INFLUENCE OF WORLD TRENDS OF HIGHER EDUCATION DEVELOPMENT ON THE PERSONALITY FORMATION OF A FUTURE OFFICER

Kozlov A.V., Honorary Higher Education Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, the Kirov Military Medical Academy of the Russian Defense Ministry, St. Petersburg;

Potanin S.P., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, the Kirov Military Medical Academy of the Russian Defense Ministry, St. Petersburg;

Romanenko N.V., Honorary Higher Education Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье освещаются мировые тенденции образовательных изменений, осуществляемых и планируемых в ведущих гражданских вузах. Прогнозируются результаты влияния рассматриваемых образовательных инноваций, при условии их внедрения в военное образование, на личность курсантов, обучающихся в военных вузах.

Ключевые слова:

цифровизация, глобализация, персонализация, массовость, геймификация, машинное онлайн обучение, деформация личности, потеря субъектности.

Abstract:

The article highlights the global trends in educational changes, implemented and planned in leading civilian higher educational institutions. The results of the influence of the given educational innovations, subject to their introduction into military education, on the personality of cadets studying at military higher educational institutions are predicted.

Key words:

digitalization, globalization, personalization, mass character, gamification, online machine learning, personality deformation, loss of subjectivity.

ВВЕДЕНИЕ

Намечаемые изменения в системе высшего образования обусловлены новой картиной будущего, связываемой с характеристиками наступающего в развитых странах мира шестого технологического уклада [1-5, 8].

Черты шестого технологического уклада: цифровая экономика, робототехника и искусственный интеллект; нано – и биотехнологии; когнитивные и аддитивные технологии; активное природопользование и замкнутые циклы в производстве; рефлексивные механизмы в управлении; цифровое бессубъектное право.

Для управления технологиями шестого технологического уклада нужны особые специалисты. Нужны технологи-мыслители и интеграторы-мудрецы. Специалист, закончивший вуз будущего, должен иметь компетенции освоения любой быстро изменяющейся технологической среды, а также компетенции интеграции отдельных частей систем, сред и технологий в целое. Выпускник вуза будущего должен уметь думать не так, как работает компьютер, аналитическая программа или искусственный интеллект.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Опираясь на тенденции, проявляющиеся в настоящее время, и в связи с вышеизложенным, аналитики выделяют следующие направления стратегического развития высшего образования [6-8]:

1. Глобализация посредством МООС-об-

разовательных платформ. Аббревиатура МООС означает массовые открытые образовательные курсы. Вокруг ведущих провайдеров онлайн-образования в мире будет сформировано несколько – не более 5-10 крупных альянсов (университетов для миллиардов), которые будут пропускать через МООС-образование основную массу онлайн-студентов.

2. Индивидуализация, означающая построение личного профиля компетенций. Личный профиль компетенций будет создаваться, достраиваться и применяться как репутационный ресурс на протяжении всей жизни человека и во всех ее сферах – учеба, игра, хобби, волонтерство и другие. Главный технический вопрос состоит в том, чтобы сделать эти данные отчуждаемыми от конкретных образовательных учреждений, работодателей и отраслей. Речь идет о переходе от дипломов знаний к дипломам компетенций. Растущий спрос на аутентичность – поиск возможностей двигаться по своему уникальному маршруту жизни, ориентируясь на собственные глубинные интересы и стремясь максимально раскрыть свой творческий потенциал – становится значимым социальным явлением, и «новое» образование будет все более мигрировать именно в сторону форм, связанных с индивидуализацией и персонализацией образования.

3. Массовость – вовлечение в образование новых групп населения. Групп, недооцененных или получающих недостаточное внимание со стороны традиционных систем образования (ранне-самостоятельные дети, «модернистские» семьи, «новые старые», «лишние люди» и др.).

4. Обучение в деятельности. Вместо учебных университетских групп – сообщества практик. Ядром сообщества является практическая деятельность, которая может быть организована в виде проекта или миссии. Новый участник учится преимущественно в деятельности, входя в рабочую группу проекта в соответствии со своими компетенциями, постепенно осваивая новые позиции. Сообщества практик предлагают возможности для обучения в совместной деятельности: горизонтального обучения (обмен опытом) и слабо-вертикального обучения (освоение стандартов и сертификация) – в отличие от жестко-вертикальных структур типа школ и университетов. Сообщества выступают в этом смысле как пространства взаимного обучения, «коллективные гуру», где ценный опыт каждого может быть использован другими к взаимному развитию. С развитием Интернета сообщества практик могут объединять обучающихся по всему миру.

Разумеется, в вузах останутся отдельные преподаватели – «гуру мирового класса», которые будут выступать трансляторами уникального знания через формат МООС-образования. Но в большинстве случаев миры высшего образования намерены перейти от индивидуального преподавания к совместной учебной деятельности «коллективных гуру». В логике «коллективного обучения» каждый участник может выступать учеником и учителем, носителем ценного опыта и тем, кто может его воспринять. Центральным процессом образования становятся развивающиеся практические коммуникации «старших» и «младших» членов практик, вспомогательным процессом – специально и отдельно организованная трансляция знаний. Широкое распространение могут получить «университеты сообществ», в которых сообщества практик коллективно заказывают для себя основные образовательные программы подготовки. Ядром таких программ будет профессиональный стандарт, сформированный ведущими практиками внутри сообщества. Многочисленные дополнительные программы должны соответствовать текущим интересам и вспомогательным задачам развития сообщества.

Образовательный процесс может происходить как индивидуально, так и в групповом формате. Значительную его часть будет занимать совместное обучение с другими учащимися в сообществах практик или даже в семьях, а также в реальных образовательных организациях.

5. Геймификация образования. Ведущая деятельность в образовании – и игра, и учение. Длительные игровые формы оказываются одним из наиболее эффективных способов организовывать командную активность, стимулировать творчество и преодолевать шаблоны мышления. В частности, на эту задачу работают тренажеры с биологически обратной связью, высокотехнологичные симуляторы и специально сконструированные виртуальные миры, а также геймифицированные среды для принятия индивидуальных и коллективных решений, краудсорсинга идей, операторской деятельности и др.

Поскольку спрос на управляемое развитие творческих способностей является одним из ведущих в экономиках развитых стран, ожидается, что в ближайшее десятилетие возник-

нут и начнут развиваться самодеятельные и специально организованные клубы, которые на западе называют стартап-инкубаторами или «взрослыми садами». Эти понятия объединяют места, где взрослые могут «снимать с себя» свои социальные роли и обязанности, возвращаться в состояние «человека играющего», и в этом состоянии заниматься любой интересующей их идеей, мыслю, чувством или творческим проектом без риска осуждения со стороны окружающих.

6. Реорганизация научных университетских исследований. В обеспечении системных теоретических обобщений результатов, удерживающих научную картину мира, будут использованы семантические искусственные интеллекты. Речь идет о семантизации интернета, которая означает:

• разработку «карт науки», кластеризующих исследования по смыслам и «перебрасывающих мосты» между ними, «сшивая» результаты научных исследований в единое смысловое поле по предметам исследований;

• создание семантического искусственного интеллекта, использующего «карты науки», составляющего вики-сборки, обобщающие представления отдельных авторов и даже отдельных дисциплин о предмете исследований;

• формирование научных коллективов (как правило, распределенных), работа которых будет сопровождаться семантическими искусственными агентами (программами семантического искусственного интеллекта), определяющими перспективность научных разработок и их место в больших «картах знаний»;

• представление результатов научных исследований «не в тексте, а в цифре». При полной оцифровке процесса и результатов научных работ и при сопровождении этой работы семантическими системами научная статья как форма коммуникации оказывается избыточной. Критерием научного знания становятся сложные цифровые модели и другие результаты экспериментов, навсегда запечатленные в кодированных областях Интернета в виде графиков, таблиц, матриц, уравнений.

7. Новая дидактика. Футурологи так определяют черты дидактики будущего высшей школы:

• представление об образовательной организации как о педагогической системе уступит место представлению об образовательной организации как о рефлексивно-активной саморазвивающейся образовательной среде, существующей в сетевой форме;

• статическая компетентностная модель выпускника вуза будет заменена на динамическую, в которой изменение (приращение) профиля компетенций будет происходить в ходе образовательных сессий и прохождения этапов обучения;

• среди форм учебной работы превалировать будут коллективные меж- и трансдисциплинарные учебные проекты, объединяющие обучающихся разных стран. Барьеры непонимания будут стерты за счет сетей и искинов – мгновенных автопереводчиков;

• в организации образовательного процесса будет реализовано смешанное обучение (электронное онлайновое – для формирования знаний и умений умственной деятельности; класс-урочное контактное с обучающей системой или, в крайнем случае, с преподавателем – для формирования моторных умений, владений и компетенций в целом);

• в образовательной организации появятся центры симуляционных технологий, центры научных исследований, независимые ассессмент-центры профессиональных компетенций;

• педагогическая оценка результатов образования будет осуществляться в основном электронными экспертными системами или роботами в виде перекрестной «оценки 360» (оценка учебной деятельности, общения и поведения обучающегося со многих позиций). Оцениваться будут все компетенции индивидуального профиля обучающегося (по разработанным индикаторам компетенций). Отдельные топовые учебные работы и образовательные достижения будут оцениваться отдельными преподавателями-«мировыми гуру». Такая человеческая оценка будет безличностной (анонимной);

• новые дидактические приемы и способы: ожидается широкое и повсеместное использование цифровых образовательных ресурсов и различных девайсов; отмечается лавинообразный рост использования подкастов, образов и видеоконтента (адаптивный дизайн); конструируются все новые дидактические приемы, помогающие развитию учебной самодеятельности студентов. Так, например, все больше в высшем образовании применяется прием «перевернутый класс», при котором теоретический материал с помощью адаптивного дизайна передается обучающимся перед контактным занятием с преподавателем, а на

самом занятии преподаватель отвечает на возникшие в ходе изучения учебного материала вопросы обучающихся и решает с ними задачи по самостоятельно пройденному учебному материалу.

8. Нейронет как новая коммуникативно-обучающая среда, уничтожающая и традиционное, и прогнозируемое инновационное образование. Считается, что дальнейшее развитие когнитивных технологий создаст новые возможности человеко-машинной коммуникации, которые через 15-25 лет приведут к появлению в мире новой коммуникативной среды – Нейронета. Нейрокоммуникации в среде нейронета основаны на протоколах прямого взаимодействия нервных систем. На основе этих сред прогнозируется возникновение первых нейроколлективов – групп, использующих «новые языки» нейрокоммуникации для эффективной совместной работы. Эти группы будут интегрированы с искусственными интеллектами, с «живыми моделями знаний – мировыми гуру», с неантропоморфными роботами-помощниками. В процессе работы этих групп будет формироваться экзокортекс – искусственные компоненты сознания, «бесшовно» взаимодействующие с психиками участников (за счет механизмов сверхбыстрого обучения). Они будут нацелены на иррациональное бессознательное, которое лучше справляется с решением нестандартных задач в условиях неопределенности начальных условий и дефицита времени.

В далеком будущем возникнут сервисы нейронета для обучения, общения, творчества и коллективной деятельности в нейросети, а также множество возможностей для индустрии медиа и развлечений. Главное отличие от нынешнего Интернета будет состоять в том, что Нейронет будет строиться на коммуникации с использованием совершенно новых принципов и специальных уникальных языков, соединяющих «карты» нервных систем. Такая коммуникация будет происходить быстрее и точнее, в ней появится возможность «выражать невыразимое», «перегружать знания» напрямую из одной нервной системы в другую, обмениваться не только вербальными знаками, но и ценностными психоэмоциональными метками. За счет воспроизводства друг у друга сложных и высокореалистичных ощущений появится возможность обмена опытом переживаний.

В случае, если среда Нейронета будет реализована в соответствии с прогнозами футурологов, это будет означать «конец классической педагогики» в том виде, как мы ее знаем. Новая нейропедагогика будет специально настроена под нейронет и возможности сверхбыстрого обучения в сети.

Мировые тренды высшего образования очерчивают область анализа изменений образовательных организаций, задают вектор развития педагогики и педагогической психологии. Этот вектор может быть обозначен как глобальная цифровизация образовательного процесса и отчуждение преподавателя от обучающегося.

Россия и ее высшее образование, если не откажутся от Болонской образовательной системы и западных критериев хозяйствования, с неотвратимостью будут втянуты в эти изменения. Высшая военная школа является частью высшей школы России и потому подчиняется указаниям Минобразования.

Для военных образовательных организаций цифровизация образования в том развернутом виде, как она представлена выше, не может быть осуществлена по причинам защиты государственной, военной и служебной тайны. Но и частичный переход «на цифру» должен быть организован с учетом того фундаментального отличия военного вуза от вуза гражданского, что разводит военное и гражданское образование по разные стороны «онтологических баррикад».

В гражданском вузе образовательную деятельность относят к сфере услуг. Тогда как в военной образовательной организации образовательная деятельность – это системно организованная деятельность по «перековке» гражданского сознания абитуриента на военное сознание офицера – специалиста своего дела. Деятельность по «перековке» сознания отсутствует в англосаксонской образовательной модели, раскрываемой Болонской декларацией. Деятельность по «перековке» сознания не может быть отнесена к сфере услуг, это – воспитательная работа по созданию условий для формирования личностных ценностей курсантов, конгруэнтных высшим смыслам воинской деятельности.

Такая деятельность не может быть осуществлена искусственным интеллектом или любой другой машиной, выдающей и контролирующей учебное задание или тестовую программу. Реализация задач воинского воспитания осуществляется только в объективной, а не виртуальной или дополнительной реальности. Передача смыслов осуществляется «из

уст в уста, из глаз в глаза». Только реальная, цельная, яркая Личность воспитателя, а не «коллективный гуру» или искусственный интеллект может воспитать, сформировать, огранить личность воспитуемого, только живой и сильный Характер порождает желание самому становиться субъектом, следовать, подражать, воспроизводить черты такого характера в своем общении и поведении.

В гражданском вузе образовательный процесс с точки зрения науки есть процесс обучения, воспитания и развития, тогда как в военной образовательной организации образовательный процесс разделяется на четыре составляющих: обучение, воспитание, развитие и психологическую подготовку. Отличительная черта подготовки военнослужащих – психологическая подготовка, которую невозможно в полном объеме осуществить «в цифре».

Психологическая подготовка есть формирование психологической готовности к тяготам и лишениям воинской службы и формирование психологической устойчивости к стрессорам воинской деятельности. Первую составляющую – психологическую готовность – возможно формировать методом убеждения, в том числе и посредством видео и аудио контента, многопользовательских профессиональных военных игр и специальных цифровых образовательных ресурсов. А вот вторая составляющая – психологическая устойчивость – формируется методом упражнения только в реале. Психика и организм будущего офицера должны вести себя устойчиво в условиях неопределенности, форс-мажора, боя. А для этого их (психику и организм) следует контролируемо погружать в подобные, но учебные условия снова и снова.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, мы приходим к выводу о том, что следование военных образовательных организаций образовательному мейнстриму может привести к негативным последствиям, связанным с подменой человеческого педагогического общения машинными коммуникациями, формализацией воспитательной работы и психологической подготовки. По нашему мнению, такие негативизмы обусловливают ценностную деформацию личности курсантов, стирание субъектных качеств обучающегося, потерю ими культурного кода и своей идентичности, так необходимых офицеру Российской армии.

ЛИТЕРАТУРА

1. Прогноз долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2030 года. – М. : Минэкономразвития России, 2013.
2. Прогноз научно-технологического развития Российской Федерации на период до 2030 года. – М. : Минобрнауки России, 2013.
3. Программа развития цифровой экономики России до 2035 года [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://aetp.ru/news/item/410256.
4. Доклад Д. Абрамова в доме Бенуа (СПб) 20.04.2016 г. «Образование XXI века: мировые образовательные тренды» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.youtube.com/watch?v=X9zNAN8-UZQ.
5. Круглый стол на Гайдаровском форуме-2018 (Москва): «Тренды образования: вызовы, ожидания, реальность» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.youtube.com/watch?v=iQEJOqHAtJI.
6. Пашута, В. Л. Инновационные подходы к подготовке специалистов в высших военных учебных заведениях / В. Л. Пашута, Т. И. Вихрук, Е. Н. Курьянович, А. А. Грешных // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 2. – С. 11–12.
7. Семинар 20.06.2017 г. в Институте образования НИУ ВШЭ (Москва): «Актуальные исследования и разработки в области образования». Доклад И. Фрумина «Предложения по развитию образования в рамках стратегии развития РФ на 2017–2024 гг. и на перспективу до 2035 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.youtube.com/watch?v=koVyZh8HQK4.
8. Семинар 12.02.2019 г. в Институте образования НИУ ВШЭ (Москва): «Актуальные исследования и разработки в области образования». Доклад И. М. Реморенко «Российская образовательная политика: обгоняя будущее, вспоминая прошлое» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.youtube.com/watch?v=Hk5lbXRhcGs&list=PL6Yzw85cTUOovpUweEGIM6QI5Y1wdhtP&index=2.

REFERENCES

1. Forecast of the long-term socio-economic development of the Russian Federation for the period up to 2030. – M..: Russian Ministry of Economic Development, 2013.

2. Forecast of scientific and technological development of the Russian Federation for the period up to 2030. – M. : Russian Ministry of Education, 2013.
3. Programme on digital economy development of Russia up to 2035. – Available at : http://aetp.ru/news/item/410256.
4. D. Abramov's Report at the Benois house (Saint Petersburg) 20.04.2016 «Education of the XXI century: world educational trends». – Available at : https://www.youtube.com/watch?v=X9zNAN8-UZQ.
5. Round table at the Gaidar forum 2018 (Moscow): «Trends in education: challenges, expectations, realities». – Available at : https://www.youtube.com/watch?v=iQEJOqHAtJI
6. Pashuta, V. L. Innovative approaches to the training of specialists in higher military educational institutions / V. L. Pashuta, T. I. Vikhruk, E. N. Kuryanovich, A. A. Greshnykh // Theory and practice of physical training. – 2016. – No. 2. – P. 11-12.
7. Seminar on 20.06.2017 at the HSE Institute of education (Moscow): «Current research and development in the field of education». I. Frumin's report «Proposals for the development of education in the framework of the development strategy of the Russian Federation between 2017 and 2024 and for the future up to 2035». – Available at : https://www.youtube.com/watch?v=koVyZh8HQK4.
8. Seminar on 12.02.2019 at the HSE Institute of education (Moscow): «Current research and development in the field of education». I. M. Remorenko's report «Russian educational policy: overtaking the future, remembering the past». – Available at : https://www.youtube.com/watch?v=Hk5lbXRhcGs&list=PL6Yzw85cTUOovpUweEGIM6QI5Y1wdhtP&index=2.

УДК 355.233.22

СОПОСТАВЛЕНИЕ КВАЛИФИКАЦИОННЫХ ТРЕБОВАНИЙ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫХ К ВЫПУСКНИКАМ ВЫСШИХ ВОЕННО-МОРСКИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ, С ФЕДЕРАЛЬНЫМ ГОСУДАРСТВЕННЫМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ СТАНДАРТОМ

Красота Вадим Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Лавренчук Виктор Николаевич, заместитель начальника кафедры физической подготовки, Черноморское высшее военно-морское училище имени П.С. Нахимова, Севастополь;

Плотниченко Елена Сергеевна, доцент кафедры физической подготовки, Черноморское высшее военно-морское училище имени П.С. Нахимова, Севастополь;

Постников Алексей Алексеевич, адъюнкт, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

COMPARISON OF QUALIFICATION REQUIREMENTS FOR GRADUATES OF THE NAVAL EDUCATIONAL INSTITUTIONS WITH THE FEDERAL STATE EDUCATIONAL STANDARDS

Krasota V.N., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Lavrenchuk V.N., Deputy Head of the Department of Physical Training, the Nakhimov Black Sea Higher Naval School, Sevastopol;

Plotnichenko E.S., Associate Professor of the Department of Physical Training, the Nakhimov Black Sea Higher Naval School, Sevastopol;

Postnikov A.A., Postgraduate student, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассмотрены содержательные компоненты федеральных государственных образовательных стандартов и квалификационных требований к военно-профессиональной подготовке выпускников, предъявляемых к подготовке курсантов высших военно-морских учебных заведений с реализацией их в контексте практической деятельности на учебно-тренировочных занятиях учебной дисциплины «Физическая подготовка». Предварительно определены основные направления физической подготовки в образовательной деятельности высших военно-морских учебных заведений Российской Федерации.

Представлен сравнительный анализ качества подготовленности выпускников гражданских и военных вузов Российской Федерации. Рассмотрена авторская модель соответствия содержательного наполнения военно-профессиональной деятельности специалиста и содержания подготовки курсанта. Проведена структуризация военно-профессиональных компетенций дисциплины «Физическая подготовка» по видам военно-профессиональной деятельности курсантов ВВМУЗ.

Abstract:

The article presents the informative components of federal state educational standards and qualification requirements for military professional training of graduates which are required to train cadets in higher naval educational institutions and implement them in the context of practical activities in training sessions of the “Physical training” discipline. The main directions of physical training in the educational activities of higher naval educational institutions of the Russian Federation have been pre-determined.

A comparative analysis of the quality of preparedness of graduates of civil and military higher educational institutions of the Russian Federation is presented. The authors’ model of the content compliance of the military-professional activity of the specialist and the content of the training of the cadet is considered. The structuring of the military-professional competencies of the discipline «Physical training» by the types of military-professional activities of MIAPSO cadets.

Ключевые слова:
физическая подготовка, подготовленность, профессиональные требования, квалификационные требования, курсант.

Key words:
physical training, fitness, professional requirements, qualification requirements, cadet.

ВВЕДЕНИЕ

Главной задачей высшего военно-морского учебного заведения (ВВМУЗ), является подготовка офицерских кадров командного и инженерного профиля для ВМФ РФ, способных наиболее эффективно выполнять свои должностные обязанности как по основной, так и по однопрофильной специальности. Формирование значимых профессиональных навыков у выпускников ВВМУЗ – ключевое звено, на пути решения обозначенной задачи [1], выполнение которой осуществляется в рамках образовательного процесса на базе реализации соответствующих федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС), квалификационных требований (КТ), учебных планов и программ.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Теоретический анализ современной ситуации и роли ВМФ в обеспечении национальной и военной безопасности России позволяет сопоставить проблему повышения эффективности военно-профессиональной подготовки офицеров с рядом сложившихся на сегодняшний день обстоятельств [2], которыми являются:

- сложность современной социально-экономической ситуации в стране;
- повышенные требования, предъявляемые к уровню сформированности профессиональной компетентности офицеров флота, что, в свою очередь, обусловлено значительным ростом общего количества выполняемых боевых и служебно-боевых задач, а также разнообразием современных способов их реализации;
- унификация и интеграция всей системы высшего профессионального образования [3];
- возобновление строительства новых кораблей, оборудованных корабельными автоматизированными системами управления (КАСУ), и значительные изменения основополагающих принципов при их создании [4].

В сложившихся условиях одним из путей решения проблемы повышения качества подготовки офицерских кадров ВМФ является гармоничное внедрение в педагогический процесс ФГОС в качестве главного инструмента управления им. Образовательный стандарт представляет собой педагогическую норму, фиксирующую в совокупности три основных параметра учебного процесса, а именно: информативность, трудоемкость и результативность. Данный документ разрабатывается в соответствии с требованиями к уровням образовательных цензов, направлениями профессиональной подготовки и отдельно взятыми учебными дисциплинами.

Вариантами внедрения ФГОС в образовательный процесс ВВМУЗ РФ выступают:

а) сокращение времени, отводимого на фундаментальную подготовку курсантов в области науки, техники и формирования общей культуры военного специалиста [5];

б) переориентация гуманитарных и социально-экономических учебных дисциплин на формирование у курсантов военной культуры [5];

в) перевод с теоретической подготовки, носящей фундаментальный характер, к освоению ограниченного количества отдельных образцов видов вооружения и военной техники, что приведет к ярко выраженному снижению профессионального уровня выпускников ВВМУЗ [5].

В процессе теоретического анализа результатов исследований ученых, работающих над проблемой повышения качества подготовки курсантов военных образовательных учреждений, выявлены показатели подготовленности выпускников разнообразных высших учебных заведений как военного, так и гражданского профиля, которые были отображены посредством отдельно взятых параметров, отражающих профессиональную характеристику специалиста в разные годы. На их основании был проведен сравнительный анализ качества подготовки курсантов военных образовательных учреждений [6] и студентов гражданских вузов [7], результаты которого представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Качество подготовленности выпускников гражданских и военных вузов

№ п/п	Параметры подготовленности	Соотношение качеств подготовленности выпускников гражданских вузов (2002 г.) к военным вузам (2001 г.)	Соотношение качеств подготовленности выпускников гражданских вузов (2007 г.) к военным вузам (2009 г.)
1	Командирские навыки	1:3,5	1:3,2
2	Умение принимать решения	1:1,5	1:1,3
3	Работа с подчиненными	1:3,1	1:3,3
4	Морально-психологические качества	1:1,7	1:1,5
5	Теоретическая подготовка по специальности	1:1,8	1:1,9
6	Практическая подготовка	1:1,9	1:1,7
7	Умение применять наставления и документацию	1:2,5	1:2,2
8	Общетеоретическая инженерная подготовка	1,04:1	1,2:1

Значения, полученные в ходе проведенного сравнительного анализа конкретных показателей и характеризующие в некоторой степени уровень профессиональной подготовленности курсантов военного вуза и студентов гражданского высшего образовательного учреждения, на наш взгляд, являются закономерными, так как, принимая во внимание различную направленность обучения гражданского и военного специалиста, нельзя упускать и факт приоритетного распределения учебного времени в военном вузе в сторону формирования в большей степени военной культуры за счет общей. В этой связи целесообразно рассмотреть не менее важный, а на наш взгляд, и более значимый документ, регламентирующий организацию педагогического процесса в стенах ВВМУЗ, а именно квалификационные требования к военно-профессиональной подготовке выпускников (КТВППВ).

Квалификационные требования к выпускникам ВВМУЗ России являются ведущим нормативным документом, который призван определять основные направления, обуславливая виды военно-профессиональной деятельности (ВПД) курсантов и задачи, входящие в их перечни, которые будущие выпускники ВВМУЗ должны быть готовы решать как в повседневной, так и в боевой профессиональной деятельности. Разработка данного документа осуществляется на строго научной дифференцированной основе в соответствии с уровнями военного образования, специальностями подготовки, выступая неким дополнением к соответствующим им ФГОС, лежащим в основе профессиональных образовательных программ подготовки специалистов в ВВМУЗ.

Задачи, сопоставленные с предназначением выпускников, приводятся непосредственно в КТВППВ и дифференцированы в них согласно видам ВПД и, в первую очередь, зависят от ее направленности. Направленность обусловлена объектами деятельности, которые могут представлять собой вооружение, технические средства, организационно-технологические процессы как боевого применения, так и технической эксплуатации разнообразных комплексов военной техники, а также разнообразные как по численности, так и по предназначению воинские коллективы, формирования и т. д. Конкретным направленностям, а соответственно, и специальностям подготовки характерны определенные сочетания видов деятельности, перечень которых представлен в федеральном государственном

образовательном стандарте [8, 9].

Одной из задач исследовательской работы является анализ и обоснование разнообразных требований, предъявляемых к выпускнику той или иной гражданской специальности, военной специальности и специализации. Вторая задача – установка соответствий между содержанием, будущей профессиональной деятельностью курсантов и содержанием образования непосредственно в стенах ВВМУЗ.

Для установления подобного соответствия было определено, что цели будущей военно-профессиональной деятельности, объекты, условия, а также способы ее практического осуществления обусловливают множество задач будущей профессиональной деятельности курсантов. Задачи, в свою очередь, определяют требования, предъявляемые к выпускнику, учитывая некую степень вариативности возможных ситуаций военно-профессиональной деятельности. Степень вариативности определяется в первую очередь характером деятельности того или иного специалиста по конкретным направлениям подготовки. Необходимо учитывать, что выпускник ВВМУЗ должен быть способен с высокой степенью эффективности выполнять обязанности в различных условиях: в мирное время, в локальных конфликтах, в так называемый угрожаемый период, в ходе ведения боевых действий и др.

Вся совокупность задач военно-профессиональной деятельности будущих курсантов, наиболее эффективное выполнение которых дают ему возможность более оптимально решать те или иные задачи, выдвигаемые профессиональной деятельностью, обусловливают непосредственно требования, предъявляемые к конкретному специалисту. В этой связи содержательное наполнение и основные задачи, а также требования, предъявляемые к ним в период военно-профессиональной деятельности, выполняют значимую роль в определении цели, содержания, совокупности учебных задач и требований к выпускнику ВВМУЗ. Проведенный анализ позволил разработать рабочую модель соответствия содержательного наполнения военно-профессиональной деятельности и непосредственно содержания подготовки будущих специалистов, посредством которой мы сможем наиболее корректно решить вторую задачу данной исследовательской работы (рис. 1).

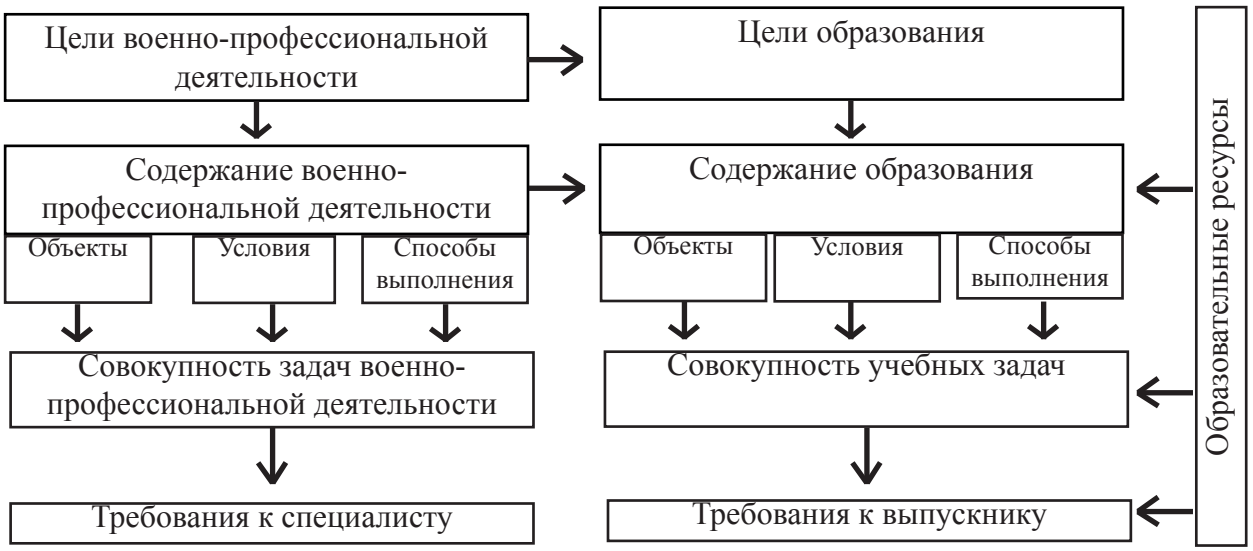


Рисунок 1 – Модель соответствия содержательного наполнения военно-профессиональной деятельности специалиста и содержания подготовки курсанта.

Базой для проведения исследования результатов, представленных в данной работе, послужило Федеральное государственное военное образовательное учреждение высшего профессионального образования Военный учебно-научный центр Военно-Морского Флота «Военно-морская академия имени Адмирала Флота Советского Союза Н.Г. Кузнецова» (ВУНЦ ВМФ «Военно-морская академия имени Адмирала Флота Советского Союза Н.Г. Кузнецова»). Для более детального анализа ныне действующих ФГОС и КТВППВ были отобраны только те, которые представлены в таблице 2 [10, 11, 12].

Таблица 2 – Квалификационные требования к военно-профессиональной подготовке выпускников

Новый код	Старый код	Уровень образования	Группа направления	Название направления (специальности)	Виды профессиональной деятельности согласно ФГОС / КТВППВ
1	2	3	4	5	6
26.05.04	170400.65	Специалитет	Оружие и системы вооружения	Стрелково-пушечное, артиллерийское и ракетное оружие	Проектно-конструкторская, научно-исследовательская, эксплуатационная, организационно-управленческая, производственно-технологическая, полигонно-испытательная / управленческая (повседневная и боевая), эксплуатационная, обучающая и воспитательная.
26.05.03	180112.65	Специалитет	Техника и технологии кораблестроения и водного транспорта	Строительство, ремонт и поисково-спасательное обеспечение надводных кораблей и подводных лодок	Проектная, научно-исследовательская, эксплуатационная, организационно-управленческая, производственно-технологическая / управленческая (повседневная и боевая), эксплуатационная, обучающая и воспитательная.
26.05.04	180801.65	Специалитет	Техника и технологии кораблестроения и водного транспорта	Применение и эксплуатация технических систем надводных кораблей и подводных лодок	Проектная, научно-исследовательская, эксплуатационная, организационно-управленческая, производственно-технологическая / управленческая (повседневная и боевая), эксплуатационная, обучающая и воспитательная.

Из данных, представленных в таблице 2, можно сделать заключение, что в соответствии с требованиями нормативных документов ФГОС по рассматриваемым специальностям выделяются следующие виды профессиональной деятельности курсантов-выпускников:

- проектная, научно-исследовательская;
- эксплуатационная;
- организационно-управленческая;
- производственно-технологическая.

При анализе КТВППВ по тем же специальностям нами были выделены следующие виды военно-профессиональной деятельности:

- управленческая (повседневная и боевая);
- эксплуатационная;
- обучающая и воспитательная.

С целью наиболее детального рассмотрения вышеуказанных требований, а также выявления их специфических особенностей и осуществления систематизации с учетом современных условий и требований подготовки специалиста, уровень которой отвечает содержанию военного заказа, нами была предпринята попытка их структуризации.

Более того, с учетом темы проведенного исследования, касающейся значимости и направленности именно профессионально-прикладной физической подготовки курсантов ВВМУЗ, изучение требований к выпускнику по видам военно-профессиональной деятельности осуществлялось посредством их соотнесения с обозначенными и предъявляемыми требованиями к формированию военно-профессиональных компетенций (ВПК), включающим: общекультурные (ОК), общепрофессиональные (ОП) и профессиональные (П). Результаты авторской структуризации ВПК приведены на рисунке 2.

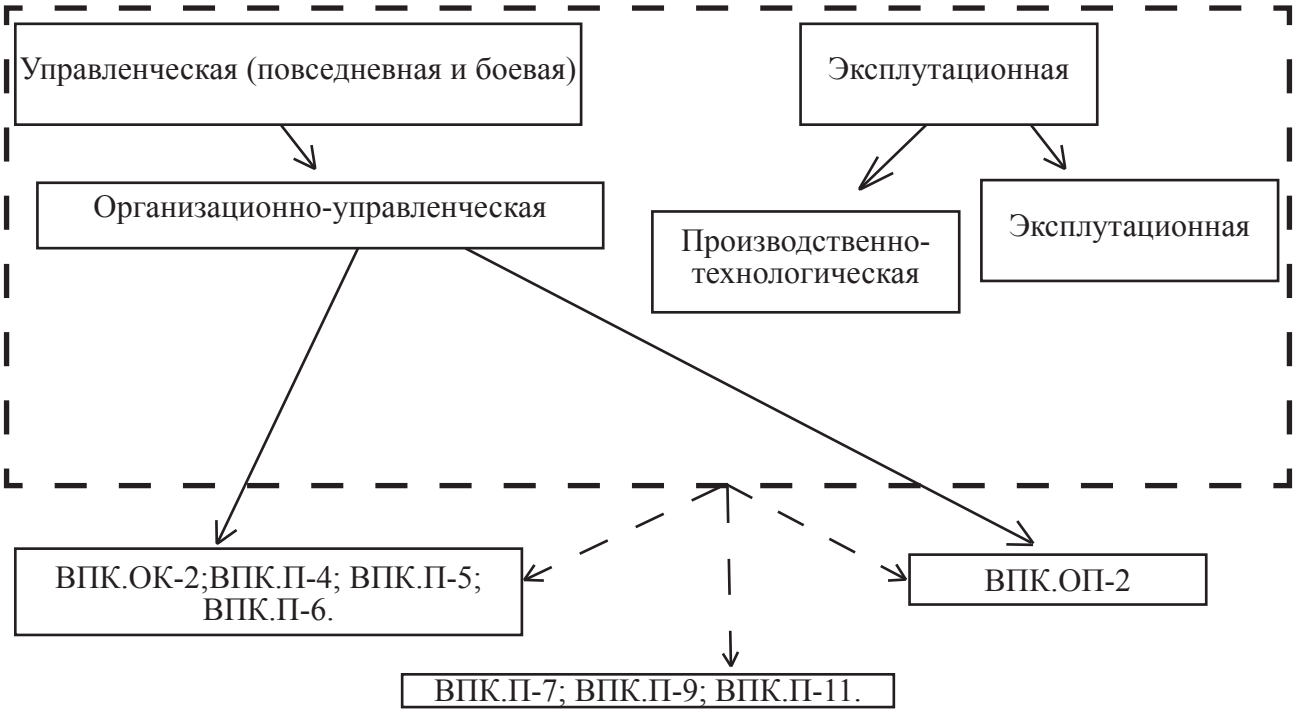


Рисунок 2 – Структуризация военно-профессиональных компетенций дисциплины Физическая подготовка по видам военно-профессиональной деятельности курсантов ВМУЗ

Как видно на рисунке 2, выпускник ВВМУЗ по дисциплине «Физическая подготовка» должен обладать способностями:

ВПК.ОК-2 – управлять процессом формирования физической культуры личности, а также здорового образа жизни и проводить различные формы физической подготовки с военнослужащими.

ВПК.ОП-2 – поддерживать личную физическую готовность к выполнению боевых и других задач в соответствии с предназначением: применять на практике приемы и действия выживания в водной среде, рукопашного боя и преодоления препятствий.

ВПК.П-4; ВПК.П-5; ВПК.П-6 – управлять физической подготовкой в подразделении и физическим самосовершенствованием.

ВПК.П-7; ВПК.П-9; ВПК.П-11 – применять специальные психолого-педагогические знания для эффективного управления воинскими коллективами, организации в них боевой подготовки, воспитательной работы и создания условий для физического развития, и укрепления здоровья военнослужащих.

Согласно данным, приведенным на рисунке 2, введены существующие связи между ВПК и видами военно-профессиональной деятельности. Из рисунка 2 также видно, что взаимообусловленные процессуальные отношения физической подготовки курсантов ВВМУЗ эффективно действуют на всю профессиональную деятельность будущих специалистов. Кроме того, в проведенном исследовании был рассмотрен содержательный компонент учебной дисциплины «Физическая подготовка».

Содержательный компонент учебной дисциплины «Физическая подготовка» содержит ряд требований, предъявляемых к итоговым показателям выпускника ВВМУЗ, как результату освоения всех разделов дисциплины, представленных в виде совокупности знаний, умений и навыков, которыми в совершенстве должен овладеть курсант в процессе обучения [13]. Согласно КТВППВ курсант должен:

1. Знать: все требования основных руководящих документов, регламентирующих деятельность по управлению физической подготовкой в подразделении; формы, средства и методы как физической подготовки в подразделении, так и методы физического самосовершенствования.

2. Уметь: осуществлять высоко-функциональное управление физической подготовкой в подразделении и процессом индивидуального физического самосовершенствования; успешно применять на практике наиболее

адекватные ситуации, приемы и действия, направленные на обеспечение выживания в водной среде, рукопашного боя и преодоления препятствий;

3. Владеть: навыками плавания в ластах и ныряния на задержке дыхания; физической готовностью к выполнению нормативов по преодолению полос препятствий (единой, специальной и горной); физической готовностью к выполнению нормативов по категории № 1, к выполнению боевых и других задач в соответствии с предназначением командира группы спецназначения ВМФ РФ.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Рассмотрение содержательного компонента позволило сопоставить требования ФГОС и КТВППВ, предъявляемые к подготовке курсантов ВВМУЗ с реализацией их в контексте практической деятельности на учебно-тренировочных занятиях учебной дисциплины «Физическая подготовка». В результате был выявлен ряд недостатков, обусловленных неполной реализацией всего потенциала физической культуры в педагогическом процессе ВВМУЗ. Предварительное определение основных направлений, сконцентрированных на устранении имеющегося дефицита в реализации потенциала физической культуры, курсантов и совершенствование физической подготовки в системе ВВМУЗ России, на наш взгляд, выглядит следующим образом:

– Инновационное усовершенствование содержания и форм физической подготовки с обязательным детальным учетом всей специфики будущей деятельности выпускников ВВМУЗ России, как боевой, так и повседневной с учетом опыта зарубежных армий [14-19].

– Комплексирование разнообразных средств и видов подготовки на базе совершенствования межпредметных связей.

– Моделирование учебно-тренировочных занятий по физической подготовке, приближенных к реальности условий и ситуаций будущей службы выпускников ВВМУЗ.

ЛИТЕРАТУРА

1. Еремин, В. П. Военно-морское образование в России / В. П. Еремин, Н. Д. Закорин, В. П. Кобзев, Н. В. Махров. – СПб. : Наука, 2000. – 639 с.
2. Штамбург, И. Н. Обучение военнослужащих плаванию при пониженной температуре воды для последующих действий в боевых условиях : дис. … канд. пед. наук / И. Н. Штамбург. – СПб., 2008. – 185 с.
3. Капитанец, И. М. Война на море. Актуальные проблемы развития военно-морской науки / И. М. Капитанец. – М. : Вагриус, 2001. – 271 с.
4. Пархоменко, В. Н. Важнейший элемент инфраструктуры флота / В. Н. Пархоменко, С. П. Сазонов. – СПб. : ООО «НИЦ Моринтекс», 2003. – 208 с.
5. Левшин, А. В. Система взглядов на военную науку, место и роль теории физической подготовки в ней / А. В. Левшин, В. В. Миронов // Научно-педагогический журнал. – СПб. : ВИФК, 2001. – С. 3-16.
6. Романов, А. В. Совершенствование профессиональной подготовки курсантов в военных инженерных вузах: дис. … канд. пед. наук / А. В. Романов. – Шуя, 2009. – 180 с.
7. Попов, А. И. Методика рейтингового контроля качества профессиональной подготовки студентов по направлению «Физическая культура» : дис. … канд. пед. наук / А. И. Попов. – Ижевск, 2011. – 223 с.
8. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки (специальности) 26.05.03 «Строительство, ремонт и поисково-спасательное обеспечение надводных кораблей и подводных лодок». – М. : Министерство образования и науки РФ, 2016. – 24 с.
9. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки (специальности) 26.05.04 «Применение и эксплуатация технических систем надводных кораблей и подводных лодок». – М: Министерство образования и науки РФ, 2016. – 24 с.
10. Квалификационные требования к военно-профессиональной подготовке выпускников (дополнение к федеральному государственному образовательному стандарту высшего профессионального образования) по специальности 26.05.04 «Применение и эксплуатация береговых ракетных комплексов». – М. : Министерство обороны РФ, 2017. – 49 с.
11. Квалификационные требования к военно-профессиональной подготовке выпускников (дополнение к федеральному государственному образовательному стандарту высшего профессионального образования) по специальности 26.05.04 «Применение и эксплуатация технических систем надводных кораблей и подводных лодок». – М. : Министерство обороны РФ, 2017. – 42 с.
12. Квалификационные требования к военно-профессиональной подготовке выпускников (дополнение к федеральному государственному образовательному стандарту высшего профессионального образования) по

специальности 26.05.03 «Строительство, ремонт и поисково-спасательное обеспечение надводных кораблей и подводных лодок». – М. : Министерство обороны РФ, 2017. – 49 с.
13. Щеголев, В. А. Опыт применения физкультурно-оздоровительных систем в военно-прикладных целях / В. А. Щеголев, А. В. Шевелев // Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке специалистов : сб. науч.-метод. работ / под ред. В. А. Щеголева. – СПб., 2007. – С. 22-32.
14. Зыков, А. В. Характеристика и боевые возможности личного состава вооруженных сил Саудовской Аравии / А. В. Зыков, О. С. Боцман, В. А. Щеголев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 32-36.
15. Трапезников, С. А. Организация физической подготовки военнослужащих вооруженных сил Великобритании / С. А. Трапезников, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 120-124.
16. Трапезников, С. А. Характеристика и боевые возможности подразделений специальных операций военно-морских сил Ирана / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 86-89.
17. Трапезников, С. А. Система подготовки офицерского состава вооруженных сил Италии / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 52-55.
18. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка подразделений сил специального назначения ведущих стран НАТО : монография / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2019. – 141 с.
19. Щеголев, В. А. Характеристика и основные задачи подразделений сил специальных операций армии Пакистана / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню рос. науки / Под ред. В. Л. Пашута. – СПб: ВИФК, 2020. – С. 268-272.

REFERENCES

1. Eremin, V. P. Naval education in Russia / V. P. Eremin, N. D. Zakorin, V.P. Kobzev, N. V. Makhrov. – St. Petersburg: Nauka, 2000. – 639 p.
2. Shtamburg, I. N. Training of military personnel in swimming at low water temperature for subsequent actions in combat conditions : PhD thesis (Pedagogy) / I. N. Shtamburg. – St. Petersburg, 2008. – 185 p.
3. Capitanets, I. M. War in the sea. Actual problems of the development of naval science / I. M. Capitanets. – Moscow: Vagrius, 2001. – 271 p.
4. Parkhomenko, V. N. The most important element of fleet infrastructure / V. N. Parkhomenko, S. P. Sazonov. – St. Petersburg : Morintex Research and Development Center, 2003. – 208 p.
5. Levshin, A. B. The system of views on military science, the place and the role of the theory of physical training in it / A. B. Levshin, V. V. Mironov // Scientific and Pedagogical Journal. – St. Petersburg : MIPT, 2001. – P. 3-16.
6. Romanov, A. V. Improving the professional training of cadets in military engineering institutions: PhD thesis (Pedagogy) / A. V. Romanov. – Shuya, 2009. – 180 p.
7. Popov, A. I. Methods of rating quality control of professional training of students in the direction of «Physical Education» : PhD thesis (Pedagogy) / A. I. Popov. – Izhevsk, 2011. – 223 p.
8. Federal state educational standard of higher professional education in the direction of training (specialty) 26.05.03 «Construction, repair and search and rescue support of surface ships and submarines». – Moscow : Ministry of Education and Science of the Russian Federation, 2016. – 24 p.
9. Federal state educational standard of higher professional education in the direction of training (specialty) 26.05.04 «The use and operation of technical systems of surface ships and submarines». – Moscow : Ministry of Education and Science of the Russian Federation, 2016. – 24 p.
10. Qualification requirements for military vocational training of graduates (addition to the federal state educational standard of higher professional education) in the specialty 26.05.04 «The use and operation of coastal missile systems». – Moscow : Russian Defense Ministry, 2017 – 49 p.
11. Qualification requirements for military vocational training of graduates (addition to the federal state educational standard of higher vocational education) in the specialty 26.05.04 «Application and Operation of Technical Systems of Surface Ships and Submarines». – Moscow : Russian Defense Ministry, 2017. – 42 p.
12. Qualification requirements for military vocational training of graduates (addition to the federal state educational standard of higher professional education) in the specialty 26.05.03 «Construction, repair, search and rescue support of surface ships and submarines». – Moscow Ministry of Defense of the Russian Federation, 2017. – 49 p.
13. Shchegolev, V. A. Experience in the use of health and fitness systems for military and applied purposes / V. A. Shchegolev, A. V. Shevelev // Physical training and sport in the professional training of specialists: a collection

of scientific and methodical works / Ed. by V. A. Shchegolev. – St. Petersburg, 2007. – P. 22-32.
14. Zykov, A. V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the armed forces of Saudi Arabia / A. V. Zykov, O. S. Botsman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
15. Trapeznikov, S. A. Organization of physical training of military personnel of the armed forces of Great Britain / S. A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of power structures: problems, experience, prospects : materials of the all-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 120-124.
16. Trapeznikov, S. A. Characteristics and combat capabilities of special operations units of the Iranian Navy / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 86-89.
17. Trapeznikov, S. A. Training System for officers of the Italian armed forces / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 52-55.
18. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of leading NATO countries : monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
19. Shchegolev, V. A. Characteristics and main tasks of the units of the special operations forces of the Pakistan Army / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Suschenko // Russian Defense Ministry : Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2020. – P. 268-272.

УДК 796.0115.5:355.233.22

СТРУКТУРНО-ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА ОСНОВЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРИНЦИПА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРИКЛАДНОСТИ

Миронов Вячеслав Васильевич, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры теории и управления физической подготовкой и спортом, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Красота Вадим Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Зайцев Олег Сергеевич, кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры теории и управления физической подготовкой и спортом, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Лавренчук Виктор Николаевич, заместитель начальника кафедры физической подготовки, Черноморское высшее военно-морское училище имени П.С. Нахимова, Севастополь.

STRUCTURAL AND FUNCTIONAL MODEL OF THE PHYSICAL TRAINING SYSTEM OF HIGHER NAVAL EDUCATIONAL INSTITUTION CADETS BASED ON IMPLEMENTATION OF THE PROFESSIONALLY APPLIED PRINCIPLE

Mironov V.V., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Professor at the Department of Physical Training and Sports Theory and Management, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Krasota V.N., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Zaytsev O.S., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Professor at the Department of Physical Training and Sports Theory and Management, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Lavrenchuk V.N., Deputy Head of the Physical Training Department of the Nakhimov Black Sea Higher Naval School, Sevastopol.

Аннотация:

В статье рассмотрены содержательные компоненты структурно-функциональной модели системы физической подготовки на основе реализации принципа профессиональной прикладности. Приведены данные исследований ученых, свидетельствующие о необходимости профессионально-направленного содержательного аспекта в системе физической подготовки.

Разработанная экспериментальная система организации профессионально-прикладных упражнений для курсантов высших военно-морских учебных заведений включает в себя ряд структурных блоков:

первый блок – целевой;

второй блок – контрольно-экспертный;

третий блок – содержательно-технологический;

четвертый блок – результативный.

Представленный процесс реализации экспериментальной системы физической подготовки на основе реализации принципа профессиональной прикладности включал в себя три последовательно взаимосвязанных

Abstract:

The informative components of the structural and functional model of the physical fitness system based on the implementation of the professionally applied principles are considered in the article.

The research data of scientists demonstrating the need for a professionally-oriented informative aspect in the system of physical training are presented.

The developed experimental system for organizing professionally applied exercises for cadets of the Higher Navy Educational Institutions includes a number of structural blocks: target; expert control; informative and technological; effective.

The presented process of implementing the experimental system of physical training, based on the implementation of professionally applied principles, included three successively interconnected stages: the first stage is the basic; the second – formative; the third – the stage of improvement.

The content of the developed and proposed program

этапа:

первый этап – базовый;

второй этап – формирующий;

третий этап – этап совершенствования.

Разработанное и предложенное нами содержание программы с поэтапным увеличением упражнений, моделирующих будущую профессиональную деятельность для курсантов высших военно-морских учебных заведений, было максимально ориентировано на достижение ими положительной динамики результатов, способствующих успешности осуществления будущей профессиональной деятельности в реальных условиях несения службы.

Ключевые слова:

физическая подготовка, подготовленность, профессиональные требования, модель, курсант.

with a phased increasing of exercises that model future professional activities for cadets of Navy Higher Educational Institutions was maximally oriented towards achieving positive dynamics in the results that contribute to the success of future professional activities in real conditions of service.

Key words:

physical training, qualification, professional requirements, model, cadet.

ВВЕДЕНИЕ

Содержательно-методическое обеспечение, планируемое для реализации физической подготовки, основополагающая цель и соответствующие задачи которого непосредственным образом обусловлены профессиональным становлением курсантов высших военно-морских учебных заведений к условиям будущей профессиональной деятельности и могут выступать в качестве основы для внедрения специфических методик, позволяющих существенно усовершенствовать исследуемый нами процесс.

По мнению ряда авторов, в процессе подготовки реализации профессиональной деятельности, которой свойственны экстремальные условия, важное значение приобретает психофизическая подготовка, характеризуемая прикладной направленностью. Это обусловлено приоритетным влиянием физических упражнений на биологическую сущность человека, посредством которых происходит его физическое развитие и воспитание важных двигательных качеств. Именно это позволяет нам говорить о профессионально ориентированной физической подготовке, которая выступает как действенное средство формирования успешности курсантов высших военно-морских учебных заведений в будущей профессиональной деятельности [1, 2].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Образовательный процесс – это целостная педагогическая система, фундамент которой состоит из базовых системообразующих компонентов, в частности, образовательная цель как стратегический проект конечного результата осуществляемой деятельности, подбор адекватного материала и алгоритм его изложения, а также многообразные организационные формы, оптимальные методы, приемы и система контроля. Достижение обозначенной образовательной цели обеспечивается путем построения алгоритма, осуществляемых преподавателем действий, т. е. проектирование конечного результата деятельности [4, 5, 6, 8].

Следует отметить, что указанное нами противоречие выступает в качестве актуальной задачи, требующей разрешения. Так, в традиционно используемой учебной программе «Физическая подготовка» в высших военно-морских учебных заведениях не выделяется специального по своему содержанию, организации и методике этапа физической подготовки курсантов к условиям будущей профессиональной деятельности. Также нами было отмечено отсутствие содержательного, организационного и методического аспектов организации с курсантами учебных занятий специальными физическими упражнениями в процессе профессиональной практики, на что указывают авторы других исследований в контексте темы нашей исследовательской работы [3].

Все вышесказанное обусловило необходимость разработки системы физической подготовки на основе реализации принципа профессиональной прикладности, структурно-функциональная модель которой отображена на рисунке 1.

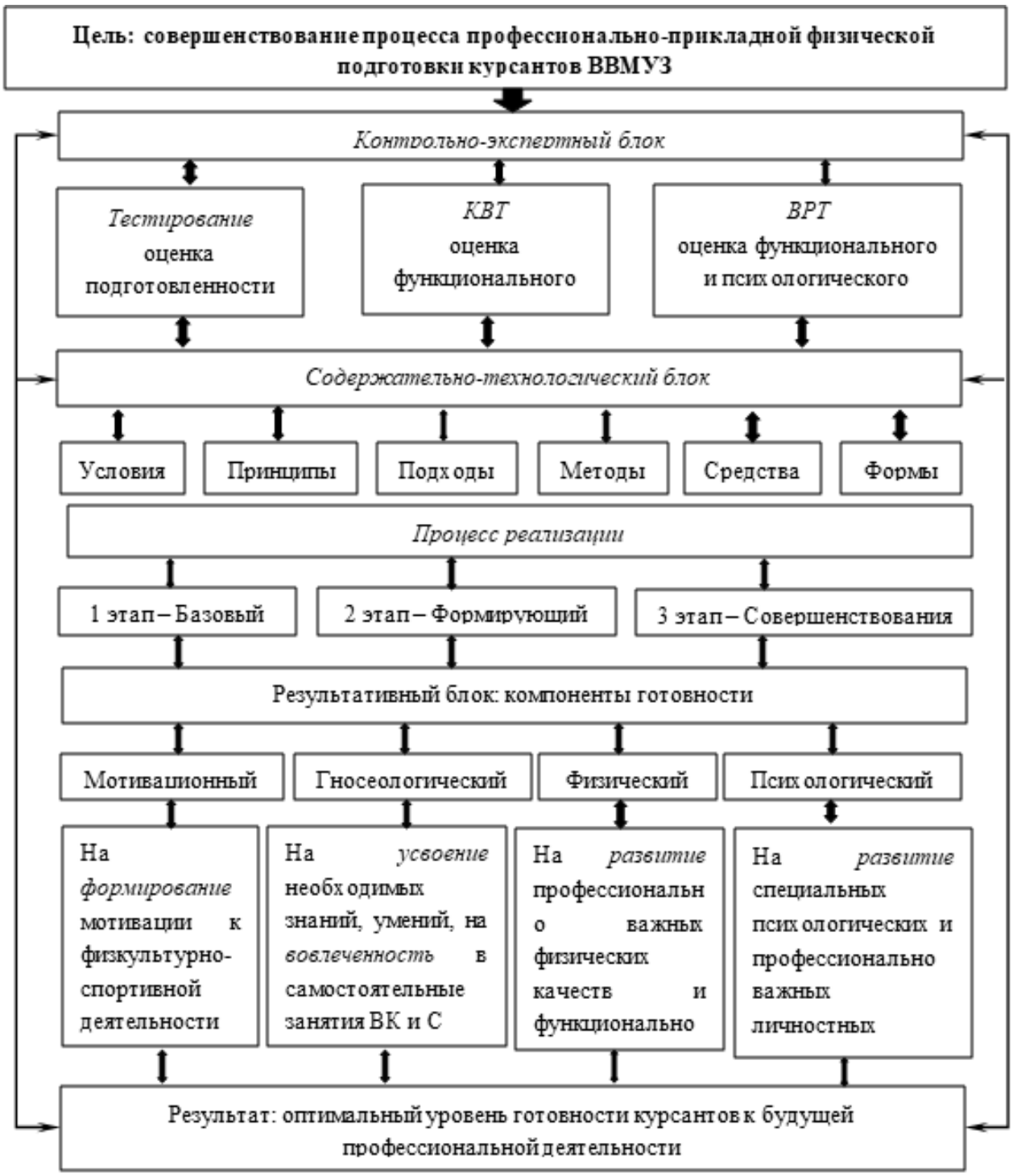


Рисунок 1 – Структурно-функциональная модель системы физической подготовки на основе реализации принципа профессиональной прикладности

Разрабатываемая нами экспериментальная система организации групповых профессионально-прикладных упражнений для курсантов ВВМУЗ включает в себя ряд структурных блоков, отображенных на рисунке 1, а именно: 1 блок – целевой; 2 блок – контрольно-экспертный; 3 блок – содержательно-технологический; 4 блок – результативный. Все перечисленные блоки, входящие в систему, выстроены таким образом, чтобы целенаправленно и последовательно решить стоящие перед исследованием задачи и достичь основной его цели – совершенствовать процесс планирования и непосредственной организации профессионально-прикладной физической подготовки курсантов высших военно-морских учебных

заведений.

Учитывая наличие многочисленных факторов, способных оказать существенное влияние на качество реализации профессиональной деятельности военнослужащих, большинство из которых носят, как указывалось нами ранее, экстремальный характер, с нашей точки зрения, в этом случае большое значение приобретает оценка нозологического состояния организма курсантов, что в свою очередь обусловливает необходимость включения в качестве структурного компонента предлагаемой системы контрольно-экспертного блока.

Указанный блок необходим с целью выбора направленности осуществляемого управляющего воздействия, включая диагностику важного с точки зрения будущей профессиональной деятельности психофизического состояния курсантов на разных этапах педагогического эксперимента.

Содержательно-технологический блок представлен совокупностью наиболее оптимальных условий, подходов, ведущих принципов, эффективных средств, продуктивных методов и форм организации физической подготовки курсантов.

В фундамент предлагаемой нами экспериментальной системы профессионально-прикладной физической подготовки курсантов высших военно-морских учебных заведений легли следующие подходы:

1. Деятельный – позволяющий гармонично и наиболее адекватно развивать правильную с точки зрения профессиональной деятельности мотивационно-ценностную ориентацию личности курсантов.

2. Дифференцированный – предоставляющий возможность организации занятий по дисциплине «Физическая подготовка» с учетом индивидуальных особенностей курсантов.

3. Системный – посредством основных положений которого возможно обеспечение целостности системы физического воспитания в общем, предусматривая активное взаимодействие и взаимосвязь всех субъектов образовательного процесса. Опираясь на основные положения системного подхода, стало возможным построение слаженно функционирующей иерархической структуры, благодаря которой была выстроена целостная педагогическая система.

В основу системы комплексов групповых профессионально-прикладных упражнений легли следующие принципы:

1. Принцип прикладности, направленный на формирование и последующее развитие значимых с точки зрения будущей профессиональной деятельности курсантов психофизических качеств, специфических умений и навыков, приобретенных в ходе учебных занятий по дисциплине «Физическая подготовка».

2. Принцип целостности, ориентированный на развитие индивидуальности курсантов, выступающей в качестве системообразующего свойства личности, что дает возможность осуществлять долговременный прогноз результатов деятельности обучаемых в рамках учебных занятий, качественно видоизменяя психофизиологические структуры их организма.

3. Принцип доминанты, представленный в виде совокупности интеллектуальных, душевных и физических сил, отраженных в сознании обучаемых. Продуктивность формирования структурного следа определяется многократностью воздействия некоего раздражителя на рецепторные зоны, нами было введено правило повторения воздействующих усилий, направленных на развитие приоритетного психофизического качества на протяжении 2-3 учебных занятий, благодаря чему достигался необходимый кумулятивный эффект, который отображался в виде адаптационных перестроек функциональных систем организма курсантов.

4. Принцип вариативности используемых в ходе учебных занятий средств физического воспитания, посредством которых достигалось создание необходимого условия, а именно постоянного выбора.

В реализуемой нами системе комплексов групповых профессионально-прикладных упражнений были использованы, кроме вышеназванных, такие дидактические принципы, как:

1) принцип сознательности и активности;
2) принцип систематичности;
3) принцип доступности;
4) принцип наглядности;
5) принцип всестороннего гармоничного развития человека;
6) принцип дифференцированного подхода.

Составными компонентами результативного блока стали:

1) мотивационный компонент;
2) гносеологический компонент;
3) физический компонент;
4) психологический компонент.

Процесс реализации экспериментальной

системы физической подготовки на основе реализации принципа профессиональной прикладности включал в себя три последовательно взаимосвязанных этапа:

первый этап – базовый;

второй этап – формирующий;

третий этап – этап совершенствования.

В ходе реализации базового этапа (1-2 семестры) осуществлялось решение следующих задач:

1. Формирование базовых теоретических знаний в области физической культуры.

2. Формирование значимых для профессиональной деятельности методических умений осуществлять самооценку и самоконтроль индивидуального уровня физического развития и своего здоровья.

В качестве отличительной особенности базового этапа можно выделить умеренность объема и содержания транслируемых в системе «преподаватель – курсант» знаний, умений и навыков, позволяющих последним решать типовые задачи в ходе выполнения ими учебной и физкультурно-спортивной деятельности. Именно приобретение базовых знаний эффективно организовывает процесс, ориентированный на формирование положительной мотивации к занятиям физической подготовкой и более осознанного отношения к ним у курсантов, входящих в состав экспериментальных групп (ЭГ).

На базовом этапе для занятий, в большей степени ориентированных на ОФП, нами было отведено 70% от общего количества академических часов, выделенных на практические занятия, а 30% были отданы на профессионально-прикладную физическую подготовку. В качестве особенности распределения нагрузки на рассматриваемый период, можно выделить преобладающую в динамике тенденцию, в частности, постепенное увеличение ее объема при незначительном приросте общей интенсивности.

Следует отметить, что подобные занятия в сформированных ЭГ проводились до глубокой осени вдоль берега моря, таким образом, усиливалась физическая нагрузка на организм курсантов, что в конечном итоге способствовало формированию устойчивости к воздействию неблагоприятных метеорологических условий, а значит повышению уровня адаптированности курсантов к неблагоприятным условиям [7, 9].

В ходе реализации формирующего этапа (3-8 семестры) решались следующие задачи: 1) повышение уровня теоретических знаний и методических умений в области непосредственного их применения в процессе организации занятий ППФК и повышения профессиональной мотивации к занятиям по дисциплине «Физическая подготовка». На данном этапе курсанты овладевали умениями, навыками и приемами творческого решения задач, обусловленных особыми специфическими условиями будущей профессиональной деятельности. Кроме того, курсанты ЭГ составляли индивидуальный график самостоятельных занятий и участвовали в проведении учебных занятий наравне с преподавателями в рамках образовательного процесса.

Объем физических упражнений, обладающих профессионально-прикладной направленностью курсантов ЭГ, составлял на формирующем этапе порядка 60% при условии систематического наращивания интенсивности физических нагрузок.

Особенностью третьего этапа – этапа совершенствования (9-10 семестры) – является решение двигательных задач, включенных в содержание учебных занятий по дисциплине «Физическая подготовка» с курсантами ЭГ, что требует от них умений творчески применять полученную в ходе обучения систему знаний в области профессиональной физической культуры, самостоятельно осуществляя диагностику своего психофизического состояния. Приветствовалось применение курсантами индивидуального подхода в процессе выполнения разнообразных двигательных заданий и упражнений, подбор которых осуществлялся с учетом их ориентированности на развитие значимых с точки зрения будущей профессиональной деятельности курсантов физических качеств.

Как и в ходе формирующего этапа, в период реализации этапа совершенствования все двигательные задачи, требующие от курсантов ЭГ оптимального разрешения, были направлены на совершенствование вестибулярной устойчивости и развитие статодинамической силовой выносливости. Общий объем прикладных средств физической подготовки на данном этапе составил порядка 80%.

На протяжении реализации всех вышеназванных этапов в ЭГ использовались упражнения психорегуляции и релаксации, включение которых было обусловлено необходимостью и значимостью воспитания волевых качеств курсантов, развитию у них выдержки и самообладания, психологической устойчивости к

воздействиям неблагоприятных факторов будущей профессиональной деятельности, коммуникабельности, моральной нормативности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основании данных, полученных при проведении исследований, нами была разработана экспериментальная система организации профессионально-прикладных упражнений для курсантов высших военно-морских учебных заведений. С целью совершенствования процесса планирования и непосредственной организации профессионально-прикладной физической подготовки курсантов высших военно-морских учебных заведений в указанной системе нами были выделены четыре блока: целевой, контрольно-экспертный, содержательно-технологический и результативный.

Для реализации экспериментальной системы физической подготовки на основе принципа профессиональной прикладности нами было установлено, что целесообразно представить ее структуру в виде трех последовательно взаимосвязанных этапов: базового, формирующего, этапа совершенствования.

Разработанное и предложенное нами содержание программы с поэтапным увеличением упражнений, моделирующих будущую профессиональную деятельность для курсантов высших военно-морских учебных заведений, максимально ориентировано на достижение ими положительной динамики результатов, способствующих успешности осуществления будущей профессиональной деятельности в реальных условиях несения службы с учетом опыта зарубежных армий [10-15].

ЛИТЕРАТУРА

1. Колотилова, Л. Ф. Дидактическая система информационной поддержки психофизической подготовки студентов технических вузов : автореф. дис. … д-ра пед. наук : 13.00.04 / Л. Ф. Колотилова. – М. : РГУФКСТ, 2008. – 50 с.
2. Крылов, А. И. Психофизическая подготовка студентов вузов России, обучающихся на военных кафедрах : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / А. И. Крылов. – СПб. : НИФК им. П.Ф. Лесгафта, 2004. – 51 с.
3. Кулекин, И. В. Профессиональная физическая и функциональная подготовка курсантов-судоводителей к условиям длительной плавательной практики / И. В. Кулекин // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2010. – № 4. – С. 56-60.
4. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры / Ю. Ф. Курамшин. – М. : Советский спорт, 2007. – 463 с.
5. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для завершающего уровня высшего физкультурного образования : учеб. для вузов / Л. П. Матвеев. – 4-е изд., исп. и доп. – СПб. : Лань, 2005. – 378 с.
6. Становов, В. В. Профессионально-прикладная физическая подготовка как фактор качественного образования молодежи : монография: / В. В. Становов. – Смоленск, 2009. – 154 с.
7. Millet, G. P. Physiological and biomechanical adaptations to the cycle or un transition in Olympic triathlon: review and practical recommendations for training / G. P. Millet, V. E. Vleck // British Journal of Sports Medicine. – 2003. – № 37. – P. 154-159.
8. McKenzie, J. F. Planning, implementing, and evaluating health promotion programs: a primer: / J. F. McKenzie, B. L. Neiger, R. Thackeray. – 5th ed. – San Francisco : Pearson; Benjamin Cummings, 2009. – XVI. – 464 p.
9. Обвинцев, А. А. Страницы истории рукопашного боя в России / А. А. Обвинцев, С. М. Ашкинази, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2012. – № 5 (18). – С. 5-10.
10. Зыков, А. В. Характеристика и боевые возможности личного состава вооруженных сил Саудовской Аравии / А. В. Зыков, О. С. Боцман, В. А. Щеголев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 32-36.
11. Трапезников, С. А. Организация физической подготовки военнослужащих вооруженных сил Великобритании / С. А. Трапезников, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 120-124.
12. Трапезников, С. А. Характеристика и боевые возможности подразделений специальных операций военно-морских сил Ирана / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 86-89.
13. Трапезников, С. А. Система подготовки офицерского состава вооруженных сил Италии / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 52-55.

14. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка подразделений сил специального назначения ведущих стран НАТО : монография / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2019. – 141 с.
15. Щеголев, В. А. Характеристика и основные задачи подразделений сил специальных операций армии Пакистана / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В.Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 268-272.

REFERENCES

1. Kolotilova, L. F. The didactic system of information support for the psychophysical training of students of technical universities : abstract of the Doctoral thesis (Pedagogy) : 13.00.04 / L. F. Kolotilova. – Moscow : RSUPTESY, 2008. – 50 p.
2. Krylov, A. I. Psychophysical training of students of Russian universities studying in military departments : abstract of the Doctoral thesis (Pedagogy) : 13.00.04 / A. I. Krylov. – St. Petersburg : the Lesgaft NSU of PCSH, 2004. – 51 p.
3. Kulekin, I. V. Professional physical and functional training of cadets-navigators for long-term swimming practice / I. V. Kulekin // Physical Culture, Sport – Science and Practice. – 2010. – No. 4. – P. 56-60.
4. Kuramshin, Yu. F. Theory and methodology of physical education / Yu. F. Kuramshin. – Moscow : Soviet sport, 2007. – 463 p.
5. Matveev, L. P. The general theory of sport and its applied aspects : textbook for the final level of higher physical education : textbook for higher schools / L. P. Matveev. – 4th ed., cor. and add. – St. Petersburg : Lan, 2005. – 378 p.
6. Stanovov, V. V. Professionally-applied physical training as a factor of youth quality education : monograph / V. V. Stanovov. – Smolensk, 2009. – 154 p.
7. Millet, G. P. Physiological and biomechanical adaptations to the cycle or un transition in Olympic triathlon : review and practical recommendations for training / G. P. Millet, V. E. Vleck // British Journal of Sports Medicine. – 2003. – No. 37. – P. 154-159.
8. McKenzie, J. F. Planning, implementing, and evaluating health promotion programs : a primer / J. F. McKenzie, B. L. Neiger, R. Thackeray. – 5th ed. – San Francisco : Pearson; Benjamin Cummings, 2009. – XVI – 464 p.
9. Obvintsev, A. A. The history of hand-to-hand combat in Russia / A. A. Obvintsev, S. M. Ashkinazi, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2012. – No. 5 (18). – P. 5-10.
10. Zykov, A. V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the armed forces of Saudi Arabia / A. V. Zykov, O. S. Botsman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
11. Trapeznikov, S. A. Organization of physical training of military personnel of the armed forces of Great Britain / S. A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of power structures: problems, experience, prospects : materials of the all-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 120-124.
12. Trapeznikov, S. A. Characteristics and combat capabilities of special operations units of the Iranian Navy / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 86-89.
13. Trapeznikov, S. A. Training System for officers of the Italian armed forces / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 52-55.
14. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of leading NATO countries : monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
15. Shchegolev, V. A. Characteristics and main tasks of the units of the special operations forces of the Pakistan Army / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Suschenko // Russian Defense Ministry : Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2020. – P. 268-272.

УДК 811.111

ЛИНГВИСТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЯЗЫКА АДЪЮНКТОВ ВОЕННО-ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА

Палютина Зилаира Риязовна, доктор филологических наук, профессор кафедры иностранных языков, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;
Колотов Виктор Яковлевич, кандидат педагогических наук, профессор, заведующий кафедры иностранных языков, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

LINGUISTIC ASPECTS OF POSTGRADUATE OCCUPATIONAL LANGUAGE TAUGHT AT THE MILITARY INSTITUTE OF PHYSICAL TRAINING

Palyutina Z.R., Doctor of Philology, Professor at the Foreign Languages Department, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;
Kolotov V.Ya., Candidate of Pedagogics, Professor, Head of the Foreign Languages Department, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:
Статья посвящена рассмотрению лингвистических аспектов языка для специальных целей, обеспечивающих профессиональную коммуникацию адъюнктов, исследованию языковых средств с точки зрения их структурных, лексико-семантических и функциональных особенностей. Последипломное образование нацелено на овладение офицерами-исследователями новыми профессиональными знаниями, в том числе в области иностранного языка. Полученные в вузе практические языковые компетенции расширяются при изучении науки языка, его эпистемической, когнитивной и коммуникативной функций. В задачи иноязычной подготовки в контексте непрерывного образования входит ознакомление адъюнктов со спецификой научного языка и стиля речи, обучение чтению специальных текстов и умению извлекать и фиксировать полученную информацию, формирование навыков устной и письменной профессиональной коммуникации и принципов самостоятельной работы с аутентичной литературой с применением информационно-коммуникационных технологий. Для успешного обучения иностранному языку на всех образовательных уровнях необходимо использование коммуникативного, когнитивного, информационного подходов и методов контент-анализа и текстоцентризма при работе с большим объемом специального научного текста.

Ключевые слова:
последипломное образование, лингвистические аспекты, когнитивный и коммуникативный подходы, информационно-коммуникационные технологии, контент-анализ, текстоцентризм, пересекающиеся множества.

Abstract:
The article is devoted to the consideration of the linguistic aspects of the language for special purposes, providing professional communication of postgraduates, the study of linguistic means from the point of view of their structural, lexical-semantic and functional aspects. Postgraduate education is aimed at the acquisition of new professional knowledge including foreign language by officers-researchers. Practical linguistic competencies obtained at the higher educational institution are expanded in the study of the language of science, its epistemic, cognitive and communicative functions. The tasks of foreign language training in the context of lifelong education include familiarizing postgraduates with the specificities of the scientific language and style of speech, teaching the reading of special texts and the ability to extract and record the information received, the formation of oral and written professional communication skills and the principles of self-study work with authentic literature using information and communication technologies. To successfully teach a foreign language at all educational levels, it is necessary to use communicative, cognitive, informational approaches and methods of content analysis and text-oriented approach when working with a large volume of special scientific text.

Key words:
postgraduate education, linguistic aspects, cognitive and communicative approaches, information and communication technologies, content analysis, text-oriented perspective, intersecting sets.

ВВЕДЕНИЕ

Последипломное профессионально-ориентированное образование ассоциируется прежде всего с исследовательской деятельностью адъюнктов, направленной на постижение и расширение научных знаний, возникающих благодаря новым идеям и новшествам, реформирующим образовательную систему. Инновационные знания в отличие от догматических, появляясь в результате поискового мышления, преобразуются именно в исследовательском процессе [1].

В основе науки лежит образование, формирующее не только навыки и умения адъюнктов, но и их научное и профессиональное мышление, направленное на получение нового знания, на решение исследовательских проблем. Наличие глубоких знаний, получаемых вследствие владения современными методами научного познания и международным языком науки – английским, – это перспектива дальнейшего развития процесса обучения, основанного на научных принципах и инновационных технологиях.

Владение коммуникативными иноязычными компетенциями является одним из требований, предъявляемым к высококвалифицированным специалистам, средством развития профессионализма, информационной деятельности и дальнейшего самообразования. Обучение иностранному языку носит коммуникативно- и профессионально-ориентированный характер. Оно направлено на получение лингвистических, фоновых, социо- и межкультурных знаний; умений в различных видах речевой деятельности, а также фонетических, лексических, грамматических, технических навыков чтения, письма и перевода текстов.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Современный последипломный образовательный процесс представляет собой динамично развивающуюся систему непрерывного профессионального образования, нацеленную на становление и развитие личности будущего ученого, сопровождающуюся овладением определенных систематизированных знаний и компетенций при повышении квалификации. Это предполагает активизацию когнитивных процессов, отвечающих за обработку получаемых из окружающей среды больших объемов информации при использовании интернет-ресурсов, что требует умения ориентироваться в современном информационном поле.

Фактором, способствующим формированию и совершенствованию видов знаний, является повсеместное использование информационно-коммуникационных технологий - совокупности цифровых и коммуникационных средств в целях поиска, передачи и распространения информации в инфопространстве, а также для реализации приобретенных речевых умений в процессе поиска, отбора и использования материала на иностранном языке для чтения и перевода монографии по специальности, написания научной работы (научной статьи, диссертации) и устного представления исследования.

Наибольший интерес представляет специальная информация с ее системой научных понятий, которыми оперируют специалисты. Именно такой вид информации востребован при освоении языка для специальных целей. Преимущества внедрения в образовательный процесс интернет-технологий и их позитивное влияние на формы синхронной и асинхронной интернет-коммуникации при формировании иноязычной коммуникативной компетенции обучающихся очевидны [2, 3].

Качество подготовки адъюнктов-исследователей зависит от интеграции научной, образовательной и профессиональной деятельности, а также развития соответствующих компетенций: коммуникативной, когнитивной, информационной, социо- и межкультурной. Неотъемлемой частью профессиональной подготовки специалистов, залогом успешной научно-исследовательской деятельности, обусловленной комплексом специальных теоретических знаний и практических навыков, включая навыки профессиональной коммуникации и работы с аутентичными иноязычными текстами является владение иноязычными компетенциями в процессе освоения языка науки - средства письменной и устной научной коммуникации.

Любое познание непосредственно связано с языком, отражающим в сознании индивида систему представлений о реальной действительности. Эти знания непосредственно связаны с понятиями - закрепленными в языке формами мышления в когнитивном процессе. Новая информация должна быть осмыслена и переведена на язык научных профессионально маркированных лексических единиц - терминов для расширения пространства научной коммуникации [4]. Развиваемая вместе с нау-

кой терминология состоит из огромного количества как устоявшихся в языке специальных терминов, так и новых, возникающих посредством заимствования из других языков. Терминология представляет собой комплекс пересекающихся множеств терминов, которые согласно теории множеств, состоят из элементов одновременно принадлежащим каждому из исходных множеств. Особенно это характерно для военно-спортивной терминологии, пополняющейся из спортивной лексики все новых видов спорта и имеющих ряд дифференциальных структурно-семантических признаков.

В структурном плане в военно-спортивной терминологии преобладают однословные термины, отражающие определенные виды спорта: gymnastics, swimming, skiing, judo, fencing, wrestling, boxing, etc наряду с немногочисленным количеством дву- и трехсловных единиц: track and field athletics, military pentathlon, hand-to-hand combat, cross-country running, в также терминов, обозначающих игровые виды спорта, образованных путем словосложения: basketball, handball, football, volleyball [5].

Лингвистический анализ языка специальности, представленного научным текстом, выявляет наличие в нем свойственных языку процессов и явлений, обусловленных развитием и функционированием языковых средств, подчеркивающих системность терминологии. Однако количественная репрезентация таких явлений в различных текстах неодинакова из-за специфичности сферы коммуникации. Например, характерные для всех научных текстов такие лексико-семантические процессы как синонимия, полисемия, омонимия и антонимия, наблюдаемые в процессе функционирования терминов во многих специальных текстах, представлены в ограниченном виде в языке спорта военной направленности. Предъявляемые к терминам требования однозначности, краткости, точности и эмоциональной нейтральности нарушаются очень редко в спортивной терминологии и случаи синонимии и антонимии в данной системе почти отсутствуют, что значительно облегчает понимание текста при его чтении и переводе.

Язык - это инструмент взаимодействия с окружающим миром на уровне текстовой деятельности [6]. Объектом исследования при изучении языка науки является специальный текст как продукт дискурса - промежуточного звена между речью, с одной стороны и фиксируемым текстом - с другой. Этот речемыслительный процесс объективирован множеством текстов различных функциональных стилей, в том числе монографий, для интерпретации которого и правильного построения необходимы определенные методы, например, контент-анализ. Для успешной профессиональной коммуникации важна однозначность понятийно-категориального аппарата, содержащегося в тексте. Для исследования научных текстов и интерпретации их содержания, выявления и оценки специфических характеристик текста, их частоты и объема целесообразно применение метода контент-анализа.

Работа с научным текстом предполагает использование самых современных методов исследования в зависимости от цели. Один из основных принципов современной лингвистики основан на текстоцентризме, способствующем выявлению языковых явлений и их употребление в речи при извлечении научной информации. Согласно данной концепции текст предстает как основная единица обучения, как речевое произведение и целостный объект исследования с рассмотрением его семантики и грамматики. Цель исследования любого текста - систематизация средств обозначения научных понятий в английском языке и сохранении их коннотативных возможностей в процессе перевода.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, профессионально-коммуникативная подсистема языка обеспечивает профессиональную реализацию личности и общение людей в разных сферах деятельности посредством языка для специальных целей. Владение иностранным языком является неотъемлемой частью последипломной подготовки специалистов для формирования языковых и речевых навыков, позволяющих использовать язык для получения профессионально значимой информации с применением разных видов аутентичного чтения, письма, говорения и аудирования, повышения когнитивных умений и развития информационной культуры. Язык специальности – это совокупность всех средств языка, применяемых в ограниченной сфере профессиональной коммуникации, особенно в текстовой деятельности. Успешность иноязычного научно-образовательного процесса зависит от усвоения этих средств, а также методов и технологий обучения для активизации языка для специальных целей и реализации научной и про-

фессиональной деятельности обучающихся. Эффективность решения этих задач будет продуктивнее при профессиональном изучении опыта зарубежных армий [7-12].

ЛИТЕРАТУРА

1. Карпов, А. О. Знание, способное порождать новое знание: ракурс науки и образования / А. О. Карпов // Вопросы философии. – 2020. – № 5. – С. 103-115.
2. Иванова, Л. Б. Информтехнологии в обучении. Роль информационных технологий (ИТ) в формировании познавательного интереса курсантов на примере обучения иностранным языкам в военном вузе / Л. Б. Иванова // Армейский сборник. – 2014. – № 7 (241). – С. 46-51.
3. Потапова, Р. К. Новые информационные технологии и филология / Р. К. Потапова. – СПб., 2014. – С. 44-51.
4. Палютина, З. Р. Анализ профессиональной терминологии по лексико-семантическим группам как средство обучения иностранному языку курсантов ВИФК / З. Р. Палютина, В. Я. Колотов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 2. – С. 17-20.
5. Military sports [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.med.academic.ru›dic.nsf/enwiki/11573156 (дата обращения : 25.10.2020).
6. Гальперин, И. Р. Текст как объект лингвистического исследования. – изд. 4-е, стереотип. / И. Р. Гальперин. – М. : КомКнига, 2006. – 144 с.
7. Зыков, А. В. Характеристика и боевые возможности личного состава вооруженных сил Саудовской Аравии / А. В. Зыков, О. С. Боцман, В. А. Щеголев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 32-36.
8. Трапезников, С. А. Организация физической подготовки военнослужащих вооруженных сил Великобритании / С. А. Трапезников, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 120-124.
9. Трапезников, С. А. Характеристика и боевые возможности подразделений специальных операций военно-морских сил Ирана / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 86-89.
10. Трапезников, С. А. Система подготовки офицерского состава вооруженных сил Италии / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 52-55.
11. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка подразделений сил специального назначения ведущих стран НАТО : монография / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2019. – 141 с.
12. Щеголев, В. А. Характеристика и основные задачи подразделений сил специальных операций армии Пакистана / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В.Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 268-272.

REFERENCES

1. Karpov, A. O. Knowledge that can generate new knowledge: the perspective of science and education / A. O. Karpov // Problems of Philosophy. – 2020. – No. 5. – P. 103-115.
2. Ivanova, L. B. Informtechnologies in teaching. The role of information technologies (IT) in the formation of the cognitive interest of cadets on the example of teaching foreign languages in a military university / L. B. Ivanova // Army collection. – 2014. – No. 7 (241). – P. 46-51.
3. Potapova, R. K. New information technologies and philology / R. K. Potapova. – St. Petersburg, 2014. – P. 44-51.
4. Palyutina, Z. R. Analysis of professional terminology using lexical and semantic groups as a means of teaching foreign languages to cadets of the MIPT / Z. R. Palyutina, V. Ya. Kolotov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 2. – P. 17-20.
5. Military sports. – Available at : https://www.med.academic.ru›dic.nsf/enwiki/11573156.
6. Galperin, I. R. Text as an object of linguistic research. – ed. 4th, stereotyped. – Moscow : KomBook, 2006. – 144 p.
7. Zykov, A. V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the armed forces of Saudi Arabia / A. V. Zykov, O. S. Botsman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
8. Trapeznikov, S. A. Organization of physical training of military personnel of the armed forces of Great Britain / S. A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of power structures: problems, experience, prospects : materials of the all-Russian

scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 120-124.

9. Trapeznikov, S. A. Characteristics and combat capabilities of special operations units of the Iranian Navy / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 86-89.
10. Trapeznikov, S. A. Training System for officers of the Italian armed forces / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 52-55.
11. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of leading NATO countries : monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
12. Shchegolev, V. A. Characteristics and main tasks of the units of the special operations forces of the Pakistan Army / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Suschenko // Russian Defense Ministry : Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2020. – P. 268-272.

УДК 796.032.2+659:4.012+327.83

СПОРТ КАК СРЕДСТВО ИНФОРМАЦИОННОЙ ВОЙНЫ

Боцман Олег Станиславович, генерал-майор, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, кандидат педагогических наук, начальник Военного института физической культуры, Санкт-Петербург;

Пашута Валерий Лукич, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Козлов Александр Петрович, кандидат исторических наук, доцент, кафедра гуманитарных и социально-экономических дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Поярков Алексей Александрович, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

SPORTS AS A MEANS OF INFORMATION WARFARE

Botsman O.S., Major General, Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Candidate of Pedagogics, Head of the Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Pashuta V.L., Honorary Higher Education Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Head of the Department of Humanities and Socio-Economic Disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Kozlov A.P., Candidate of History, Associate Professor, Department of Humanities and Socio-Economic Disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Poyarkov A. A. Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Department of Humanities and Socio-Economic Disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматривается проблема спорта в условиях обострения информационной борьбы. По мнению авторов, Россия находится в состоянии широкомасштабного информационно-психологического противостояния, получившего название «гибридной войны». Политизация спорта привела к тому, что он стал одной из составных частей современной гибридной войны, ведущейся Западом для достижения своих политических целей на информационном пространстве. Авторы приводят убедительные примеры из спортивной жизни, свидетельствующие о массированной кампании русофобии в гибридной войне, ведущейся против нашей страны.

Ключевые слова:

гибридная война, информационная война, русофобия, спорт, Олимпийское движение, CAS, ВАДА, МОК, РУСАДА, санкции.

Abstract:

The article deals with the problem of sports in the context of the aggravation of the information struggle. According to the authors, Russia is in a state of large-scale information and psychological confrontation, called «hybrid war». An integral part of this confrontation is sports, the politicization of which has led to the fact that it has become one of the components of the modern hybrid war waged by the West to achieve its political goals in the information space. The authors cite convincing examples from sports life, indicating a massive campaign of Russophobia in the hybrid war waged against our country.

Key words:

hybrid war, information war, russophobia, sport, Olympic Movement, CAS, WADA, IOC, RUSADA, sanctions.

ВВЕДЕНИЕ

В современной философской и политологической литературе большое внимание уделяется феномену «гибридной войны», под которой понимается обострившаяся до предела информационная борьба между противоборствующими субъектами [4, 6].

Сам термин «гибридная война» появился в США в начале 1990-х годов. С начала XXI века в натовской военной доктрине гибридная война стала рассматриваться как одно из важ-

нейших средств информационно-психологического сокрушения противника с целью достижения победы на благоприятных для себя условиях.

В отличие от классической войны, где соперничество ведется, прежде всего, в военной сфере, гибридная война охватывает самые различные сферы человеческой жизнедеятельности, включая спорт. Современный спорт вместо того, чтобы служить делу укрепления дружбы и добрососедства между народами, все больше и больше превращается в одно из средств современной гибридной войны.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Кажется, что от олимпийских принципов, изложенных в разработанной Пьером де Кубертеном Олимпийской хартии, главными из которых, как известно, являлись принципы гармоничного развития человечества и создания мирного человеческого сообщества, давно уже не осталось и следа. Спорт в целом и Олимпийское движение в частности со временем превратились в арену не только спортивной, но и политической борьбы. Крылатая фраза: «О спорт, ты – мир!», сказанная тем же Кубертеном, давно уже не работает. Более того в последнее время, перефразировав известное изречение немецкого военного теоретика Карла фон Клаузевица, спорт все чаще и чаще называют «продолжением политики иными средствами» [8].

Справедливости ради следует сказать, что, несмотря на заявленные основателями нового олимпийского движения принципы олимпизма, предполагавшие полное отделение спорта от политики, реализовать их не удалось, пожалуй, с самого начала. Инициатором возрождения Олимпийских игр явилась, как известно, Франция, незадолго до этого потерпевшая поражение в Франко-прусской войне 1870-1871 годов. По мнению Кубертена, одной из причин поражения Франции в войне являлась плохая физическая подготовленность французских солдат. Для Франции это была своеобразная сублимация. Лишившаяся части своей территории, вынужденная выплачивать Германии огромную контрибуцию, морально униженная, Франция, став во главе Олимпийского движения, пыталась таким образом поднять свой международный имидж. Терпение и работа принесли необходимые плоды. Со временем политическая обстановка изменилось в пользу Франции, вышедшей из Первой мировой войны победительницей. Являясь президентом МОК, Кубертен добился отстранения Германии и ее союзниц Австрии, Венгрии, Болгарии и Турции от участия в летних Олимпийских играх 1920 года. Причиной отстранения стало обвинение их в развязывании мировой войны. По той же причине в Антверпен в 1920 году не пригласили советских спортсменов, вменив в вину Советской России подписание сепаратного мира с Германией.

Одной из самых политизированных оказалась Олимпиада 1936 года, проходившая в Берлине. Пришедшие к этому времени к власти в Германии нацисты, пытались использовать Олимпийские игры для доказательства преимущества арийской расы. Впервые предпринятая рядом стран, включая США, попытка бойкота Олимпиады, не увенчалась успехом. Частично бойкот состоялся лишь на индивидуальном уровне. Игры в Берлине бойкотировали некоторые еврейские атлеты и тренеры из Австрии, США, Канады и Дании.

После окончания Второй мировой войны спорт сделался еще более политизированным и стал рассматриваться как одно из действенных средств противостояния между Востоком и Западом в общей парадигме «холодной войны». С дебютом олимпийской сборной Советского Союза в 1952 году на летних Олимпийских играх в Хельсинки, где наша сборная заняла второе место в общекомандном зачете, уступив только США, Олимпиады стали восприниматься скорее не как спортивные состязания, а как соперничество двух политических систем. Весь мир следил за тем, как СССР и США ожесточенно бились за медали, пытаясь таким образам доказать преимущество отстаиваемого ими пути социально-политического развития.

Одним из приемов этого противостояния сделается бойкот Олимпийских игр. Бойкоту, как правило, предшествовали политические события. США в 1980 году бойкотировали Олимпиаду в Москве за ввод советских войск в Афганистан. Советский Союз ответил США бойкотом Олимпийских игр 1984 года в Лос-Анджелесе. Бойкот Олимпиад не был уникальным средством только для СССР и США, к нему прибегали и другие страны. Так от участия в играх летней Олимпиады 1956 года в Мельбурне, из-за приглашения австралийским правительством сборной Тайваня, отказалась КНР. После решения МОК не допускать к Олимпиаде спортсменов, принявших участие в Играх новых развивающихся сил, проходивших в 1963 году в Джакарте,

Олимпийские игры1964 года в Японии бойкотировали сборные КНДР и Индонезии. В 1976 году возмущенные решением МОК о допуске Новой Зеландии, чья национальная сборная по регби накануне совершила турне по ЮАР, от участия в Олимпиаде в канадском Монреале отказались сразу двадцать африканских стран.

После распада СССР давление на российский спорт, которое осуществляется через контролируемые Западом международные спортивные институты, такие как МОК, Всемирное антидопинговое агентство (WADA), Спортивный арбитражный суд (CAS) и др., еще более усилилось [3]. После триумфа российской олимпийской сборной на зимних Олимпийских играх в Сочи последовал инициированный ВАДА антидопинговый скандал, который не закончился до сих пор. Взаимосвязь этого скандала с воссоединением Крыма с Россией, произошедшим на основании референдума жителей Республики Крым и Севастополя в марте 2014 года, вполне очевидна.

В результате нашу страну обвинили в организации государственной допинговой системы, Олимпийский комитет России был лишен аккредитации, российская команда на зимней Олимпиаде 2018 года в Корее выступала не под национальным флагом. Санкции коснулись не только спортсменов, получивших медали на Олимпиаде 2014 года в Сочи. У российских спортсменов в разное время отняли олимпийские награды, завоеванные ими на Олимпиадах в Солт-Лейк-Сити (2002), Афинах (2004), Турине (2006), Пекине (2008), Ванкувере (2010), Лондоне (2012), Сочи (2014), Рио-де-Жанейро (2016), Пхенчхане (2018). В общей сложности у российских олимпийцев было отнято 46 олимпийских медалей, 13 из которых – золотые, 20 – серебряные и 13 – бронзовые [1].

Состоявшийся 17 декабря 2020 года спортивный арбитражный суд (CAS) объявил решение, вынесенное по ВАДА и РУСАДА. Результаты вновь неутешительны. Российская олимпийская сборная лишается права принимать участие в двух ближайших Олимпиадах и Паралимпиадах. Российские спортсмены смогут участвовать в Играх только в нейтральном статусе, без национального флага и гимна. С 17 декабря 2020 года по 16 декабря 2022 года Россия не будет представлена на всех чемпионатах мира. Кроме того, Лозаннский арбитраж принял беспрецедентное решение, запретив участие в ближайших двух Олимпиадах политическому руководству нашей страны. Кроме президента России В.В. Путина под санкции попали председатель Правительства Российской Федерации М.В. Мишустин, вице-премьеры, министры и их заместители, члены парламента, представители администрации президента и сотрудники Следственного комитета [7].

Несмотря на всю жесткость принятого CAS решения в отношении российского спорта, в зарубежной прессе оно было воспринято как слишком мягкое. Ведущие мировые СМИ высказывают негодование вердиктом спортивного суда. Британская «Guardian» возмущена тем, что требуемый ВАДА четырехлетний срок дисквалификации российских спортсменов был сокращен вдвое. Глава USADA Т. Тайгерт назвал решение CAS «катастрофическим ударом по чистым спортсменам и целостности мирового спорта». Журналист немецкого канала ARD Х. Зеппельт недоволен разрешением CAS оставлять на форме российских спортсменов надпись: «Россия» и т. д. [5].

В российском медийном пространстве также не наблюдается единства. Часть отечественных спортивных экспертов и официальных лиц осудила решение арбитражного суда, другая – утверждает, что могло быть и хуже. Так член комитета Государственной Думы по физической культуре, спорту, туризму и делам молодежи Д.А. Свищев назвал решение CAS беспрецедентным. «Никто не вправе запретить нашим спортсменам выступать под российским флагом. По сути, это дискриминация целой страны, ущемление прав россиян», – сказал парламентарий [10]. Схожую позицию занял президент Федерации фигурного катания на коньках России, Заслуженный мастер спорта СССР А.Г. Горшков, заявивший, что он сожалеет, что здравый смысл так и не восторжествовал [2].

Противоположную своим коллегам точку зрения высказала депутат Государственной Думы И.К. Роднина. По ее мнению, России следует задуматься не столько о бойкоте Олимпиад, сколько об антидопинговом образовании, с которым у нас серьезные проблемы. «Дыма без огня не бывает», – считает трехкратная олимпийская чемпионка [9].

Ситуация действительно представляется очень сложной и не предполагает простого варианта решения. Современная Россия, к сожалению, не может вести себя так решительно и бескомпромиссно, как вел себя в свое время

Советский Союз. Для этого есть целый ряд объективных и субъективных факторов, связанных как с изменениями, произошедшими в нашей стране, так и с изменениями в мировом сообществе в целом.

Бойкотировать Олимпийские игры в современных условиях очень сложно. Во-первых, этого не следует делать исходя из чисто прагматических соображений, так как согласно поправкам, внесенным в Олимпийскую хартию, страна, бойкотирующая Олимпийские игры, должна пропустить две последующие Олимпиады [3]. Во-вторых, для этого необходим общественный консенсус, достичь которого в современных условиях практически невозможно.

В последние десятилетия существенно изменился сам спорт и отношение к спорту. Спорт не только сделался более глобальным, но, превратившись в одну из богатейших отраслей коммерческой индустрии, сам стал одним из элементов глобализации. Спортсмены, получающие баснословные гонорары, выступают на клубном уровне в разных странах. Они в буквальном смысле этого слова покупаются и продаются. Тоже можно сказать и о тренерах. Спорт перестал быть национальным. Сегодня невозможно возродить знаменитые заокеанские хоккейные баталии конца 70-х годов прошлого века отечественной хоккейной сборной со звездами НХЛ. В них наши хоккеисты будут играть против наших. Из российских легионеров, играющих сегодня в НХЛ, можно составить не одну национальную сборную. В иностранных футбольных клубах наших соотечественников на порядок меньше. Зато в отечественных футбольных клубах наплыв легионеров и российским спортсменам в них трудно пробиться. Известных отечественных футбольных тренеров также можно пересчитать по пальцам.

Истинно национальный характер спорт приобретает только во время проведения международных чемпионатов и Олимпийских игр. Но даже здесь глобализация продолжает играть свою коварную роль. Спортсмены не только переходят из клуба в клуб, но почти с такой же легкостью меняют гражданство, натурализуясь в тех странах, где им предлагают лучшие условия для жизни и самореализации. Раньше это было немыслимо. С этой тенденцией трудно бороться, но ее можно и нужно использовать в своих интересах. Что мы, в принципе, тоже делаем.

В этом смысле Россия также не является исключением из правил. С 2008 года в России функционирует имеющая статус чемпионата России Единая баскетбольная лига (Единая лига ВТБ), созданная совместно с ПАО «Банк ВТБ» и Российской федерацией баскетбола, которая объединяет баскетбольные клубы Восточной и Северной Европы. В том же 2008 году в России стартовала Континентальная хоккейная лига (КХЛ), в которой, наряду с российскими хоккейными клубами, выступают клубы из Белоруссии, Казахстана, Латвии, Китая и Финляндии.

В 2013 году была предпринята попытка создания «Объединенного чемпионата России и Украины по футболу», в котором должны были принять участие по девять клубов от каждой страны. Финансирование проекта взял на себя «Газпром». Оргкомитет возглавил известный российский тренер В.Г. Газаев. Из-за политической дестабилизации, начавшейся на Украине в конце 2013 года, проект, к сожалению, так и не был реализован.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, следует, очевидно, согласиться, что современный спорт все в большей и большей мере используется как средство информационной войны. При этом не сложно обнаружить один характерный тренд – мишенью войны становятся именно национальные спортивные сборные. Не случайно знаменитые допинговые скандалы возникают во время Олимпиад и международных чемпионатов, где спортсмены и спортивные команды представляют не клубы, а страны, под флагами которых они выступают. Не случайно, что выносимые международными спортивными организациями санкции, касаются не столько самих спортсменов, сколько использования ими национальной символики – гимна, флага и пр. Вот почему наши западные оппоненты выступают против написания на форме российских спортсменов названия страны. Даже в условиях достигнутого компромисса выдвинуто обязательное условие, что слово «Россия» должно сопровождаться надписью «нейтральный спортсмен», сделанной на английском языке и написанной шрифтом не меньшего размера. На слово «Россия» они реагируют как бык на красный цвет. Им хотелось бы, чтобы этого слова не существовало вовсе. Еще лучше, чтобы не существовало и самой России. А так как достичь этого они не в состоянии, они пытаются убрать всякое упо-

минание о ней, запрещая исполнение Ее гимна, использование Ее государственного флага, присутствия на международных спортивных форумах Ее Президента и других руководителей страны. При этом выступающие на спортивных состязаниях денационализированные индивидуумы их мало волнуют. Порой они даже высказываются в их защиту, говоря, что им просто не повезло, что они родились в «этой стране».

Международный спорт и национальные сборные в качестве мишеней гибридной войны выбраны не случайно. Спорт очень популярен, спорт – мощный фактор патриотического воспитания граждан. Международные турниры служат сплочению нации, формируют ее дух. Спорт в этом смысле – угроза глобалистам, которые выступают за другой спорт: спорт как источник «хлеба и зрелищ», где нет национальностей, где нет места патриотизму, где зрителя, играющего на тотализаторе, интересуют, в первую очередь, голы и очки. Но нужен ли нам такой спорт? Голы и очки, конечно, нужны, но прежде всего мы ценим спорт за то, что он служит воспитательным целям. Спорт формирует волю, терпение и мужество, учит жертвенности, взаимопомощи, честности. Спорт служит воспитанию качеств, необходимых каждому гражданину своей страны, способствует его социализации как личности.

Нападки на российский спорт далеко уходят за проблемы собственно спорта. В информационной войне спорт является лишь одним из средств создания негативного образа нашей страны, формирования из России образа «врага», восприятия России как источника опасности. В значительной степени Западу удалось сформировать в общественном сознании населения своих стран убеждение, что Россия – «токсичная страна», что любые контакты с Россией, в том числе и в области спорта, опасны. К сожалению, носителями подобных настроений является и часть наших собственных граждан, особенно молодежи.

Нам следует отказаться от оправдательной риторики и перейти к более решительным действиям. Нужно избавиться от иллюзии, что нам надо избежать войны любой ценой. Войну объявили не мы, войну объявили нам. Война уже идет полным ходом, и мы не должны забывать, что, согласно американской стратегии, ее «гибридный этап» является только начальной стадией, и если мы к ней не будем готовы, то не исключено, что последуют и другие.

ЛИТЕРАТУРА

1. Все отнятые медали Олимпиад. Скольких россиян лишили наград [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://sportrbc.ru/news/5f983a3f9a7947594ab0408c (дата обращения : 27.12.2020).
2. Горшков: надежда на положительное решение CAS была, но здравый смысл не взял верх [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://tass.ru/sport/10287773 (дата обращения : 23.12.2020).
3. Зыков, А. В. Международный совет военного спорта (SISM) и его роль в развитии военно-спортивного движения / А. В. Зыков, О. С. Боцман, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 12. – С. 79-81.
4. Калдор, М. Новые и старые войны : организованное насилие в глобальную эпоху / Мэри Калдор; пер. с англ. А. Апполонова, М. Дондуковского, ред. пер. А. Смирнов, В. Софронов. – М. : Изд-во Института Гайдара, 2015. – 412 с.
5. Марьянчик, Н. «Катастрофический удар по чистым спортсменам»: иностранные СМИ негодуют после решения CAS по России / Н. Марьянчик [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.sport-express.ru/doping/reviews/reshenie-cas-po-rossii-chto-o-nem-dumayut-zeppelt-i-amerikanskie-zhurnalisty-obzor-smi1739779/ (дата обращения : 23.12.2020).
6. Панарин, И. Н. Информационная война и коммуникации / И. Н. Панарин. – М. : Горячая линия-Телеком, 2014. – 236 с.
7. Российские спортсмены на два года лишились флага и гимна страны на ЧМ и Олимпийских играх [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://tass.ru/sport/10286565 (дата обращения : 23.12.2020).
8. Радзиховский, Л. Спортивные войны / Л. Радзиховский // Рос. газета. – Федеральный выпуск. – 2004. – 22 июня. – № 3507.
9. Роднина считает, что в РФ нужно ужесточить отношение к нарушителям антидопинговых правил [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://tass.ru/sport/10287825 (дата обращения : 23.12.2020).
10. Свищев назвал беспрецедентным решение CAS в отношении российских спортсменов [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://tass.ru/sport/10287823 (дата обращения : 23.12.2020).

REFERENCES

1. All Olympic medals taken away. How many Russians were deprived of awards. – Available at : https://sportrbc.ru/news/5f983a3f9a7947594ab0408c.
2. Gorshkov: there was hope for a positive decision of the CAS, but common sense did not prevail. – Available at : https://tass.ru/sport/10287773.
3. Zykov, A. V. International Military Sports Council (IMSC) and its role in the development of the military sports movement / A. V. Zykov, O. S. Botsman, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev // Theory and practice of physical training. – 2020. – No. 12. – P. 79-81.
4. Kaldor, M. New and old wars: organized violence in the global era / Mary Kaldor; translated from English by A. Appolonov, M. Dondukovsky, ed. by A. Smirnov, V. Sofronov. – Moscow : Publishing House of the Gaidar Institute, 2015. – 412 p.
5. Maryanchik, N. «A catastrophic blow to clean athletes»: foreign media are indignant after the CAS decision on Russia. – Available at : https://www.sport-express.ru/doping/reviews/reshenie-cas-po-rossii-chto-o-nem-dumayut-zeppelt-i-amerikanskie-zhurnalisty-obzor-smi 1739779/.
6. Panarin, I. N. Information war and communications / I. N. Panarin. – Moscow : Hotline-Telecom, 2014. – 236 p.
7. Russian athletes for two years lost the flag and anthem of the country at the World Cup and the Olympic Games. – Available at : https://tass.ru/sport/10286565.
8. Radzikhovsky, L. Sports war / L. Radzikhovsky // Rossiiskaya gazeta. – Federal issue. – 22.06.2004. – No 3507.
9. Rodnina believes that in the Russian Federation it is necessary to toughen the attitude to violators of anti-doping rules. – Available at : https://tass.ru/sport/10287825.
10. Svishchev called the CAS decision against Russian athletes unprecedented. – Available at : https://tass.ru/sport/10287823.

УДК 378.02:37.016; 378.164/.169

ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ В СОВРЕМЕННОМ ВОЕННОМ ВУЗЕ В СЛОЖНЫХ СИТУАЦИОННЫХ УСЛОВИЯХ

Пашута Валерий Лукич, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Никольская Алина Станиславовна, кандидат педагогических наук, доцент, Михайловская военная артиллерийская академия, Санкт-Петербург;

Фатеева Елена Викторовна, педагог дополнительного образования отдельной дисциплины (дополнительных образовательных программ), Кадетский корпус (спортивная школа), Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

SPECIFICITIES OF TRAINING IN A MODERN MILITARY HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION UNDER DIFFICULT SITUATIONAL CONDITIONS

Pashuta V.L., Honorary Higher Education Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Head of the Department of Humanities and Socio-Economic Disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Nikolskaia A.S., Candidate of Pedagogics, Associate professor, Mikhailovskaya Military Artillery Academy, St. Petersburg;

Fateeva E.V., Teacher of Additional education of a separate discipline (additional educational programs), the Cadet Corps (sports school), Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье анализируются особенности обучения в современном военном вузе в сложных ситуационных условиях, при этом их можно обсуждать с различных точек зрения: как универсальную проблему глобального характера; как актуальное явление в контексте реальных тенденций в системе высшего образования в целом, в системе военного образования в частности.

Освещаются основные сложности (вызовы) образовательного процесса, с которыми вынужденно взаимодействуют как преподаватели (офицеры), так и обучающиеся. Особое внимание уделяется обеспечению мотивации обучающихся при самостоятельном изучении дисциплин, возможности реализации междисциплинарного подхода, проблеме контроля успеваемости и, соответственно, качества подготовки обучающихся ввуза.

Обозначаются основные направления использования имеющихся ресурсов ввуза, а также их совершенствование посредством изучения актуальной практики образовательной деятельности в сложных ситуационных условиях.

Ключевые слова:

система образования, дистанционное обучение, образование, ввуз, проблема, сложные ситуационные условия.

Abstract:

The article analyzes some features of training in a modern military university under difficult situational conditions, while they can be discussed from different points of view: as a universal problem of a global nature; as an actual phenomenon in the context of real trends in the system of higher education in general, in the system of military education among other factors.

The article highlights the main difficulties (challenges) of the educational process with which both professors (tutors) and students (cadets) are forced to interact. Special attention is paid to ensuring the motivation of cadets in their independent study of disciplines, the possibility of implementing an interdisciplinary approach, the problem of monitoring academic performance and accordingly the quality of training of cadets in a military university.

The major lines of using the available resources of the university as well as their improvement by studying the actual practice of educational activities under difficult situational conditions are outlined.

Key words:

education system, distance learning, education, military university, problem, difficult situational conditions.

ВВЕДЕНИЕ

Необходимость рассмотрения особенностей высшего образования в сложных ситуационных условиях обусловлена проблемой распространения новой коронавирусной инфекции по всему миру. Вводимые ограничительные меры с неизбежностью влияют на формы и методы обучения, качество освоения учебной программы обучающимися, возможность поступления в вуз, да и в целом на доступность высшего образования. При этом пандемия вынуждает учебные заведения искать новые пути реализации образовательных маршрутов, обращаться к уже известным, но не используемым по разным причинам, и в итоге – оптимизировать весь образовательный процесс, что можно трактовать как некий положительный момент.

Проблема сложных ситуационных условий глобального характера решается в настоящее время достаточно просто: с помощью Интернета, всевозможных дистанционных сервисов, внедряемых во все сферы жизнедеятельности социума, в том числе и образовательных технологий, которые вынуждено приобретают ряд спорных характеристик (замена диалога, взаимодействия, общения коммуникацией, которая сводится к передаче и получению информации; весь процесс обучения превращается в целенаправленное воздействие на интеллектуальную сферу человека; развитие критического мышления уступает место копированию и воспроизводству информации). Однако неоспорим тот факт, что вследствие быстро меняющихся реалий образование развивается очень интенсивно, перестраивается, дополняется новым смыслом и содержанием за счет новых, современных гибких обучающих и воспитывающих технологий, за счет больших информационных потоков, доступных средств коммуникации, а также предполагает наличие большей информационной свободы у человека и самостоятельное овладение какой-либо социально-значимой областью знаний [4]. В данном ключе перед вузом возникает важная задача – использовать новые образовательные технологии, в том числе дистанционные, не снижая качества передаваемых знаний, и именно в том объеме, в котором это целесообразно в предлагаемых обстоятельствах, не переходя в последующем при нормализации сложных ситуационных условий к преимущественно дистанционному формату взаимодействия субъектов образовательного процесса.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В контексте преобладающих тенденций в системе высшего образования в целом можно выделить переход к дистанционному образованию с использованием специальных онлайн-платформ. Факторами, затрудняющими быстрый переход, стали: готовность учебных курсов к применению в электронном виде, умение профессорско-преподавательского состава применять подобные технологии (компьютерная грамотность, онлайн-лекции или индивидуальные занятия), понимание обучающимися специфики дистанционного обучения. Конечно, это новое в системе образования уже стало данностью и большинство высших учебных заведений, с большой долей вероятности, в будущем всю информацию, подлежащую переводу в электронный вариант, постараются оформить для самостоятельного освоения обучающимися, а оставшееся время максимально распределить на семинарские, практические занятия, а также другие формы активного непосредственного взаимодействия преподавателя и обучающихся.

К особенностям обучения в современном военном вузе в сложных ситуационных условиях, в частности, можно отнести: ограниченные возможности использования дистанционных образовательных технологий с применением Интернет-ресурсов; обеспечение мотивации обучающихся при изучении дисциплин выбранной специальности; значительное количество учебного материала, осваиваемого в процессе самостоятельной работы.

Так, решению задачи, связанной с первой группой особенностей, должно способствовать создание в военных вузах системы общего образовательного пространства с целью развития информационно-образовательной среды для овладения необходимыми компетенциями и качественной подготовки специалистов с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, использующих интерактивные электронные средства доставки информации и взаимодействия. Здесь же может косвенно решаться проблема мотивационной составляющей процесса обучения, так как только само наличие электронного обучения и дистанционных образовательных технологий уже существенно расширяет диапазон форм, методов, приемов учебно-воспитательной работы, способствует комплексной реализации междисциплинарного подхода, служит повышению объектив-

ности контроля качества подготовки обучающихся (текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации и государственной итоговой аттестации), не требует прекращения программ дополнительного образования: курсов повышения квалификации, стажировок, программ переподготовки. Определенную сложность дистанционные образовательные технологии могут представлять ввиду необходимости постоянного применения актуальных информационных, телекоммуникационных и педагогических достижений, необходимых для оптимизации опосредованного взаимодействия обучающихся и профессорско-преподавательского состава [3].

Обеспечение мотивации обучающихся военного вуза при изучении дисциплин выбранной специальности при отсутствии непосредственного контакта «преподаватель-обучающийся» – задача достаточно непростая. Мотивация к учению военнослужащих начинает формироваться еще в школе на основе естественной потребности в движении, в новых впечатлениях, в новой информации. Мотивацию определяют не только отдельные мотивы занятий (учебно-познавательные, результативные, процессуальные, благополучия, долженствования, социально значимые мотивы и мотивы избегания неприятностей), но и цели, эмоции, смысл обучения (общественный и личностный), а также другие интересы, выступающие в роли мотивов к обучению. Необходимо помнить, что интерес при своем развитии превращается в новую духовную потребность в интеллектуальном и физическом совершенствовании, на основе которой возникают новые мотивы и интересы. Мотивацию, как и другие высшие психические процессы, следует рассматривать как социально обусловленное образование. Она складывается и изменяется в процессе жизнедеятельности военнослужащего и обучающегося, и прежде всего в учебной и профессиональной деятельности. В процессе деятельности рождаются новые мотивы, интересы и потребности, оказывающие в свою очередь влияние на профессиональную деятельность [1].

Таким образом, становление мотивации зависит в целом от содержания, форм, методов, применяемых на занятиях, а также от установления и усложнения связей обучающихся с окружающим миром и различными людьми (деятельность руководителя, содержание занятий, методы обучения и развития требуемых качеств, уровень педагогического мастерства наставника, материально-техническое оснащение учебно-материальной базы, использование технических средств обучения, психологический климат в коллективе, единство требований в коллективе и т. п.) [2, 5].

Следующей особенностью обучения в современном военном вузе в сложных ситуационных условиях является большой объем самостоятельной работы, которая педагогикой относится к активным моделям обучения – обучающийся выступает субъектом обучения (самостоятельное изучение материала, решение творческих задач). Среди методов обучения самостоятельная работа занимает очень важное место, так как оказывает существенное влияние на формирование готовности обучающихся к службе после окончания военного вуза. Научная организация и планирование самостоятельной работы, контроль ее выполнения, привлечение обучающихся к научно-исследовательской работе призваны не только активизировать их познавательную деятельность во всех видах занятий, но и формировать организованность, ответственность, навыки отбора нужной информации и самостоятельного получения знаний. Самостоятельная работа обучающихся по изучению лекционного материала при подготовке к семинарским или практическим занятиям обычно включает самостоятельное повторение, запоминание, конспектирование, реферирование определенной информации с целью ее дальнейшего воспроизведения, что значительно отличается от ситуации в настоящее время. Сейчас обучающиеся должны изучать учебный материал самостоятельно, и затем выполнить ряд заданий по пройденным темам, обычно в письменной форме, что предполагает владение навыками и умениями самостоятельной работы на достаточно высоком уровне, прийти к которому до возникновения сложных ситуационных условий зачастую не было возможности или таковой необходимости.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенный анализ особенностей обучения в сложных ситуационных условиях позволяет констатировать тот факт, что образовательные технологии, которые используются в настоящее время, вынуждено приобретают ряд спорных характеристик (замена диалога, взаимодействия, общения коммуникацией, которая сводится к передаче и получению

информации; весь процесс обучения превращается в целенаправленное воздействие на интеллектуальную сферу человека; развитие критического мышления уступает место копированию и воспроизводству информации).

С положительной точки зрения следует отметить, что вследствие быстро меняющихся реалий образование развивается очень интенсивно, перестраивается, дополняется новым смыслом и содержанием за счет новых, современных гибких обучающих и воспитывающих технологий, за счет больших информационных потоков, доступных средств коммуникации, а также предполагает наличие большей информационной свободы у человека и самостоятельное овладение какой-либо социально-значимой областью знаний. Учитывая реалии современного образования необходимо изучать опыт этой деятельности в зарубежных армиях [6-11].

К особенностям (трудностям) обучения в современном военном вузе в сложных ситуационных условиях в частности можно отнести: ограниченные возможности использования дистанционных образовательных технологий с применением Интернет-ресурсов; обеспечение мотивации обучающихся при изучении дисциплин выбранной специальности; значительное количество учебного материала, осваиваемого в процессе самостоятельной работы.

Основные направления использования имеющихся ресурсов ввуза, а также их совершенствования посредством изучения актуальной практики образовательной деятельности в сложных ситуационных условиях могут заключаться в следующем: создание в военных вузах системы общего образовательного пространства с целью развития информационно-образовательной среды для овладения необходимыми компетенциями и качественной подготовки специалистов с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, использующих интерактивные электронные средства доставки информации и взаимодействия; организация различных видов деятельности обучающихся с целью формирования новых мотивов, интересов и потребностей, оказывающих в свою очередь влияние на профессиональную деятельность (установление и усложнение связей обучающихся с окружающим миром и различными людьми (деятельность руководителя, содержание занятий, методы обучения и развития требуемых качеств, уровень педагогического мастерства наставника, материально-техническое оснащение учебно-материальной базы, использование технических средств обучения, психологический климат в коллективе, единство требований в коллективе и т. п.); содействие правильной организации самостоятельной работы обучающихся (научная организация и планирование самостоятельной работы, контроль ее выполнения, привлечение обучающихся к научно-исследовательской работе, активизация познавательной деятельности на всех видах занятий, формирование чувства ответственности, навыков отбора нужной информации и самостоятельного получения знаний).

ЛИТЕРАТУРА

1. 1.Пашута, В. Л. Организация работы с личным составом в Вооруженных Силах Российской Федерации и морально-психологическое обеспечение деятельности войск (сил) : учеб. пособие / В. Л. Пашута, А. А. Поярков. – СПб. : МО РФ, ВИФК, 2017. – 319 с.
2. Пашута, В. Л. Обеспечение мотивации обучающихся при изучении дисциплин гуманитарного цикла в военном вузе / В. Л. Пашута, А. С. Никольская // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2015. – № 2. – С. 83-90.
3. Пашута, В. Л. Актуальность применения дистанционных образовательных технологий в процессе обучения иностранному языку в современном военном вузе / В. Л. Пашута, А. С. Никольская, Е. О. Яковлева // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С. 19-22.
4. Петрусевич, А. А. Современные вызовы развитию образования / А. А. Петрусевич, Ш. Ж. Джамбулова [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-vyzovy-razvitiyu-obrazovaniya (дата обращения : 07.12.2020).
5. Фатеева, Е. В. Развитие мотивационной готовности к будущей профессиональной деятельности воспитанников кадетского корпуса (спортивной школы) военного института физической культуры / Е. В. Фатеева // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 1. – С. 65-68.
6. Зыков, А. В. Характеристика и боевые возможности личного состава вооруженных сил Саудовской Аравии / А. В. Зыков, О. С. Боцман, В. А. Щеголев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 32-36.
7. Трапезников, С. А. Организация физической подготовки военнослужащих вооруженных сил Великобри-

тании / С. А. Трапезников, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 120-124.
8. Трапезников, С. А. Характеристика и боевые возможности подразделений специальных операций военно-морских сил Ирана / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 86-89.
9. Трапезников, С. А. Система подготовки офицерского состава вооруженных сил Италии / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 52-55.
10. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка подразделений сил специального назначения ведущих стран НАТО : монография / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2019. – 141 с.
11. Щеголев, В. А. Характеристика и основные задачи подразделений сил специальных операций армии Пакистана / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В.Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 268-272.

REFERENCES

1. Pashuta, V. L. Organization of work with personnel in the Armed Forces of the Russian Federation and moral and psychological support for the activities of troops (forces) : Training manual / V. L. Pashuta, A. A. Poyarkov. – St. Petersburg : RF DM, MIPT, 2017. – 319 p.
2. Pashuta, V. L. Motivation support when studying humanities in the military higher educational institution / V. L. Pashuta, A. S. Nikolskaia // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2015. – No. 2. – P. 83-90.
3. Pashuta, V. L. Relevance of the distance learning technologies application in the process of teaching a foreign language in a modern military university / V. L. Pashuta, A. S. Nikolskaia, E. O. Yakovleva // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No 4. – P. 19-22.
4. Petrusevich, A. A. Contemporary challenges to development of education / A. A. Petrusevich, Sh. Zh. Dzhambulova. – Available at : https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-vyzovy-razvitiyu-obrazovaniya.
5. Fateeva, E. V. Development of motivation readiness for future professional activity of cadets (of sports school) of the Military Institute of Physical Training / E. V. Fateeva // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 1. – P. 65-68.
6. Zykov, A. V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the armed forces of Saudi Arabia / A. V. Zykov, O. S. Botsman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
7. Trapeznikov, S. A. Organization of physical training of military personnel of the armed forces of Great Britain / S. A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of power structures: problems, experience, prospects : materials of the all-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 120-124.
8. Trapeznikov, S. A. Characteristics and combat capabilities of special operations units of the Iranian Navy / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 86-89.
9. Trapeznikov, S. A. Training System for officers of the Italian armed forces / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 52-55.
10. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of leading NATO countries : monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
11. Shchegolev, V. A. Characteristics and main tasks of the units of the special operations forces of the Pakistan Army / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Suschenko // Russian Defense Ministry : Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2020. – P. 268-272.

УДК 355.233.22

ТРЕБОВАНИЯ НОРМАТИВНЫХ ПРАВОВЫХ АКТОВ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ КАК ОСНОВА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СТРУКТУРЫ ЦЕНТРАЛЬНОГО ОРГАНА УПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ВООРУЖЕННЫХ СИЛ

Степкин Михаил Анатольевич, кандидат педагогических наук, доцент, начальник научно-исследовательского отдела Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Солнцева Анна Сергеевна, младший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

REQUIREMENTS OF THE REGULATORY LEGAL ACTS OF THE RUSSIAN FEDERATION AS THE BASIS FOR IMPROVING THE STRUCTURE OF THE CENTRAL MANAGEMENT BODY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT OF THE ARMED FORCES

Stepkin M.A., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Research Department of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Solntseva A.S., Junior researcher at the Scientific Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

Совершенствование модели управления физической подготовкой и спортом в Вооруженных Силах Российской Федерации (далее – ВС РФ) является одним из важных направлений совершенствования системы физической подготовки ВС РФ. Указанному вопросу в последнее время уделяется большое внимание в документах стратегического планирования физической культуры (подготовки) и спорта в ВС РФ: Концепции развития физической культуры и спорта в ВС РФ на период до 2020 года, Плане совершенствования системы физической и горной подготовки в ВС РФ на 2021-2025 годы и других документах.

В статье представлены результаты анализа требований нормативных правовых актов Российской Федерации, регламентирующих деятельность в области физической культуры и спорта в Российской Федерации, которые предлагаются авторами как основа совершенствования структуры центрального органа управления физической культуры и спорта в Министерстве обороны Российской Федерации.

Ключевые слова:

центральный орган управления физической культуры и спорта ВС РФ, структура, департамент, мероприятия в области физической культуры, мероприятия в области спорта.

Abstract:

Improving the model of physical training and sports management in the Armed Forces of the Russian Federation (hereinafter referred to as the RF Armed Forces) is one of the important directions of improving the physical training system of the RF Armed Forces. This issue has recently received much attention in the documents of the strategic planning of physical training and sports in the RF Armed Forces: the Concept of the development of physical training and sports in the RF Armed Forces for the period up to 2020, the Plan for improving the system of physical and mountain training in the RF Armed Forces for 2021-2025 and other documents.

The article presents the results of the analysis of the requirements of the regulatory legal acts of the Russian Federation regulating activities in the field of physical culture and sports in the Russian Federation, which are proposed by the authors as the basis for improving the structure of the central governing body of physical culture and sports in the Ministry of Defense of the Russian Federation.

Key words:

central governing body of physical culture and sports of the Armed Forces of the Russian Federation, structure, department, events in the field of physical culture, events in the field of sports..

ВВЕДЕНИЕ

В рамках научно-исследовательской работы «Совершенствование системы нормативных документов по физической подготовке и спорту в ВС РФ» нами проведен анализ нормативных правовых актов Российской Федерации (далее – РФ), устанавливающих требования к структуре и содержанию де-

ятельности органа управления физической культуры и спорта в Министерстве обороны РФ. В статье представлены результаты исследований, предлагаемые как нормативно-правовая основа совершенствования структуры центрального органа управления физической культуры и спорта ВС РФ.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Анализ нормативных правовых актов РФ, регламентирующих деятельность в области физической культуры и спорта в РФ и федеральных органов исполнительной власти РФ (далее – ФОИВ), осуществляющих эту деятельность, проводился с целью определения:

требований к структуре и содержанию деятельности в области физической культуры и спорта в РФ и в ВС РФ;

полномочий ФОИВ, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта;

требований к структуре и содержанию деятельности ФОИВ, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта.

Правовые, организационные, экономические и социальные основы деятельности в области физической культуры и спорта в РФ, основные принципы законодательства о физической культуре и спорте устанавливает Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [1]. Нами выделены следующие основные положения данного закона, касающиеся вопросов нашего исследования:

1. К мероприятиям в области физической культуры относятся физическое воспитание, физическая подготовка, физическое развитие (организованные занятия граждан физической культурой).

2. К мероприятиям в области спорта относятся спортивные соревнования, тренировочные мероприятия, включающие в себя теоретическую и организационную части, и другие мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям с участием спортсменов.

3. Одним из основных принципов законодательства о физической культуре и спорте является сочетание государственного регулирования отношений в области физической культуры и спорта с саморегулированием таких отношений субъектами физической культуры и спорта.

4. К субъектам физической культуры и спорта в РФ относятся Министерство спорта РФ, Министерство обороны РФ.

5. Физическая подготовка (как мероприятие в области физической культуры) в Министерстве обороны РФ осуществляется в целях успешного выполнения военнослужащими своих служебных обязанностей.

6. Министерство обороны РФ осуществляет руководство развитием военно-прикладных видов спорта.

ФОИВ, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, является Министерство спорта РФ. Структурными подразделениями Министерства спорта РФ являются департаменты по основным направлениям деятельности Министерства. В состав департаментов включаются отделы [2].

В настоящее время в Министерстве спорта РФ функционируют 10 департаментов. Приказами Министерства спорта РФ [3-11] утверждены положения о департаментах, устанавливающие направления деятельности, задачи, структуру, функции и права департаментов.

Министерство обороны РФ является ФОИВ, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики, нормативно-правовому регулированию в области обороны. Одними из полномочий, осуществляемых Министерством обороны РФ, установлены организация мероприятий в области физической культуры и спорта в Вооруженных Силах. В целях реализации своих полномочий Министерство обороны РФ имеет право издавать нормативные правовые акты и иные документы по вопросам, отнесенным к его компетенции [12].

Центральным органом военного управления, предназначенным для руководства физической подготовкой, горной подготовкой и спортом в Вооруженных Силах РФ и реализации мероприятий государственной политики в области физической культуры и спорта в Вооруженных Силах РФ определено Управле-

ние физической подготовки и спорта ВС РФ. Структурными подразделениями Управления являются отделы [13].

Общие правила внутренней организации ФОИВ установлены Типовым регламентом внутренней организации ФОИВ, утвержденным Постановлением Правительства РФ от 28 июля 2005 г. № 452 [14]. В соответствии с указанным документом:

структура и штатное расписание центрального аппарата ФОИВ утверждаются руководителем ФОИВ;

структура центрального аппарата ФОИВ включает в себя руководство (руководителя и его заместителей), помощников (советников) руководителя и структурные подразделения по основным направлениям деятельности – департаменты в федеральных министерствах;

в департаментах ФОИВ образуются отделы;

сферы деятельности и компетенция департамента определяются в положении о департаменте, утверждаемом руководителем ФОИВ.

В результате проведенного анализа вышеперечисленных нормативных правовых актов РФ и Министерства спорта РФ, нами выявлены положения, которые могут быть применены как основополагающие для совершенствования структуры центрального органа управления физической культурой и спортом в ВС РФ. В соответствии с ними:

1. Как структурное подразделение ФОИВ центральный орган управления физической культуры и спорта в ВС РФ может быть организован в форме Департамента физической культуры и спорта ВС РФ (далее – Департамент), который предназначен для организации в ВС РФ мероприятий в области физической культуры и спорта, направленных на реализацию государственной политики в сфере физической культуры и спорта в ВС РФ, достижение, поддержание и совершенствование у военнослужащих требуемого уровня физической подготовленности для выполнения задач по предназначению, а также для руководства в пределах своих полномочий органами управления физической подготовки и спорта центрального аппарата Министерства обороны РФ, военных округов, видов (родов войск) ВС РФ и подчиненными Департаменту организациями.

2. Основными задачами для Департамента могут быть определены:

реализация мероприятий государственной политики в области физической культуры и спорта в ВС РФ;

разработка и согласование документов стратегического планирования, иных программных документов в области физической культуры и спорта в ВС РФ;

организация мероприятий в области физической культуры (в том числе физической подготовки) в ВС РФ и руководство их проведением;

организация мероприятий в области спорта в ВС РФ и руководство их проведением;

организация и обеспечение в установленном порядке взаимодействия МО РФ с международными межправительственными, неправительственными международными и общественными организациями и сотрудничества с зарубежными странами в сфере физической культуры и спорта;

руководство в пределах своих полномочий органами управления физической подготовки и спорта центрального аппарата Министерства обороны РФ, военных округов, видов (родов войск) ВС РФ и подчиненными Департаменту организациями (в том числе ВИФК, ЦСКА).

3. Структура Департамента в соответствии с Типовым регламентом внутренней организации ФОИВ [14] может состоять из директора Департамента, заместителей директора Департамента, отделов, состоящих из групп (рис. 1).

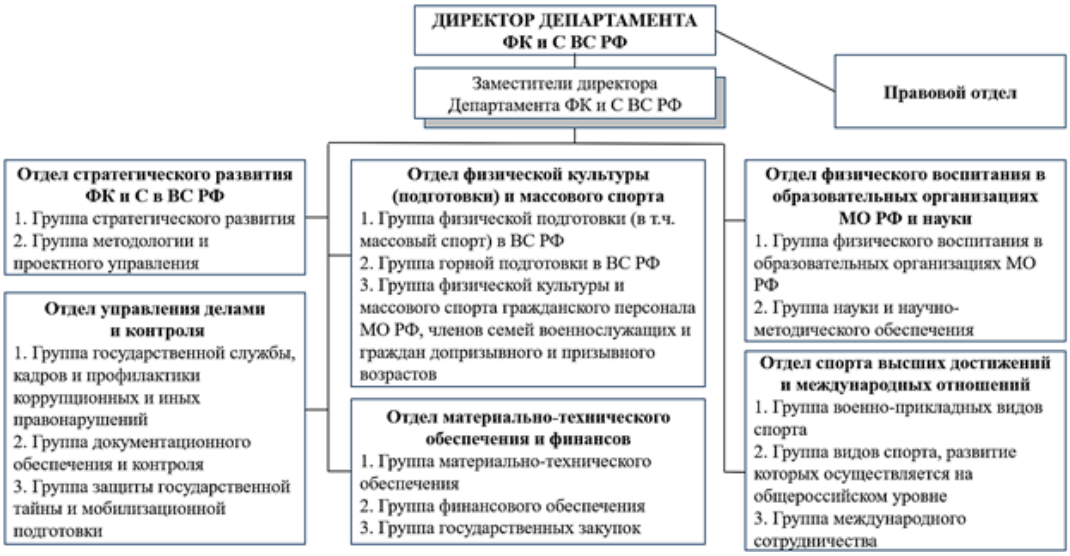


Рисунок 1 – Структура Департамента физической культуры и спорта ВС РФ

4. Основными направлениями деятельности для указанных отделов Департамента могут быть определены:

4.1. Отдел стратегического развития физической культуры и спорта в ВС РФ:

обеспечение координации стратегического развития и реализации федеральных проектов в сфере физической культуры и спорта в ВС РФ;

разработка и реализация стратегии развития физической культуры и спорта в ВС РФ, иных стратегических и программных документов в области физической культуры и спорта.

4.2. Отдел физической культуры (подготовки) и массового спорта:

осуществление функций по реализации государственной политики в сфере физической культуры и массового спорта;

выработка основных направлений и реализация деятельности Министерства обороны РФ в сфере физической подготовки военнослужащих, граждан допризывного и призывного возрастов, физической культуры и массового спорта гражданского персонала Министерства обороны РФ и членов семей военнослужащих;

координация деятельности органов управления физической подготовки и спорта центрального аппарата Министерства обороны РФ, военных округов, видов (родов войск) ВС РФ в пределах установленной компетенции отдела.

4.3. Отдел физического воспитания в образовательных организациях Министерства обороны РФ и науки:

обеспечение функций по реализации государственной политики в области физического воспитания, науки, научно-методического обеспечения в сфере физической культуры и спорта в ВС РФ;

координация деятельности Военного института физической культуры Министерства обороны РФ, Научно-исследовательского центра (по физической подготовке и военно-прикладным видам спорта в ВС РФ), кафедр физической подготовки и отдельных дисциплин (Физическая культура) в образовательных организациях Министерства обороны РФ в пределах установленной компетенции отдела.

4.4. Отдел спорта высших достижений и международных отношений:

обеспечение функций по реализации государственной политики в сфере спорта высших достижений и подготовки спортивного резерва в ВС РФ;

осуществление функций Министерства обороны РФ по выработке и реализации основных направлений руководства развитием военно-прикладных видов спорта, а также разработка предложений по определению приоритетов деятельности Департамента в области спорта высших достижений и подготовки спортивного резерва;

обеспечение взаимодействия с международными межправительственными, непра-

вительственными международными и общественными организациями и сотрудничества с зарубежными странами в сфере физической культуры и спорта, в установленном порядке и в пределах установленной компетенции отдела [16];

координация деятельности федерального автономного учреждения Министерства обороны РФ «Центральный спортивный клуб Армии» в пределах установленной компетенции отдела.

4.5. Отдел материально-технического обеспечения и финансов:

материально-техническое обеспечение деятельности Департамента;

обеспечение функций по разработке основных направлений и приоритетов бюджетной и финансовой политики в сфере физической культуры и спорта в ВС РФ, главного распорядителя и получателя средств федерального бюджета, предусмотренных на содержание Департамента и реализацию возложенных на Департамент функций.

4.6. Отдел управления делами и контроля:

обеспечение деятельности Департамента по документационным, кадровым, коррупционным вопросам;

обеспечение соблюдения секретного делопроизводства;

организация и проведение разработки планов мероприятий, документов по мобилизационной подготовке, гражданской обороне.

4.7. Правовой отдел: осуществление функций по нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта в ВС РФ, а также правовому обеспечению деятельности Департамента, защите прав и законных интересов Департамента.

С учетом существующей структуры центрального аппарата Министерства обороны РФ (16 главных управлений, 23 управления, 22 департамента [15]), рассмотренная модель центрального органа управления физической культуры и спорта в ВС РФ может быть представлена как Главное управление физической культуры и спорта ВС РФ. При этом, отдельные отделы могут быть рассмотрены как управления (например, Управление физической культуры (подготовки) и массового спорта, Управление физического воспитания в образовательных организациях МО РФ и науки, Управление спорта высших достижений и международных отношений и др.), а группы – как направления, отделы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Структура центрального органа управления физической культуры и спорта ВС РФ обуславливается его предназначением, задачами и общими функциями с дальнейшим их распределением и конкретизацией в задачах и функциях составляющих его структурных подразделений. Объективными предпосылками для совершенствования структуры центрального органа управления физической культуры и спорта ВС РФ могут быть изменения нормативных правовых актов, появление новых задач, повышение требований к уровню и качеству реализации установленных функций и др.

В процессе совершенствования системы нормативных документов по физической подготовке и спорту в ВС РФ выявлены отдельные предпосылки для совершенствования структуры органа управления, обусловленные требованиями нормативных правовых актов РФ, рассмотренных в данной статье.

ЛИТЕРАТУРА

1. Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.consultant.ru (дата обращения : 08.12.2020).
2. Постановление Правительства РФ от 19.06.2012 г. № 607 «О Министерстве спорта Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.consultant.ru (дата обращения : 22.12.2020).
3. Приказ Минспорта России от 30.06.2020 г. № 481 «Об утверждении положения о Департаменте стратегического развития и реализации федеральных проектов Министерства спорта Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://minsport.gov.ru (дата обращения : 22.12.2020).
4. Приказ Минспорта России от 12.10.2020 г. № 757 «Об утверждении положения о Департаменте физической культуры и массового спорта Министерства спорта Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.consultant.ru (дата обращения : 22.12.2020).

5. Приказ Минспорта России от 12.10.2020 г. № 759 «Об утверждении положения о Департаменте спорта высших достижений Министерства спорта Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.consultant.ru (дата обращения : 22.12.2020).
6. Приказ Минспорта России от 27.08.2020 г. № 649 «Об утверждении положения о Департаменте образования, науки и международных отношений Министерства спорта Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.consultant.ru (дата обращения : 22.12.2020).
7. Приказ Минспорта России от 11.07.2019 г. № 540 «Об утверждении положения о Правовом департаменте Министерства спорта Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.consultant.ru (дата обращения : 22.12.2020).
8. Приказ Минспорта России от 01.10.2020 г. № 739 «Об утверждении положения о Департаменте инвестиционного развития и управления государственным имуществом Министерства спорта Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.consultant.ru (дата обращения : 22.12.2020).
9. Приказ Минспорта России от 06.11.2020 г. № 816 «Об утверждении положения о департаменте государственного регулирования в сфере спорта Министерства спорта Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://minsport.gov.ru (дата обращения : 22.12.2020).
10. Приказ Минспорта России от 25.08.2020 г. № 637 «Об утверждении положения о Департаменте бюджетной политики и финансов Министерства спорта Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://minsport.gov.ru (дата обращения : 22.12.2020).
11. Приказ Минспорта России от 25.08.2020 г. № 638 «Об утверждении положения о Департаменте управления делами и контроля Министерства спорта Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www. consultant.ru (дата обращения : 22.12.2020).
12. Указ Президента РФ от 16.08.2004 № 1082 г. «Вопросы Министерства обороны Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.consultant.ru (дата обращения : 22.12.2020).
13. Приказ Министра обороны РФ от 21.07.2016 г. № 444 «Об утверждении Положения об Управлении физической подготовки и спорта ВС РФ».
14. Постановление Правительства РФ от 28.07.2005 г. № 452 «О Типовом регламенте внутренней организации федеральных органов исполнительной власти» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.consultant.ru (дата обращения : 22.12.2020).
15. Структура Минобороны России [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://structure.mil.ru/structure/structuremorf.htm (дата обращения : 21.12.2020).
16. Зыков, А. В. Международный совет военного спорта (SISM) и его роль в развитии военно-спортивного движения / А. В. Зыков, О. С. Боцман, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 12. – С. 79-81.

REFERENCES

1. Federal Law of 04.12.2007 No. 329-FL «On physical training and sports in the Russian Federation». – Available at : http://www.consultant.ru.
2. Decree of the Government of the Russian Federation of June 19, 2012 No. 607 «On the Ministry of Sports of the Russian Federation». – Available at : http://www.consultant.ru.
3. Order of the Ministry of Sports of Russia dated June 30, 2020 No. 481 «On approval of the regulation on the Department of strategic development and implementation of federal projects of the Ministry of Sports of the Russian Federation». – Available at : https://minsport.gov.ru.
4. Order of the Ministry of Sports of Russia dated 12.10.2020 No. 757 «On approval of the regulations on the Department of Physical Culture and Mass Sports of the Ministry of Sports of the Russian Federation». – Available at : http://www.consultant.ru.
5. Order of the Ministry of Sports of Russia dated 12.10.2020 No. 759 «On approval of the regulation on the Department of Sports of the highest achievements of the Ministry of Sports of the Russian Federation». – Available at : http://www.consultant.ru.
6. Order of the Ministry of Sports of Russia dated August 27, 2020 No. 649 «On approval of the regulations on the Department of Education, Science and International Relations of the Ministry of Sports of the Russian Federation». – Available at : http://www.consultant.ru.
7. Order of the Ministry of Sports of Russia dated July 11, 2019 No. 540 «On approval of the regulation on the Legal Department of the Ministry of Sports of the Russian Federation». – Available at : http://www.consultant.ru.
8. Order of the Ministry of Sports of Russia dated 01.10.2020 No. 739 «On approval of the regulation on the Department of Investment Development and State Property Management of the Ministry of Sports of the Russian Federation». – Available at : http://www.consultant.ru.
9. Order of the Ministry of Sports of Russia dated 06.11.2020 No. 816 «On approval of the regulation on the department of state regulation in the field of sports of the Ministry of Sports of the Russian Federation». – Available at : https://minsport.gov.ru.

10. Order of the Ministry of Sports of Russia dated 25.08.2020 No. 637 «On approval of the regulation on the Department of budgetary policy and finance of the Ministry of Sports of the Russian Federation». – Available at : https://minsport.gov.ru.
11. Order of the Ministry of Sports of Russia dated 25.08.2020 No. 638 «On approval of the regulation on the Department of Management and Control of the Ministry of Sports of the Russian Federation». – Available at : http://www.consultant.ru.
12. Decree of the President of the Russian Federation of 16.08.2004 No. 1082 «Questions of the Ministry of Defense of the Russian Federation». – Available at : http://www.consultant.ru.
13. Order of the Minister of Defense of the Russian Federation of July 21, 2016 No. 444 «On approval of the Regulations on the Physical Training and Sports Directorate of the RF Armed Forces».
14. Decree of the Government of the Russian Federation of July 28, 2005 No. 452 «On the Model Regulations for the Internal Organization of Federal Executive Bodies». – Available at : http://www.consultant.ru.
15. The structure of the Russian Ministry of Defense. – Available at : https://structure.mil.ru/structure/structuremorf.htm.
16. Zykov, A. V. International Military Sports Council (IMSC) and its role in the development of the military sports movement / A. V. Zykov, O. S. Botsman, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev // Theory and practice of physical training. – 2020. – No. 12. – P. 79-81.

УДК 378.02:37.016;378.164/.169

ДИСТАНЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ ГУМАНИТАРНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩЕГО ОФИЦЕРА

Тарасова Елена Николаевна, кандидат филологических наук, доцент, заведующий кафедры русского языка, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

DISTANCE TECHNOLOGIES IN THE SYSTEM OF HUMANITARIAN TRAINING OF THE FUTURE OFFICER

Tarasova E.N., Candidate of Philology, Associate Professor, Head of the Russian Language Department, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматриваются современные тенденции в развитии информационного общества и их влияния на отечественное военное образование. Анализируется специфика образовательной среды военного вуза и роль гуманитарной подготовки, в том числе роль преподавателя русского языка в обучении и формировании ценностного отношения к будущей профессиональной деятельности. Подчеркивается важность профессии преподавателя и его роль в духовно-нравственном развитии личности будущего офицера, важность сохранения традиционной системы ценностей, сохранения гуманитарного знания. Новые информационные технологии рассматриваются не как цель образования, но как средство повышения его качества.

Ключевые слова:

образование, информационные технологии, русский язык, военный вуз, традиционные ценности.

Abstract:

Modern trends in the development of society and their impact on domestic military education are considered in the article. The specifics of the educational environment of a military higher educational institution and the role of the Russian language teacher in teaching and the formation of a value attitude to future professional activity are analyzed. The importance of the teaching profession and its role in the spiritual and moral development of the individual, the importance of maintaining the traditional value system, preserving the humanities education are emphasized. New information technologies are not considered as the goal of education, but as a means of improving its quality.

Key words:

education, information technology, Russian language, military higher educational institution, traditional values.

ВВЕДЕНИЕ

Развитие информационного общества на современном этапе, в том числе и развитие системы высшего образования, невозможно представить без использования информационно-компьютерных технологий (ИКТ), без функционирования электронной информационно-образовательной среды (ЭИОС) высшего учебного заведения, в том числе военного. Известно, что ЭИОС включает в себя электронные информационные и образовательные ресурсы, информационные технологии и соответствующие технологические средства. Ее предназначение – обеспечение освоения обучающимися образовательных программ в полном объеме, независимо от местонахождения.

В Военном институте физической культуры большое внимание уделяется разработке основных элементов ЭИОС, в частности, разрабатываются электронные учебники и учебные пособия, электронные обучающие курсы и тесты, на кафедрах разработаны и совершенствуются электронные УМК по преподаваемым дисциплинам, создаются видеоуроки и записываются видеолекции, активно применяются интерактивные панели и мультимедийные проекторы. На кафедрах созданы и функционируют электронные библиотеки, пополняется база электронной справочной литературы. Применение дистанционных технологий с использованием элементов ЭИОС показало свою эффективность и в форс-мажорных обстоятельствах – в условиях введения ограничительных мероприятий в связи с распространением новой коронавирусной инфекции.

Вместе с тем научно-педагогическая общественность выражает обеспокоенность тем,

что развитие практики применения ИКТ во многих случаях начинает рассматриваться как цель образовательной политики, основное направление совершенствования системы образования. В этом случае мы наблюдаем подмену истинной цели системы образования средствами. Ведь цифровые технологии, по своей сути, это одно из средств повышения качества обучения. Ученые подчеркивают, что истинной целью системы образования и воспитания является всестороннее и гармоничное развитие человека, его духовное возвышение.

Соответственно, в центре образовательной политики должны стоять учитель и преподаватель, являющиеся главными фигурами учебно-воспитательной деятельности.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Большую роль в формировании личности военного человека играет воспитание через высокие идеалы служения Отечеству, через общение внутри воинского коллектива, через общение с преподавателями и командирами.

Названные особенности образовательного процесса в военном вузе не могут не отражаться и на педагогической деятельности преподавательского состава, обучающего будущих офицеров, в том числе преподавателей из числа гражданского персонала. Более того, специфика профессии «Родину защищать» налагает определенную ответственность на преподавателей военных образовательных учреждений за глубину понимания решаемых ими задач в рамках преподаваемых дисциплин и понимания своей роли в формировании личности военного человека как гражданина и патриота.

Русский мыслитель Иван Ильин так писал об армии: «Русская армия искони была школой русской патриотической верности, русской чести и стойкости, школой характера и государственно-патриотического служения… Армия требует высокого качества… Армия вне достоинства и чести эфемерна как воинская сила, но подлинна как источник государственного разрушения и гибели. Армия, движимая чувством чести, есть реальная опора Родины и гарантия ее государственного бытия» [1].

Важность духовно-нравственного развития личности офицера подчеркивали военные деятели прошлого: «Мы имеем расположение ставить военное искусство выше, чем военные добродетели, что было во все времена причиною гибели народов. Храбрость, самопожертвование, постоянство – суть, основные устои независимости народа. Если наше сердце перестанет ими вдохновляться и для них биться, тогда мы погибли, хотя бы даже среди самых блистательных побед» [2].

История развития российской военной школы показывает, что военной педагогикой дореволюционного периода был разработан своеобразный морально-нравственный кодекс поведения офицерского и рядового состава русской армии, целью которого являлось формирование необходимых нравственных качеств личности воина.

Система теории и практики воспитания строилась с учетом национальных, психологических особенностей русского солдата и офицера, исторических традиций русского народа и была ориентирована на приоритет идей патриотизма и воинской чести в системе нравственных ценностей воина. В «Военной энциклопедии» названного периода нравственное воспитание определялось как воздействие на разум и сердце человека таким образом, чтобы развить в нем навыки руководствоваться в службе и деятельности высшими представлениями и побуждениями, которые служат источником военных доблестей.

Таким образом, преподаватель военного вуза, в том числе преподаватель русского языка, несет ответственность за осознание военным человеком своего высокого предназначения – быть защитником Отечества, т. е. за формирование ценностного отношения к будущей профессиональной деятельности.

Какие же тенденции мы наблюдаем сегодня? В рамках одной из недавних онлайн-конференций на тему «Цифровая трансформация общества: цели, задачи, влияние на систему высшего образования», посвященной методическим аспектам в преподавании речеведческих дисциплин и проблемам речевого воспитания в вузе, прозвучали высказывания о том, что сегодня становится размытым понятие «родина», понятие «границы государства». Докладчики рассуждали о необходимости формирования системы новых ценностей цифрового общества и называли носителей традиционных ценностей «отставшими от жизни».

Но возникает вопрос, до конца ли сторонники «трансформации» понимают ее последствия для человека, общества и государства? В многочисленных публикациях последнего времени представители научно-педагогиче-

ской и журналистской общественности выражают обеспокоенность. Они говорят о том, что цифровая трансформация усиливает процесс разрушения личности человека, процесс разрушения системы человеческих ценностей.

Широкое общественное мнение поддерживается популярными Интернет-ресурсами и информационными агентствами. В частности, речь идет о реальной угрозе тотальной трансформации отечественного образования, «демонтаже» традиционной системы создания, сохранения и передачи знаний, о превращении образования в потребительский рынок. Классический подход не удовлетворяет нуждам постиндустриального общества, где каждому человеку не нужен «набор общих знаний и умений», не нужно фундаментальное образование – достаточно будет строго определенных навыков, которые формируются по запросу работодателя.

Отказ от традиционных форм обучения и переход в онлайн-среду становится одним из факторов, усиливающих и ускоряющих этот процесс. Обучающийся в онлайн-среде выступает в роли клиента и заказчика образовательных услуг. Соответственно, развитие цифровых технологий меняет и деятельность преподавателя «в сторону гибкости, мобильности и клиентоориентированности». Меняется и традиционное наименование профессии «преподаватель». Сторонники дистанционного обучения, осмысливая место и роль преподавателя в цифровой среде, сетуют на отсутствие единого наименования профессии: «тьютор», «преподаватель-консультант», «фасилитатор», «инструктор», «преподаватель в системе дистанционного обучения», «преподаватель в среде мобильного обучения» и т. д. И приходят к выводу о ее гибридном характере, – преподаватель в системе дистанционного обучения должен совмещать функции и роли девелопера (разработчик, педагогический дизайнер), тьютора (индивидуальный сетевой преподаватель-консультант), фасилитатора (координатор виртуальной учебной группы, организатор общения обучающихся), инвигилятора (специалист, контролирующий результаты дистанционного обучения) и др. Попутно заметим, что, с точки зрения преподавателя русского языка, этот перечень говорит сам за себя.

Рассуждая о роли и функциях преподавателя русского языка как иностранного в системе неформального образования в онлайн-среде, А.А. Занкова пишет: «Уже недостаточно говорить только о наборе профессиональных компетенций, связанных с методикой преподавания или осуществлением учебно-воспитательной деятельности, преподаватель становится универсальным специалистом, совмещающим профессии лингвиста, методиста, андрагога, психолога, менеджера, маркетолога, разработчика учебного контента», что позволяет предоставлять качественные клиентоориентированные образовательных услуги, а «не исполнять стандарты, предписанные государственной программой, или требования образовательного учреждения» [3].

В предлагаемом подходе учитель, преподаватель превращается в тьютора, т. е. выхолащивается гуманистическое содержание профессии, она лишается своей цельности. Тем более что традиционно профессия учителя предполагала не только передачу знаний, но и воспитание человека, оказание личностного воздействия на его духовно-нравственное становление.

Если в гуманистических концепциях образования считается, что благодаря деятельности преподавателя развитие учащегося приобретает мотивационно-ценностный, личностный смысл, то цифровая среда, как мы видим, ставит перед педагогом задачу быть конкурентоспособным, эффективным и клиентоориентированным.

Возникает закономерный вопрос: как в этих условиях изменится смысл и статус профессии защитника родины? История сохранила для нас кодекс чести как сложившуюся в русской армии систему взглядов офицеров по принципиально важным позициям, которые передавались из поколения в поколение. Долг чести обязывал русского офицера:

знать и любить Россию, быть благородным гражданином и патриотом, служить Отечеству верно, до последней капли крови защищать его от внешних и внутренних угроз;

сохранять верность Присяге, Знамени, ни при каких условиях не допускать измены и предательства;

постоянно искать и добывать себе честь по примеру и достоинству великих предков, опираться на их традиции и заветы;

неукоснительно следовать девизу «Честь и Родина», принципу «честь дороже жизни»;

оберегать и защищать достоинство офицерского звания, личную честь, честь армии и государства.

Что будет защищать армия в условиях цифрового общества, ведь в глобальной сети нет понятия «родины» и нет «границ государства»?

Главное в цифровизации – это передача функций человека системе. Все ли качества защитника Отечества могут быть переданы системе, или выделяется часть качеств, которые связаны с его человеческой сущностью? В этих условиях, по нашему мнению, важность формирования личностных качеств офицера-человека, напротив, усиливается. И, не отрицая важности повышения речевой культуры будущего офицера, преподаватель-русист в рамках своего предмета должен особое внимание уделять личностнообразующему потенциалу филологических дисциплин.

Необходимо сохранение традиционной системы ценностей, сохранение гуманитарного образования, которое учит человека рассуждать и рефлексировать, понимать и осознавать свою историю, своих предков, свое место в обществе и государстве, формирует его мировоззрение и систему ценностей. Именно в памяти поколений кроются корни отечественного патриотизма.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Не умаляя значения новых информационных технологий и их важности в развитии системы отечественного образования в XXI веке, мы хотим подчеркнуть, что это всего лишь одно из средств повышения его качества, но не цель образования. Целью образования всегда было всестороннее и гармоничное развитие человека. И не цифровые технологии должны быть в центре образовательной политики, а учащийся и преподаватель как главные фигуры учебно-воспитательного процесса.

С нашей точки зрения, сказанное должно повысить гражданскую ответственность преподавателей-гуманитариев, в том числе преподавателей-филологов, за сохранение системы традиционных ценностей, за образование и воспитание человека как носителя этих ценностей. Преподаватель-русист имеет дело не только с учебной дисциплиной, направленной на повышение речевой культуры. Он проводник гуманистических ценностей российского народа, в его руках инструмент воспитания нравственного человека.

Еще в большей степени сказанное справедливо в отношении обучения и воспитания будущих офицеров. Подмена целей обучения средствами противоречит сути профессии «Родину защищать», лишает ее глубокого нравственного смысла. При всей важности профессионального мастерства, военно-технической подготовки в войне побеждает тот, кто сильнее духом, а дух воспитывается и укрепляется именно человеком, гуманитарным знанием.

Дистанционное образование не может заменить живого общения учащегося и педагога, не может заменить духовного примера преподавателя, демонстрируемый им пример системного мышления и взглядов.

Как справедливо сказал Святейший Патриарх Кирилл, когда мы участвуем в некоем процессе – образования, воспитания, – мы должны уметь ответить на вопрос: «На какую культуру мы работаем? К чему мы направляем жизнь следующих поколений – к обладанию подлинной духовной культурой, возвышающей ум и нравственное чувство, или же, напротив, работаем на стороне той силы, которая, используя антикультуру, разрушает человека, начиная с его души и сердца?» [4].

Роль, которую играет преподаватель в гуманитарной составляющей подготовки военного специалиста, чрезвычайно важна. И это повышает его ответственность за свою профессиональную и гражданскую позицию.

ЛИТЕРАТУРА

1. 1.Ильин, И. О России: Избранные статьи / И. Ильин. – М. : Изд-во Сретенского монастыря, 2010. – 320 с.
2. Стратегия духа: Основы воспитания войск по взглядам А. В. Суворова и М. И. Драгомирова // Российский военный сборник. – М. : Русский путь, 2000. – С. 134.
3. Занкова, А. А. Преподаватель РКИ в системе неформального образования в онлайн-среде / А. А. Занкова // Преподаватель XXI в. – 2019. – Вып. 1. – С. 177-186.
4. Святейший патриарх Московский и всея Руси. Проповедь в день памяти Святых равноапостольных Кирилла и Мефодия [Электронный ресурс]. – Режим доступа : patriarchia.ru (дата обращения : 24.05.2020).

REFERENCES

1. Ilyin, I. About Russia: Selected articles. – Moscow : Publishing house of the Sretensky Monastery, 2010. – 320 p.
2. The strategy of the spirit: Fundamentals of the education of troops according to the views of A. V. Suvorov and M. I. Dragomirov / Russian military collection. – Moscow : Russkiy put, 2000. – P. 134.
3. Zankova, A. A. Teacher of RFL in the system of non-formal education in the online environment / A. A. Zankova // Teacher of the XXI century. – 2019. – Issue 1. – P. 177-186.
4. His Holiness Patriarch of Moscow and All Russia. Sermon on the Day of remembrance of Saints Cyril and Methodius Equal to the Apostles. – Available at : patriarchia.ru.

УДК 355.231.1:233.22

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ РАЗРАБОТКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ВОЕННО-УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ МИНИСТЕРСТВА ОБОРОНЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Фофанов Андрей Михайлович, кандидат педагогических наук, доцент, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Коваленко Владимир Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической подготовки, Военно-космическая академия им. А.Ф. Можайского, Санкт-Петербург;

Черепанов Валерий Александрович, адъюнкт, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Титов Андрей Юрьевич, адъюнкт, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL BASIS OF THE PROFESSIONALLY APPLIED PHYSICAL TRAINING OF CADETS OF MILITARY EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE RUSSIAN DEFENSE MINISTRY

Fofanov A.M., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Senior researcher of the of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Kovalenko V.N., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Associate Professor at the Department of physical training, the Mozhaisky Military Space Academy, St. Petersburg;

Cherepanov V. A., Postgraduate student, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Titov A.Yu., Postgraduate student, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

Эффективность большинства видов профессиональной деятельности человека в значительной мере определяется уровнем их специальной физической подготовленности, которая достигается посредством регулярных занятий физической культурой (подготовкой). Направленность данных учебных занятий определяется требованиями, предъявляемыми к уровню физической подготовленности и функционального состояния организма, соответствующего особенностям профессиональной деятельности [1, 4, 10-15].

Практическая реализация указанных закономерностей способствовала выделению в системе физического воспитания его особой разновидности – физической культуры (подготовки) к действиям в чрезвычайных ситуациях.

Проводимые в нашей стране существенные преобразования в различных сферах общественной деятельности затронули и систему образования в различных силовых министерствах и ведомствах. Данное обстоятельство подразумевает поиск новых направлений, направленных на повышение качества как профессионального обучения, так и становления молодых специалистов, в том числе и для Вооруженных Сил Российской Федерации [2, 8]. На повестку дня встает задача детального изучения опыта зарубежных армий [16-21].

Abstract:

The effectiveness of majority of types of professional activity of a person is largely determined by the level of their special physical fitness, which is achieved through regular physical training. The orientation of these training sessions is determined by the requirements for the level of physical fitness and functional state of the body, corresponding to the characteristics of professional activity [1, 4, 10-15].

The practical implementation of these laws contributed to the allocation in the system of physical education of its special variety-physical training for actions in emergency situations.

The significant changes carried out in our country in various spheres of public activity have also affected the education system in various security force ministries and departments. This circumstance implies the search for new directions aimed at improving the quality of both professional training and the formation of young specialists, including for the Armed Forces of the Russian Federation [2, 8]. The need to study the foreign armies' experience in detail is imperative. [16-21].

Ключевые слова:
военно-профессиональная деятельность, профессионально-прикладная физическая подготовка, физическая подготовленность, физические качества, психологическая готовность.

Key words:
military-professional activity, professional-applied physical training, physical fitness, physical qualities, psychological readiness.

ВВЕДЕНИЕ

Содержание обучения в федеральных государственных военных образовательных организациях высшего образования Министерства обороны Российской Федерации (далее – военно-учебные заведения) регламентируется рядом нормативно-правовых документов – федеральным государственным образовательным стандартом, квалификационными требованиями, основной профессиональной образовательной программой (далее – ОПОП), которая представляет собой комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты), организационно-педагогических условий, форм аттестации и представлена в виде: учебного плана; календарного учебного графика; учебных (рабочих) программ, программ практик; фонда оценочных средств; методических материалов (тематические планы, программы государственной итоговой аттестации); иных компонентов, включенных в состав основной профессиональной образовательной программы по подготовке специалистов для различных видов и родов войск. В качестве основной задачи системы военного образования выступает подготовка военных специалистов для воинских частей и подразделений высокой квалификации, отвечающих требованиям к подготовке военных кадров.

Особенность образовательной деятельности военно-учебного заведения заключается в необходимости подчинения содержательной части программ подготовки военно-учебных заведений и применяемых методических приемов особенностям будущей военно-профессиональной деятельности в соответствии с получаемой военно-учетной специальностью [3].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Предстоящая военно-профессиональная деятельность выпускников военно-учебных заведений является сложной и связана с опасностями для жизни и здоровья; специфика предстоящей военно-профессиональной деятельности требует от выпускника военно-учебного заведения смелости, самообладания, решительности, выдержки; умения принимать правильные решения и действовать в экстремальных условиях.

Качество военно-профессионального обучения в военных образовательных организациях высшего образования определяется содержанием основных профессиональных образовательных программ, наиболее полно отвечающих задачам подготовки обучающегося по соответствующей специальности (направлению подготовки), и заключается в формировании у обучающихся следующих военно-профессиональных компетенций: общекультурные компетенции; общепрофессиональные компетенции и профессиональные компетенции, которые включают служебную (боевую и повседневную) и военно-педагогическую (воспитательную), а также в получении обучающимися необходимого объема теоретических знаний, практических навыков и умений, обеспечивающих успешность их дальнейшей военно-профессиональной деятельности по предназначению в войсках. В процессе обучения в военно-учебном заведении обучающиеся должны осваивать дисциплины учебного плана добросовестно, проявлять личностные качества и стремиться к своему нравственному и физическому развитию [8]. Выполнять профессиональные обязанности на высоком уровне могут физически подготовленные обучающиеся, обладающие развитыми физическими качествами. Учебная дисциплина «Физическая культура» (подготовка) относится к базовой части ОПОП и реализуется в соответствии с Наставлением по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации. Физическая подготовка имеет в своем арсенале большие возможности по целенаправленному развитию и совершенствованию у обучающихся физических качеств. Изучение дисциплины на протяжении всего периода обучения в военно-учебном заведении придает ей особую значимость. При реализации ОПОП в целях обеспечения освоения обучающимися профессиональных и профессионально-специализированных компетенций занятия по физической культуре (подготовке) могут пла-

нироваться за счет времени, выделяемого на спортивно-массовую работу. Перечисленные физические качества формируются во время обучения курсантов в военно-учебном заведении путем использования средств физической подготовки.

Вышеизложенное позволяет сделать вывод о том, что необходимо пересмотреть содержание рабочей программы учебной дисциплины «Физическая культура» (подготовка), переработать содержание, с целью формирования профессиональных и специальных физических качеств курсантов, выработать наиболее эффективные средства и методы их применения к дальнейшей военно-профессиональной деятельности будущего военного специалиста-выпускника по предназначению путем разработки содержания профессионально-прикладной физической подготовки (далее – ППФП).

ППФП непосредственно и органически будет связанна с будущей военно-профессиональной деятельностью курсантов военно-учебных заведений Министерства обороны. Мы предполагаем, что ППФП представляет собой процесс, направленный на формирование у обучающихся объема знаний, профессионально значимых физических и психических качеств, прикладных двигательных навыков, способствующих успешности деятельности и выработке функциональной устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов военно-профессиональной деятельности.

ППФП обучающихся в военно-учебных заведениях Министерства обороны будет подчинена особенностям, которые детерминированы условиями осуществления их военно-профессиональной деятельности. Задачи ППФП обучающихся будут определяться в соответствии с «Наставлением по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации» и будут заключаться в развитии физических качеств (выносливости, силы, быстроты и ловкости) и формировании военно-прикладных навыков.

Одной из основных задач ППФП обучающихся будет выступать задача обеспечения уровня их физической и психологической готовности к будущей военно-профессиональной деятельности, т. е. формирование и совершенствование профессионально-значимых физических и волевых качеств [6].

Технологический подход к ППФП обучающихся военно-учебных заведений должен способствовать формированию в процессе обучения необходимых профессионально значимых качеств (психических и физических) будущих специалистов, прикладных знаний, навыков и умений, которые помогут быстрее адаптироваться к условиям воинского труда, обеспечат эффективность воинского труда на протяжении всей военно-профессиональной деятельности; станут воздействовать на формирование у военных специалистов «потребности в постоянном саморазвитии». Педагогическая технология предусматривает определение, создание и применение в процессе преподавания условий, позволяющих проектировать образовательный процесс с целью его оптимизации [5, 7].

Анализ литературных источников, касающихся проблемных вопросов ППФП обучающихся военно-учебных заведений, позволяет классифицировать несколько групп проблемных вопросов, заключающихся в противоречиях:

между внутренними причинами образовательной деятельности, т. е. чему обучается курсант, и тем, чем ему предстоит заниматься во время выполнения своих военно-профессиональных обязанностей в войсках;

в отсутствии у курсантов устойчивой мотивации к занятиям своим физическим совершенствованием и необходимостью ее формирования в процессе обучения;

в необходимости изменения нормативных требований, характеризующих достижение за период обучения должного уровня развития двигательных способностей курсантов.

Многие вопросы физической подготовки обучающихся военно-учебных заведений давно интересуют исследователей. Следует отметить, что значительное число работ, посвященных исследованию влияния физической подготовки на военно-профессиональное обучение, относится к периоду 50-70 годов.

В большинстве работ рассматривается вопрос повышения военно-профессионального обучения под влиянием физической подготовки.

Отсутствие у обучающихся военно-учебных заведений устойчивых мотивов и интереса к занятиям физической подготовкой отмечались в качестве основной причины недостаточного уровня их физической подготовленности в работах ряда авторов.

По их мнению, эта проблема выступает в качестве главной в системе физической подготовки в Вооруженных Силах. Она высту-

пает в качестве основной причины снижения уровня физической подготовленности курсантов старших курсов и офицеров младших возрастных групп.

Таким образом, в новых условиях реформирования армии, перехода ее на профессиональную основу, роль и значение мотивационных факторов будет возрастать [7, 8]. Следовательно, при организации ППФП в военно-учебных заведениях, наряду с другими факторами, необходимо учитывать длительную перспективу службы офицеров с соответствующим построением учебного процесса, использованием наиболее эффективных средств и методов физической подготовки, стимулировать курсантов к занятиям физическими упражнениями, формируя и развивая интерес к ним.

Процесс ППФП обучающихся военно-учебных заведений должен учитывать особенности будущей военно-профессиональной деятельности и требования к уровню их физической подготовленности и уровню развития важных физических качеств.

Данные, полученные в результате обобщения отзывов из войск на выпускников, свидетельствуют о том, что у молодых офицеров уровень физической подготовленности снижается через 3-4 месяца службы.

Отмечается также недостаточно полное овладение методикой проведения учебных и учебно-тренировочных занятий (распределение нагрузок различной направленности, подготовка обучаемых на достижение максимальных результатов).

На этапе качественного преобразования Вооруженных Сил существенно возрастают требования к уровню физической подготовленности курсантов – будущих военных специалистов, обеспечивающей эффективность их военно-профессиональной деятельности.

Важнейшей задачей выступает формирование у курсантов необходимости и потребностей в регулярных занятиях физической подготовкой с учетом разработки содержания ППФП для обучающихся военно-учебных заведений.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты научных исследований свидетельствуют о том, что физическая подготовка и по сей день не для всех категорий военнослужащих стала необходимой жизненной потребностью. Фактическое участие офицеров, в особенности молодых, в физическом совершенствовании явно недостаточное.

На основе приобретаемых в процессе обучения знаний, навыков и умений формируются психические, психомоторные качества, необходимые для профессиональной деятельности, развиваются профессионально-значимые качества личности. Как итог обучения и связанной с ним тренировки развиваются логичность, критичность ума, системность и четкость мышления. Обучающийся осваивает приемы образования понятий, постановки задач, построения гипотез, формулирования заключений и выводов, переноса полученных знаний и умений на другие виды деятельности; совершенствуются его воля и психические познавательные процессы: оптимизируются пороги ощущений в анализаторных системах, повышается точность и быстрота восприятия, в том числе восприятия пространственных признаков, развивается способность к широкому распределению и переключению внимания, его концентрации, устойчивости; активизируется логическая деятельность, что вне волевых усилий недостижимо.

Учебные и учебно-тренировочные занятия по ППФП будут способствовать формированию не только физических качеств: силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, ряда профессионально-значимых качеств и волевых качеств – смелости, решительности, настойчивости. Также, в процессе проведения учебных занятий ППФП будет сформировано профессионально-важное качество будущего офицера − эмоциональная устойчивость, определяющая способность противостоять психической напряженности воинского труда.

ЛИТЕРАТУРА

1. Акмеев, А. С. Физическая подготовка курсантов военных вузов / А. С. Акмеев, С. М. Сандин // Научный вестник Вольского военного института материального обеспечения: военно-научный журнал. – 2015. – № 2. – С. 220-222.
2. Андреев, А. Н. Оптимизация педагогического процесса по физической культуре военного авиационно-инженерного вуза : автореф. дис. … канд. пед. наук / А. Н. Андреев. – Ставрополь, 2005. – 23 с.
3. Анисифоров, С. Н. Анализ факторов, влияющих на профессиональную деятельность офицерских кадров / С. Н. Анисифоров // Вестник академии военных наук. – 2006. – № 3. – С. 98-100.
4. Бакланов, И. О. Формирование и развитие мотивации у курсантов к военно-профессиональной подготовке

в военно-учебных заведениях / И. О. Бакланов // Вестник ВГУ. –2011. – № 1. – С. 25-29.
5. Варжеленко, И. И. Требования к физической подготовленности военнослужащих в ходе проведения учений / И. И. Варжеленко, М. В. Скачков, А. М. Андросов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2016. – № 3. – С. 23-27.
6. Приказ Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. № 200 «Об утверждении Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации от 30 июня 2009 г. № 14175) с изменениями, внесенными приказом Министра обороны Российской Федерации от 31 июля 2013 г. № 560.
7. Савченко, О. А. Изучение отношения курсантов Военно-космической академии к занятиям физической подготовкой и динамика уровня их подготовленности / О. А. Савченко, А. В. Зюкин, А. В. Стафеев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2010. – № 2 (6). – С. 201-208.
8. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации». – М. : Эксмо, 2013. – 144 с.
9. Фофанов, А. М. Экспериментальная проверка модели физической тренировки курсантов с недостаточным уровнем физической подготовленности / А. М. Фофанов, В. Н. Коваленко // Актуальные проблемы военно-профессионального образования и физической подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации : сб. науч. статей № 2. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 53-61.
10. Обвинцев, А. А. Страницы истории рукопашного боя в России / А. А. Обвинцев, С. М. Ашкинази, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2012. – № 5 (18). – С. 5-10.
11. Обвинцев, А. А. Становление рукопашного боя в России как раздела подготовки военнослужащих / А. А. Обвинцев, С. М. Ашкинази, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2013. – № 2. – С. 60-67.
12. Капшанов, Э. Ф. Исследование уровня вестибулярной устойчивости и координационных способностей летного состава / Э. Ф. Капшанов, В. Л. Пашута // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 3(145). – С. 96-101.
13. Зыков, А. В. Международный совет военного спорта (SISM) и его роль в развитии военно-спортивного движения / А. В. Зыков, О. С. Боцман, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 12. – С. 79-81.
14. Пашута, В. Л. Психолого-педагогическое сопровождение спортсменов как фактор преодоления стресса в условиях спортивной деятельности / В. Л. Пашута, А. С. Никольская // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2017. – № 7 (149). – С. 236-240.
15. Боцман, О. С. Некоторые особенности физической подготовки войск, предназначенных для ведения боевых действий за пределами Российской Федерации / О. С. Боцман, С. А. Трапезников, В. Л. Пашута, В. А. Беляев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 2. – С. 43-48.
16. Зыков, А. В. Характеристика и боевые возможности личного состава вооруженных сил Саудовской Аравии / А. В. Зыков, О. С. Боцман, В. А. Щеголев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 32-36.
17. Трапезников, С. А. Организация физической подготовки военнослужащих вооруженных сил Великобритании / С. А. Трапезников, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 120-124.
18. Трапезников, С. А. Характеристика и боевые возможности подразделений специальных операций военно-морских сил Ирана / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 86-89.
19. Трапезников, С. А. Система подготовки офицерского состава вооруженных сил Италии / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 52-55.
20. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка подразделений сил специального назначения ведущих стран НАТО : монография / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2019. – 141 с.
21. Щеголев, В. А. Характеристика и основные задачи подразделений сил специальных операций армии Пакистана / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В.Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 268-272.

REFERENCES

1. Akmaev, A. S. Physical training of cadets of military higher educational institutions / A. S. Akmaev, S. M. Sandin //

Scientific Herald Volsky military Institute of material security: the military-scientific journal. – 2015. – No. 2. – P. 220-222.
2. Andreev, A. N. Optimization of pedagogical process of physical training of the military aviation engineering University : abstract of PhD thesis (Pedagogy) / A. N. Andreev. – Stavropol, 2005. – 23 p.
3. Anisiforov, S. N. Analysis of factors influencing the professional activity of the officer staff / S. N. Anisiforov // Bulletin of the Academy of Military Sciences. – 2006. – No. 3. – P. 98-100.
4. Baklanov, I. O. Formation and development of motivation of cadets to military training in military educational institutions / I. O. Baklanov // Bulletin of MSU. – 2011. – No 1. – P. 25-29.
5. Varzhelenko, I. I. Requirements for physical fitness of soldiers during the exercises / I. I. Varzhelenko, M. V. Skachkov, A. M. Androsov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2016. – No. 3. – P. 23-27.
6. Order of the Russian Defense Minister No. 200 of April 21, 2009 «Approval of the Manual on physical training in the Armed Forces of the Russian Federation» (registered by the Ministry of justice of the Russian Federation No. 14175 of June 30, 2009) as amended by order of the Russian Defense Minister No. 560 of July 31, 2013.
7. Savchenko, O. A. Studying the attitude of cadets of the Military Space Academy to physical training and the dynamics of their level of preparedness / O. A. Savchenko, A. V. Zyukin, A. V. Stafeev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2010. – No. 2 (6). – P. 201-208.
8. Federal law No. 273 of 29.12.2012 «On education in the Russian Federation». – Moscow : Eksmo, 2013. – 144 p.
9. Fofanov, A. M. Experimental verification of the model of physical training of cadets with an insufficient level of physical fitness / A. M. Fofanov, V. N. Kovalenko // Actual problems of military-professional education and physical training in the Armed Forces of the Russian Federation : collection of scientific papers, No. 2. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 53-61.
10. Obvintsev, A. A. The history of hand-to-hand combat in Russia / A. A. Obvintsev, S. M. Ashkinazi, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2012. – No. 5 (18). – P. 5-10.
11. Obvintsev, A. A. The formation of hand-to-hand combat in Russia as part of training military personnel / A. A. Obvintsev, S. M. Ashkinazi, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2013. – No. 2. – P. 60-67.
12. Kapshanov, E. F. The study of vestibular stability and coordination abilities of the flight personnel / E. F. Kapshanov, V. L. Pashuta // Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2017. – No. 3 (145). – P. 96-101.
13. Zykov, A. V. International Military Sports Council (IMSC) and its role in the development of the military sports movement / A. V. Zykov, O. S. Botsman, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev// Theory and practice of physical training. – 2020. – No. 12. – P. 79-81.
14. Pashuta, V. L. Psychological and pedagogical support of athletes as a factor of overcoming the stress of sports activity / V. L. Pashuta, A. S. Nikolskaia // Uchenye zapiski universiteta imeni. P.F. Lesgafta. – 2017. – No. 7 (149). – P. 236-240.
15. Botsman, O. S. Certain specificities of physical training of the troops to combat outside the Russian Federation / O. S. Botsman, S. A. Trapeznikov, V. L. Pashuta, V. A. Belyaev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 2. – P. 43-48.
16. Zykov, A. V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the armed forces of Saudi Arabia / A. V. Zykov, O. S. Botsman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
17. Trapeznikov, S. A. Organization of physical training of military personnel of the armed forces of Great Britain / S. A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of power structures: problems, experience, prospects : materials of the all-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 120-124.
18. Trapeznikov, S. A. Characteristics and combat capabilities of special operations units of the Iranian Navy / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 86-89.
19. Trapeznikov, S. A. Training System for officers of the Italian armed forces / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 52-55.
20. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of leading NATO countries : monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
21. Shchegolev, V. A. Characteristics and main tasks of the units of the special operations forces of the Pakistan Army / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Suschenko // Russian Defense Ministry : Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2020. – P. 268-272.

УДК 355.421:356.161/.163

К ВОПРОСУ О ПОВЫШЕНИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАНЯТИЙ ПО ОБЩЕЙ ТАКТИКЕ С КУРСАНТАМИ ВОЕННО-ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА

Чибирков Олег Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры тактики и общевойсковых дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Ролдугин Павел Валерьевич, кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры тактики и общевойсковых дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Чупраков Дмитрий Анатольевич, кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры тактики и общевойсковых дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

THE PROBLEM OF IMPROVING THE EFFECTIVENESS OF GENERAL TACTICS CLASSES WITH CADETS OF THE MILITARY INSTITUTE OF PHYSICAL TRAINING

Chibirkov O.N., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Department of tactics and combined arms disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Roldugin P.V., Candidate of Pedagogics, Lecturer at the Department of tactics and combined arms disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Chuprakov D.A., Candidate of Pedagogics, Senior Lecturer at the Department of tactics and combined arms disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

Статья посвящена проблеме повышения эффективности занятий по общей тактике с курсантами военно-физкультурного вуза. Рассмотрены различные пути ее решения. Особое внимание обращено на фактор тактической внезапности и его использование руководителем занятия для достижения педагогических целей как на способ повысить активность обучающихся, уровень их умственной деятельности, создать условия для творческого решения поставленных задач. Представлены выводы, полученные из опыта его применения, при проведении занятий на кафедре тактики и общевойсковых дисциплин во время полевых выходов.

Ключевые слова:

военно-профессиональные компетенции, педагогический процесс, тактическая внезапность, тактические занятия.

Abstract:

The article is devoted to the problem of improving the effectiveness of General tactics classes among cadets of the Military Institute of Physical Training. Various ways of its solution are considered. Special attention is paid to the factor of tactical suddenness and use by the class leader to achieve pedagogical goals, as a way to increase the activity of cadets, the level of their mental activity, and create conditions for creative solutions to tasks. The conclusions obtained from the experience of its application during classes at the Department of tactics and combined arms disciplines during field trips are presented.

Key words:

military professional competencies, educational process, tactical surprise, tactical exercise.

ВВЕДЕНИЕ

Одной из важнейших задач при формировании компетенций у курсантов военно-физкультурного вуза в процессе обучения дисциплине общая тактика перед профессорско-преподавательским составом является задача формирования способности организовывать деятельность воинского коллектива, принимать управленческие решения, определять порядок выполнения поставленных перед коллективом задач, осуществлять контроль за их качественным и своевременным выполнением. А также способностью управлять подчиненным подразделением не только в повседневной жизни и деятельности, при проведении мероприятий противодействию терроризму, но и при ведении боевых действий. Выпускник должен владеть навыками

организации боевых действий и управления взводом в бою, изучать опыт подготовки офицерских кадров зарубежных армий [1, 8-14].

Сформировать их руководитель занятия у обучающихся может, прежде всего, во время проведения тактических занятий, используя те методы и методические приемы, которые в наибольшей степени заставляют обучающихся работать самостоятельно, стимулируют их мыслительный процесс. Педагогическая теория и практика дает широкий спектр педагогу для их использования во время занятий [5]. В течение трех лет на кафедре в качестве такого педагогического приема отводится дополнительное время при принятии решения обучающимися на обдумывание и формулирование мероприятий во взводе для достижения тактической внезапности в различных видах боевых действий. Анализ результатов показал целесообразность его применения.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Внезапность – важнейший принцип достижения решительного и быстрого успеха в бою.

Цель достижения внезапности в бою – застать противника врасплох, когда он еще не готов к отражению ударов, ошеломить, дезориентировать, тем самым затруднить ему принятие решения на проведение ответных действий [7, 8]. Упреждение противника во времени создает условия для нанесения поражения не только равному по численности, выучке и морально-психологическому состоянию противнику, но и превосходящему по силе. Принцип внезапности как важнейший применяют командиры всех степеней во всех масштабах военных действий. Вследствие этого, внезапность разделяют на тактическую, оперативную и стратегическую.

Достижение внезапности в бою – результат продуманной творческой деятельности командиров. Внезапность должна лежать в основе каждого боя и сопровождать его от начала до конца. Любое решение базируется на внезапных для противника действиях. Поэтому руководитель занятия в основной его части после введения обучающихся в тактическую обстановку напоминает им, что быстрое, неожиданное для противника огневое воздействие (в том числе в сочетании с атакой), когда он находится в неполной готовности, способно нанести ему значительные потери в личном составе, вооружении и технике. После чего ставит задачу курсантам на принятие решения. Указывает им, что в решении должны быть продуманы и отражены мероприятия по достижению тактической внезапности действий.

Обучающиеся самостоятельно, в указанное время принимают решение. В процессе принятия решения педагогический опыт показал эффективность применения ролевой игры и метода мозгового штурма, когда курсанты учебной группы разделены на подгруппы, в которых каждый из них находится в роли командира одного из элементов боевого порядка (один в роли командира взвода, трое командиров отделений, по одному в роли командиров группы боевых машин и огневой группы) [2]. Совместное творчество в подгруппе под руководством «командира взвода» над поиском наиболее действенных способов и средств, для обеспечения скрытности предстоящих действий, сохранения тайны замысла боя, тактической маскировки, применения военной хитрости и демонстративных действий, умелого использования условий обстановки и местности, правильного выбора времени действий заметно активизирует их умственную работу.

Решение практической задачи заставляет возвращаться к теоретическим знаниям, полученным на предыдущих занятиях [3, 4]. Совместный поиск в кругу своих товарищей делает обучающихся психологически более раскрепощенными, смелее размышляющими; дает возможность увереннее предлагать свои варианты решения поставленной задачи, анализировать варианты, предложенные другими курсантами, вести совместный поиск наиболее оптимального из них. Одновременно с этой особенностью тактического занятия является то, что после принятия решения курсанты будут выполнять боевой приказ в учебном бою, принятый на основании него. Каждый в своей роли от командира взвода и командиров элементов боевого порядка до рядового солдата стрелка. Осознание этого обучающимися заставляет их работать над поиском способов и средств достижения внезапности, которые будут просты по замыслу, соответствовать целям боя, задаче, поставленной старшим начальником, и его замыслу, выполнимы подчиненными в установленные сроки, то есть наиболее действенными.

Руководитель занятия в это время наблюдает за работой обучающихся в подгруппах,

за тем как курсанты, назначенные на роль командиров взводов, руководят обсуждением будущего решения. Оказывает методическую помощь, напоминает положения руководящих документов, боевых уставов. Затем заслушивает разработанные варианты решения, обсуждает их с обучающимися и оценивает.

Эффективно развивающим творческое мышление курсантов показал себя прием, когда руководитель занятия вводит обучающихся в тактическую обстановку из боевых примеров войн и вооруженных конфликтов последнего времени, в которых ярко проявилось использование фактора внезапности командирами для достижения успеха в бою. И ставит задачу курсантам предложить свои варианты решения с использованием его для выполнения боевой задачи. Цель – активизировать работу обучающихся в поиске решения, которое привело к победе в реальном бою [6].

Как уже отмечалось выше, фактор внезапности должен лежать в основе каждого боя и сопровождать его от начала до конца. Поэтому поиск применения его в решении на бой как педагогический способ активизации работы курсантов на занятии используется преподавателями кафедры при изучении всего курса общей тактики. При отработке тактических задач: № 1 «Мотострелковый взвод в обороне», № 2 «Мотострелковый взвод в наступлении», № 3 «Мотострелковый взвод на марше в походном и сторожевом охранении», № 4 «Мотострелковая рота в обороне», при изучении темы «Мотострелковый взвод в боевом разведывательном дозоре».

Анализ успеваемости курсантов за период применения этого способа показал положительный эффект как при проверке остаточных теоретических знаний по этим темам, так и совершенствование практических навыков курсантов при выполнении норматива № 1 для командиров мотострелковых (танковых) подразделений «Принятие решения на бой (марш) и его доклад» (в среднем время выполнения сократилось на 13-18 секунд).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, можно сделать вывод, что активность работы курсантов на такой форме обучения как тактические занятия, можно повысить используя различные методы. Одним из них, на практике доказавшем свою эффективность, является предоставление времени при принятии решения обучающимися на обдумывание и формулирование мероприятий во взводе для достижения тактической внезапности в различных видах боевых действий. Это позволяет добиться углубления ранее приобретенных знаний по общей тактике и совершенствовать навыки при принятии решения, сделать их частью творческого процесса.цесса.

ЛИТЕРАТУРА

1. Федеральный образовательный стандарт высшего профессионального образования по специальности 56.05.03 служебно-прикладная физическая подготовка. – М., 2016. – 29 с.
2. Миронов, В. В. О некоторых проблемах психолого-педагогической подготовки офицерских кадров и деятельности в высшей военной школе / В. В. Миронов, В. Л. Пашута, А. М. Фофанов // Методологические проблемы образования, физического воспитания студентов, физической подготовки слушателей и курсантов вузов МО РФ. – СПб. : СПбГЛА им. С.М. Кирова, ВИФК, 2005. – С. 28-31.
3. Пашута, В. Л. Психолого-педагогические основы подготовки офицерских кадров в высшей военной школе на этапах формирования Вооруженных Сил России : монография / В. Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2005. – 227 с.
4. Пашута, В. Л. Использование дистанционных образовательных технологий в российском высшем образовании / В. Л. Пашута, А. М. Фофанов // Мир образования – образование в мире. – 2014. – № 1 (53). – С. 82-87.
5. Руководство учебной и методической работой в Военном институте (физической культуры) Военно-медицинской академии имени С.М. Кирова : учеб.-метод. пособие / С. А. Трапезников. – СПб. : ВИФК, 2012. – 82 с.
6. Идиатулин, В. С. Когнитивные факторы обучения / В. С. Идиатулин // Образовательные технологии. – 2004. – № 1. – С. 74-75.
7. Крылов, А. Г. На фоне сложной оперативной обстановки / А. Г. Крылов // Вестник военного образования. – 2019. – № 6. – С. 86-90.
8. Боцман, О. С. Некоторые особенности физической подготовки войск, предназначенных для ведения боевых действий за пределами Российской Федерации / О. С. Боцман, С. А. Трапезников, В. Л. Пашута, В. А. Беляев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 2. – С. 43-48.
9. Зыков, А. В. Характеристика и боевые возможности личного состава вооруженных сил Саудовской Аравии/ А. В. Зыков, О. С. Боцман, В. А. Щеголев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки

силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 32-36.
10. Трапезников, С. А. Организация физической подготовки военнослужащих вооруженных сил Великобритании / С. А. Трапезников, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 120-124.
11. Трапезников, С. А. Характеристика и боевые возможности подразделений специальных операций военно-морских сил Ирана / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 86-89.
12. Трапезников, С. А. Система подготовки офицерского состава вооруженных сил Италии / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 52-55.
13. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка подразделений сил специального назначения ведущих стран НАТО : монография / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2019. – 141 с.
14. Щеголев, В. А. Характеристика и основные задачи подразделений сил специальных операций армии Пакистана / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В.Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 268-272.

REFERENCES

1. 1.Federal educational standard of higher professional education in the specialty 56.05.03 service-applied physical training. – M., 2016. – 29 p.
2. Mironov, V. V. About some problems of psychological and pedagogical training of officers and activities in higher military schools / V. V. Mironov, V. L. Pashuta, A. M. Fofanov // Methodological problems of education, physical education students, physical preparation of listeners and cadets of educational institutions of the Defense Ministry. – St. Petersburg : MIPT, 2005. – P. 28-31.
3. Pashuta, V. L. Psychological and pedagogical bases of officer training at the higher military school at the stages of formation of the Russian Armed Forces : monograph / V. L. Pashuta. – St. Petersburg : MIPT, 2005. – 227 p.
4. Pashuta, V. L. The distance educational technologies use in the Russian higher education / V. L. Pashuta, A. M. Fofanov // World of education – education in the world. – 2014. – No. 1 (53). – P. 82-87.
5. Management of educational and scientific work in the Military Institute of Physical Training of the Kirov Military Medical Academy : educational and methodological guide / S. A. Trapeznikov. – St. Petersburg : MIPT, 2012. – 82 p.
6. Idiatulin, V. S. Cognitive factors in learning / V. S. Idiatulin // Educational technology. – 2004. – No. 1. – P. 74-75.
7. Krylov, A. G. Against the background of a complex operational environment / A. G. Krylov // Bulletin of the military education. – 2019. – No. 6. – P. 86-90.
8. Botsman, O. S. Certain specificities of physical training of the troops to combat outside the Russian Federation / O. S. Botsman, S. A. Trapeznikov, V. L. Pashuta, V. A. Belyaev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 2. – P. 43-48.
9. Zykov, A. V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the armed forces of Saudi Arabia / A. V. Zykov, O. S. Botsman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
10. Trapeznikov, S. A. Organization of physical training of military personnel of the armed forces of Great Britain / S. A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of power structures: problems, experience, prospects : materials of the all-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 120-124.
11. Trapeznikov, S. A. Characteristics and combat capabilities of special operations units of the Iranian Navy / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 86-89.
12. Trapeznikov, S. A. Training System for officers of the Italian armed forces / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 52-55.
13. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of leading NATO countries : monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
14. Shchegolev, V. A. Characteristics and main tasks of the units of the special operations forces of the Pakistan Army / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Suschenko // Russian Defense Ministry : Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2020. – P. 268-272.

ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

УДК 355.233.22: [358/236:358.4:358.116]

О НЕОБХОДИМОСТИ РАЗРАБОТКИ СПЕЦИАЛЬНО НАПРАВЛЕННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КАК СРЕДСТВА ФОРМИРОВАНИЯ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ЛЕТНЫХ ВОЕННО-УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ ВОЕННЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ ЛЕТНОГО СОСТАВА

Боцман Олег Станиславович, генерал-майор, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, кандидат педагогических наук, начальник Военного института физической культуры, Санкт-Петербург.

THE NEED TO DEVELOP SPECIFICALLY AIMED PHYSICAL TRAINING AS A MEANS OF FORMATION OF PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES OF MILITARY AIR CREW SPECIALISTS AMONG CADETS OF AIR MILITARY EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Botsman O.S., Major General, Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Candidate of Pedagogics, Head of the Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В настоящее время отчетливо обозначилась тенденция усиления роли вооруженного противоборства в воздушно-космической сфере при ведении боевых действий в военных конфликтах различной интенсивности. Это произошло потому, что приоритет в достижении цели с помощью военной силы заметно сместился, перейдя от наземного оружия к воздушно-космическим средствам. В связи с оснащением авиационных частей и подразделений Военно-космических сил Российской Федерации (далее – авиационных подразделений ВКС России) современной авиационной техникой, отличающейся от самолетов предыдущих поколений, прежде всего, высокой сверхзвуковой скоростью, возможностью выполнения полетов на большую дальность и длительностью их совершения, высокой сверхманевренностью, сложностью выполнения полетных заданий, системой управления, выдвигают на передний план повышенные требования к уровню подготовки обучающихся в летных военно-учебных заведениях Министерства обороны Российской Федерации [1, 6].

Ключевые слова:

специально направленная физическая подготовка, профессионально важные качества, военные специалисты летного состава.

Abstract:

At present, there is a clear trend of increasing the role of armed confrontation in the aerospace sphere in the conduct of hostilities in military conflicts of varying intensity. This is due to the fact that the priority in achieving the goal with the help of military force has shifted markedly, moving from ground weapons to aerospace means

Due to the establishment of the aviation units of Russian Military space forces (hereinafter – the aviation units of the Russian space forces) modern aircraft different from the aircraft of previous generations, above all, high supersonic speed, the ability to operate at greater range and duration of their Commission, over high maneuverability, the complexity of the mission tasks, system management, putting forward higher requirements to the level of training flight cadets in military educational institutions of the Defense Ministry [1, 6].

Key words:

specifically aimed physical training, professionally important qualities, military specialists of air crew.

ВВЕДЕНИЕ

Анализ последних войн и вооруженных конфликтов на территориях различных континентов показывает, что в характере военных действий произошли существенные изменения. Цели войн в основном не изменились, но достигать их предполагается уже путем ведения не широкомасштабной войны, а локаль-

ных войн и вооруженных конфликтов, в том числе и внутренних, очаги которых поддерживаются из-за рубежа. В пространственном измерении противоборство из традиционной сферы – суши, воздуха и моря – сегодня переместилось и в космос, при этом особую роль играет мощное информационное воздействие на сознание людей, оказываемое через медийное поле и социальные сети.

В условиях ослабления деятельности различных международных институтов в области обеспечения безопасности только лишь укрепление боевого потенциала Вооруженных Сил Российской Федерации (далее – Вооруженные Силы) может явиться важнейшим фактором, предотвращающим полный распад всей системы международных отношений, учитывающих принципы международного права. Поэтому именно Вооруженные Силы способны обеспечить стабильность в самом широком понятии.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Технический прогресс в военной авиации по-особому поставил вопрос взаимодействия техники и человека. Невзирая на появление компьютеризированных приборов и существенное уменьшение значения человека в управлении, выполнение основных операционных действий остается за ним.

Его нервно-эмоциональное и умственное напряжение на отдельных этапах полета характеризуется предельной концентрацией внимания.

Профессия военного летчика – одна из самых сложных профессий. Авиация требует от военных летчиков, прежде всего, надежности выполнения своей военно-профессиональной деятельности.

Особое положение в проблеме профессиональной подготовки и психофизиологической надежности военных специалистов из числа летного состава авиационных подразделений Военно-космических сил Российской Федерации занимает человеческий фактор, наиболее остро заявивший о себе в авиации.

Управление современным воздушным судном предъявляет высокие требования к уровню профессиональных знаний, навыков, умений и устойчивости к экстремальным факторам деятельности. Повысилась актуальность вопросов, связанных с повышением устойчивости летного состава к различным неблагоприятным факторам полета: быстро развивающейся гипоксии, укачиванию, перегрузкам, дыханию под избыточным давлением, внезапной декомпрессии на большой высоте, вибрации и т. д. [4, 5, 7, 8, 9].

Негативное влияние на летную практику, адаптационные возможности организма к воздействию неблагоприятных факторов (гипоксия, гравитационные перегрузки, воздействие высоких и низких температур, длительное укачивание, гипокинезия, гиподинамия) оказывает не соответствующий требованиям научно-технического процесса уровень развития физических, психологических, психофизиологических и профессиональных качеств летного состава авиационных подразделений ВКС России.

Проведенный анализ применения авиационных подразделений ВКС России в период ряда локальных войн и вооруженных конфликтов, а также анализ результатов участия авиации в боевых действиях последних десятилетий свидетельствуют о том, что процесс подготовки летного состава требует внесения педагогической коррекции для повышения уровня их военно-профессиональной подготовленности, так и физической готовности летного состава авиационных подразделений к выполнению специальных задач в особых условиях.

Поиск наиболее оптимальных средств и возможностей повышения эффективности процесса военно-профессиональной подготовки летного состава авиационных подразделений ВКС России определяется необходимостью подготовки военных профессионалов, способных эксплуатировать авиационную технику 4-5 поколений в условиях мирного и военного времени. Важнейшей задачей в системе военно-профессионального обучения летного состава авиационных подразделений ВКС России продолжает оставаться задача по усилению внимания к вопросам формирования военно-профессиональной компетентности будущих военных специалистов ВКС России.

Анализ основных профессиональных образовательных программ, реализуемых в интересах обороны государства военных образовательных организаций высшего образования Министерства обороны Российской Федерации, свидетельствует о том, что в их структуре и содержании процесса физической подготовки не учитываются требования новых федеральных государственных образовательных стандартов к результатам обучающихся

военно-учебных заведений в строгом соответствии с квалификационными требованиями к подготовке военных специалистов, которые являются обязательным компонентом основной образовательной программы, и другие. Также нами не выявлены научные работы, направленные на разработку содержания и методики специально-направленной физической подготовки, направленной на формирование и совершенствование физических, психофизиологических профессионально важных качеств будущих военных летчиков.

Необходимость разрешения существующих противоречий обуславливает необходимость поиска новых, более эффективных подходов в организации процесса физической подготовки курсантов, проходящих обучение в летных военно-учебных заведениях Министерства обороны.

Значение физической подготовки в общем процессе обучения и становления будущего военного специалиста для последующего комплектования высоко профессиональным летным составом авиационных частей и подразделений ВКС России неуклонно повышается. В исследованиях отечественных ученых неоднократно изучались теоретические аспекты успешности и надежности летного обучения на основе повышения их специальной физической подготовленности [3, 4, 8, 9]. Также ряд проведенных научных исследований актуализируют определенную зависимость развития специальных физических качеств обучающихся летных военно-учебных заведений от уровня их физической подготовленности и обоснования положительного влияния физических упражнений на процесс формирования профессионально важных качеств (далее – ПВК) [1, 2].

Результаты проведенного анализа позволяют нам утверждать, что в настоящее время разработано недостаточно методик специальной физической подготовки, которые эффективно обеспечивали бы направленное формирование комплекса ПВК будущих военных специалистов летного состава. Реализуемые в рамках образовательного процесса летных военно-учебных заведений средства физической подготовки, в целях формирования специфических двигательных навыков, физической и функциональной тренированности организма будущих летчиков, уже не в полной мере и недостаточно обеспечивают формирование ПВК, которые необходимы летчику при управлении современным боевым летательным аппаратом пятого поколения.

Необходимость повышения требований к уровню военно-профессиональной подготовленности летного состава отмечалась в работах ряда военных ученых [3-9].

Исходя из вышеизложенного, возникает потребность поиска и внедрения наиболее эффективных средств и методов, которые создавали бы благоприятные предпосылки для более динамичного и эффективного формирования у обучающихся летных военно-учебных заведений ПВК, необходимых для будущей военно-профессиональной деятельности.

В проведенных исследованиях по определению профессиограммы военного специалиста летного состава (дальней, военно-транспортной, оперативно-тактической и армейской авиации) нами установлено, что ему очень важно обладать большой силой определенных групп мышц для противодействия перегрузкам, действующим в полете; высокой статической выносливостью для сохранения и поддержания позы в полете; устойчивостью к неблагоприятному влиянию ограниченной двигательной активности (монотонии), укачиванию, перепадам температуры, снижению барометрического давления и способности к поддержанию на должном уровне работоспособности в длительном полете; устойчивостью к кислородному голоданию и к вибрации; достаточной степенью развития высокоразвитых координационных способностей, связанных с необходимостью выполнения сложнокоординационных движений, сопряженных действий и сложной совмещенной деятельностью; устойчивостью длительного сохранения статического положения (преимущественно в позе сидя под определенным углом), сопряженными с локальными действиями нижних и верхних конечностей и выполняемыми с различной амплитудой сложнокоординационных действий кистей рук.

Нами подтверждено, что в процессе полета для летчика важное место занимают психомоторные процессы, которые подразумевают информационную загруженность; необходимость смены способов пилотирования; переход от приема и обработки одного вида информации к другой; способность к разведению пространственными и силовыми параметрами движения; способность к выполнению последовательных комплексов движений и совершению целенаправленных действий по определенному плану; способ-

ность для использования концептуально-образных методов, позволяющих формировать уверенный стиль пилотирования на базе нервно-психических и психофизиологических резервов с помощью неинструментальных сигналов (усилия, угловые и линейные ускорения, линия горизонта, положение земли и неба); способность ориентироваться в воздушном пространстве по показаниям приборов воздушного судна; распределять и быстро переключать внимание и т. д. Также военный летчик должен обладать повышенной эмоциональной устойчивостью, готовностью к быстрому принятию решения в сложной боевой обстановке.

Выявленная в ходе проведенного анализа специфика военно-профессиональной деятельности военных специалистов летного состава авиационных подразделений ВКС России позволяет определить физическую подготовку как важную составляющую и научно обуславливающую профессиональную надежность будущих военных летчиков. Доказано, что именно в процессе физической подготовки формируются и развиваются профессионально важные качества, фундаментальная основа которых определяется уровнем физического развития и физической подготовленностью военных специалистов.

Педагогическая практика физической подготовки в рамках образовательного процесса обучающихся летных военно-учебных заведений располагает достаточным опытом формирования специфичных компонентов физического развития, влияющих на эффективность будущей военно-профессиональной деятельности, но надо констатировать, что необходимого педагогического эффекта, направленного на использование комплексов физических упражнений и средств, развивающих конкретные личностные, интеллектуальные, физиологические и психофизиологические профессионально важные качества, пока не достигнуто.

Совершенствование процесса организации физической подготовки в летных военно-учебных заведениях мы предполагаем осуществить путем оптимизации учебно-тренировочного процесса и внедрения инновационных педагогических методик для целенаправленного формирования специальных физических качеств будущих военных летчиков.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ характера основных рабочих движений, приемов и действий военных специалистов летного состава в полете, а также ряда морально-психологических качеств, выбор планируемых экспериментальных средств и методов совершенствования его физических качеств, позволяет разработать раздел специально направленной физической подготовки учебной программы дисциплины «Физическая культура» (подготовка), включенный в комплексную методику формирования ПВК обучающихся летных военно-учебных заведений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Апчел, В. Я. Психофизиологические особенности курсантов-летчиков высокоманевренной и транспортной авиации / В. Я. Апчел // Вестник Российской Военной-медицинской академии. – 2012. – Т. 3. – С. 151-153.
2. Бухтияров, И. В. Анатомо-биомеханический анализ положений и движений летчика в условиях воздействия пилотажных нагрузок / И. В. Бухтияров, М. Н. Хоменко, П. К. Лысов // Морфология – физической культуре, спорту и авиакосмической медицине : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 80-летию В. Г. Петрухина / под ред. П. К. Лысова. – М., 2001. – С. 198-201.
3. Важенин, Ю. А. Содержание и построение физической подготовки курсантов-летчиков при освоении новых типов самолетов : дис. … канд. пед. наук : 13.00.04 / Ю. А. Важенин. – СПб., 2008. – 163 с.
4. Горелов, А. А. Основы теории и практики физической подготовки летного состава военной авиации : дис. … д-ра пед. наук : 13.00.04 / А. А. Горелов. – СПб., 1994. – 547 с.
5. Джамгаров, Т. Т. Специальная тренировка летного состава средствами физической подготовки и спорта / Т. Т. Джамгаров. – М. : Воениздат, 1964. – 238 с.
6. Жданько, И. М. Необходимость формирования и развития профессионально важных качеств летчика / И. М. Жданько, М. С. Алексеенко // Сб. науч. трудов Всерос. конф., 13-14 ноября 2008. – М., 2008. – С. 97-99.
7. Макаров, Р. Н. Специальная физическая подготовка / Р. Н. Макаров, И. Г. Кришкевич. – М., 1981. – 222 с.
8. Марищук, В. Л. Психологические основы формирования профессионально значимых качеств : автореф. дис. … д-ра психол. наук : 19.00.01 / В. Л. Марищук. – Л., 1982. – 32 с.
9. Стрелец, В. Г. Теоретические и прикладные аспекты физической подготовленности летного состава /

В. Г. Стрелец, А. А. Горелов. – СПб., 1992. – 62 с.
10. Капшанов, Э. Ф. Исследование уровня вестибулярной устойчивости и координационных способностей летного состава / Э. Ф. Капшанов, В. Л. Пашута // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 3 (145). – С. 96-101.
11. Боцман, О. С. Некоторые особенности физической подготовки войск, предназначенных для ведения боевых действий за пределами Российской Федерации / О. С. Боцман, С. А. Трапезников, В. Л. Пашута, В. А. Беляев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 2. – С. 43-48.

REFERENCES

1. Apchel, V. Ya. Psychophysiological characteristics of cadets-pilots and highly maneuverable transport aircraft / V. Ya. Apchel // Vestnik of Russian Military Medical Academy. – 2012. – Vol. 3. – P. 151-153.
2. Bukhtiyarov, I. V. Anatomical and biomechanical analysis of the positions and movements of the pilot in the conditions of aerobatic loads / I. V. Bukhtiyarov, M. N. Khomenko, P. K. Lysov // Morphology – the physical culture, sports and aerospace medicine : Proceedings of All-Russian scientific-practical conference dedicated to the 80th anniversary of V. G. Petrukhin, ed. by P. K. Lysov. – Moscow, 2001. – P. 198-201.
3. Vazhenin, Yu. A. Content and construction of physical training of cadets-pilots in the development of new types of aircraft: PhD thesis (Pedagogy) : 13.00.04 / Yu. A. Vazhenin. – St. Petersburg, 2008. – 163 p.
4. Gorelov, A. A. Fundamentals of theory and practice of physical training of military air crew : Doctoral thesis (Pedagogy) : 13.00.04 / A. A. Gorelov. – St. Petersburg, 1994. – 547 p.
5. Dzhamgarov, T. T. Special training of air crew personnel by means of physical training and sports / T. T. Dzhamgarov. – Moscow : Voenizdat, 1964. – 238 p.
6. Zhdanko I. M. Necessity of formation and development of professionally important qualities of pilot / I. M. Zhdanko, M. S. Alekseenko // Collection of scientific works of All-Russian Conf., November 13-14, 2008. – Moscow, 2008. – P. 97-99.
7. Makarov, R. N. Special physical training / R. N. Makarov, G. I. Grishkevich. – Moscow, 1981. – 222 p.
8. Marishchuk, V. L. Psychological bases of formation of professionally significant qualities: abstract of Doctoral thesis (Pedagogy) : 19.00.01 / V. L. Marishchuk. –Leningrad, 1982. – 32 p.
9. Strelets, V. G. Theoretical and applied aspects of physical fitness of the aircrew / V. G. Strelets, A. A. Gorelov. – St. Petersburg, 1992. – 62 p.
10. Kapshanov, E. F. The study of vestibular stability and coordination abilities of the aircrew / E. F. Kapshanov, V. L. Pashuta // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2017. – No. 3 (145). – P. 96-101.
11. Botsman, O. S. Certain specificities of physical training of the troops to combat outside the Russian Federation / O. S. Botsman, S. A. Trapeznikov, V. L. Pashuta, V. A. Belyaev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 2. – P. 43-48.

УДК 796.89:356.169

ОЦЕНКА ИНДИВИДУАЛЬНОГО ТЕМПА ПРОХОЖДЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДИСТАНЦИИ У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГИРЕВИКОВ

Дьяченко Николай Андреевич, кандидат педагогических наук, профессор кафедры биомеханики, НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург;

Косьмин Иван Васильевич, кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры теории и методики атлетизма, НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург;

Рыжков Антон Николаевич, преподаватель кафедры физической подготовки Дальневосточного высшего общевойскового командного училища им. Маршала Советского союза К.К. Рокоссовского, Благовещенск.

ESTIMATION OF THE INDIVIDUAL PACE OF PASSING THE COMPETITIVE DISTANCE FOR QUALIFIED WEIGHTLIFTERS

Dyachenko N.A., Candidate of Pedagogics, Professor, Department of biomechanics, the Lesgaft NSU, St. Petersburg;

Kosmin I.V., Candidate of Pedagogics, Senior Lecturer at the Department of theory and methods of athleticism, the Lesgaft NSU, Saint Petersburg;

Ryzhkov A.N., Lecturer at the Department of physical training, the Far Eastern Rokossovsky higher combined-arms command school, Blagoveshchensk.

Аннотация:

В предложенной работе проводилось измерение индивидуальных особенностей частоты выполнения упражнений спортсменами на тренажерах для изучения показателей динамики изменения темпа выполнения упражнения.

Предложенный метод акселерометрии позволил нам выявить наиболее эффективный темп выполнения упражнений применительно для гиревого спорта. Оценка эффективности определялась путем регистрации частоты выполнения упражнений и анализом полученных результатов.

Ключевые слова:

гиревой спорт, индивидуальная соревновательная траектория, темповые характеристики подъема гири, типы прохождения соревновательной дистанции.

Abstract:

The individual characteristics of the frequency of exercise performance by athletes on simulator to study the indicators of the dynamics of changes in the pace of the exercise have been determined in the present study.

The proposed axonometric method made it possible to identify the most effective exercise performance in relation to kettlebell lifting. Efficiency assessment was determined by registering the frequency of exercise performance analyzing the data obtained.

Key words:

kettlebell lifting, individual competitive trajectory, tempo characteristics of lifting weights, types of passing the competitive distance.

ВВЕДЕНИЕ

В современном спорте одним из главных компонентов успешной соревновательной деятельности является правильная раскладка сил на прохождение соревновательной дистанции спортсмена. В этой связи определение наиболее эффективного способа прохождения соревновательной дистанции с использованием современных методик является одной из главных задач помощи спортсменам грамотному разложению сил на всей соревновательной дистанции. Гиревой спорт является циклическим видом спорта, и основным физическим качеством, характерным для него, является силовая выносливость. Нами было предположено, что измерение частоты с помощью акселероментрии [5, 6] на тренажерных устройствах поможет определить наиболее эффективный темп прохождения соревновательной дистанции. Данный метод описан и применен ранее в научных исследованиях, одной из целей которых являлось определение частоты выполнения упражнений спортсме-

ном на локальных тренажерах [1-4], наиболее часто применяемых тренерами по данным анкетирования, которое мы провели ранее со специалистами по гиревому спорту. В нашем исследовании этот метод позволил выявить индивидуальные особенности темпа выполнения упражнений на тренажерах. Нами был использован беспроводной акселерометр «Freescale», который крепился на тренажере и по радиоканалу передавал в персональный компьютер информацию о времени начала повторения и времени окончания каждого повторения в подходе. Таким образом, целью исследования являлось изучение показателей динамики изменения темпа выполнения упражнения и определение наиболее эффективного.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

До начала эксперимента нами была сделана видеорегистрация выступления спортсменов на соревнованиях различного уровня с разным типом прохождения соревновательной дистанции. В ходе эксперимента были отобраны 15 спортсменов, которые и в толчке, и в рывке проявляли одинаковые особенности прохождения соревновательной дистанции. Таким образом, 5 испытуемых проявляли характер прохождения соревновательной дистанции – «быстрый старт», 5 – «равномерный» и 5 – «активный финишный». За 40 минут до начала исследования у испытуемых был определен повторный максимум (ПМ) путем выполнения упражнения на предложенном тренажере на одно повторение, которое считалось за 100%, или один повторный максимум. После предварительной общей разминки спортсменам было предложено выполнить тренировочные подходы с отягощением 60% от предварительно выявленного ПМ, в течении разбитой нами соревновательной дистанции 10 минут на интервалы в 3 минуты 30 секунд. Результатом оценки темпа (количества повторений в секунду) выполнения упражнений было получение индивидуальных изменений темпа в тренировочных сериях. Выбор отягощения, 60% от максимального, обусловлен результатами ответов тренеров, принявших участие в анкетировании. Кроме этого, увеличение отягощения выше указанного значения приводило к уменьшению количества повторений в серии, что не давало возможности моделировать соревновательные серии.

Таблица 1 – Средний темп повторений в каждой трети подхода в упражнении на тренажере «разгибания рук на блоке стоя» (n=15)

№	Разновидность темпа	Ср. частота повторений, 1/3 подхода, Hz	Ср. частота повторений, 2/3 подхода, Hz	Ср. частота повторений, 3/3 подхода, Hz
1	«Быстрый старт»	1,140	0,810	0,630
2	«Равномерный»	1,020	0,960	0,960
3	«Активный финишный»	0,720	0,750	1,050

Таблица 2 – Средний темп повторений в каждой трети подхода в упражнении на тренажере «жим сидя вверх узким хватом» (n=15)

№	Разновидность темпа	Ср. частота повторений, 1/3 подхода, Hz	Ср. частота повторений, 2/3 подхода, Hz	Ср. частота повторений, 3/3 подхода, Hz
1	«Быстрый старт»	0,913	0,554	0,522
2	«Равномерный»	0,717	0,685	0,652
3	«Активный финишный»	0,587	0,620	0,848

Таблица 3 – Средний темп повторений в каждой трети подхода в упражнении на тренажере «тяга нижнего блока к груди» (n=15)

№	Разновидность темпа	Ср. частота повторений, 1/3 подхода, Hz	Ср. частота повторений, 2/3 подхода, Hz	Ср. частота повторений, 3/3 подхода, Hz
1	«Быстрый старт»	0,891	0,586	0,398
2	«Равномерный»	0,680	0,656	0,609
3	«Активный финишный»	0,516	0,563	0,844

Таблица 4 – Средний темп повторений в каждой трети подхода в упражнении на тренажере «подъем на носки стоя» (n=15)

№	Разновидность темпа	Ср. частота повторений, 1/3 подхода, Hz	Ср. частота повторений, 2/3 подхода, Hz	Ср. частота повторений, 3/3 подхода, Hz
1	«Быстрый старт»	1,269	1,154	0,923
2	«Равномерный»	1,327	1,212	1,154
3	«Активный финишный»	0,981	1,038	1,269

Таблица 5 – Средний темп повторений в каждой трети подхода в упражнении на тренажере «приседания в гакк-машине» (n=15)

№	Разновидность темпа	Ср. частота повторений, 1/3 подхода, Hz	Ср. частота повторений, 2/3 подхода, Hz	Ср. частота повторений, 3/3 подхода, Hz
1	«Быстрый старт»	0,600	0,536	0,471
2	«Равномерный»	0,557	0,579	0,557
3	«Активный финишный»	0,493	0,514	0,579

Полученные данные (табл. 1, 2, 3, 4, 5) позволяют сделать заключение о том, что наиболее эффективный темп выполнения упражнения – равномерный, который также, по мнению, высказанному еще И.М. Сеченовым [7], является наиболее экономичным для организма.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Предложенный метод за счет определения частоты выполнения упражнений на локальных тренажерах позволил выявить динамику изменения темпа во время выполнения упражнений на снарядах.

Анализ полученных данных показал, что из представленных вариантов темпов самым эффективным оказался равномерный.

Проведенное исследование может использоваться для внедрения в тренировочные программы по корректировке и отработке темпа прохождения соревновательной дистанции.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дьяченко, Н. А. Методика оценки внешней нагрузки при скоростно-силовой подготовке на тренажерах / Н. А. Дьяченко, А. Н. Жищенко, В. П. Аксенов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 1. – С. 38-41.
2. Дьяченко, Н. А. Определение параметров усилия в специальной силовой подготовке на тренажерах / Н. А. Дьяченко, Т. М. Замотин // Российский журнал биомеханики. – 2012. – № 2. – С. 68-73.
3. Косьмин, И. В. Обоснование избирательной направленности тренировочных нагрузок тяжелоатлетов-раз-

рядников на основе применения локальных силовых упражнений на тренажерах / И. В. Косьмин. – М., 2013. – 23 с.
4. Привалов, А. В. Повышение технической подготовленности футболистов на основе коррекции силовых возможностей отдельных мышечных групп / А. В. Привалов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 2. – С. 196-201.
5. Огаджалов, А. Л. Оценка скоростно-силовой подготовленности легкоатлетов с использованием акселерометрии / А. Л. Огаджалов, А. В. Жигалов // Культура физическая и здоровье. – 2014. – № 3 (50). – С. 9-12.
6. Оганджанов, А. Л. Комплексный контроль технической и физической подготовленности легкоатлетов-прыгунов с использованием видеоанализа и акселерометрии / А. Л. Оганджанов, В. П. Косихин, А. В. Жигалов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2016. – № 1. – С. 182-189.
7. Сеченов, И. М. Очерк рабочих движений человека : прилож. к собр. соч. / И. М. Сеченов. – М. : Моск. ун-т, 1906. – № 4. – 139 с.

REFERENCES

1. Dyachenko, N. A. Methods for assessing external load during speed and strength training on simulators / N. A. Dyachenko, A. N. Zhishchenko, V. P. Aksenov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2008. – No. 1. – P. 38-41.
2. Dyachenko, N. A. Determination of force parameters in special strength training on simulators / N. A. Dyachenko, T. M. Zamotin // Russian journal of biomechanics. – 2012. – No. 2. – P. 68-73.
3. Kosmin, I. V. Justification of the selective orientation of training loads of weightlifters-having sports category based on the use of local strength exercises on simulators / I. V. Kosmin. – Moscow, 2013. – 23 p.
4. Privalov, A. V. Improving the technical readiness of football players based on the correction of power capabilities of individual muscle groups / A. V. Privalov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2017. – No. 2. – P. 196-201.
5. Ogadzhalov, A. L. Assessment of speed and strength training of athletes using accelerometry / A. L. Ogadzhalov, A. V. Zhigalov // Physical Training and Health. – 2014. – No. 3 (50). – P. 9-12.
6. Ogandzhanov, A. L. Complex control of technical and physical fitness of athletes-jumpers using video analysis and accelerometry / A. L. Ogandzhanov, V. P. Koshikhin, A. V. Zhigalov // Izvestiya tulskogo gosudarstvennogo universiteta. Physical Training. Sport. – 2016. – No. 1. – P. 182-189.
7. Sechenov, I. M. Essay of human labor movements : suppl. to the coll. of works / I. M. Sechenov. – Moscow : Mosk. Un-t, 1906. – No. 4. – 139 p.

УДК 796.012.124

РАЗВИТИЕ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ РУКОПАШНЫМ БОЕМ

Егоров Александр Александрович, преподаватель кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Исламов Владимир Александрович, доктор педагогических наук, доцент, начальник кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Матвеев Евгений Леонидович, преподаватель кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Мартышев Андрей Николаевич, преподаватель кафедры физической подготовки Военного института (Железнодорожных войск и военных сообщений) Военной академии материально-технического обеспечения имени генерала армии А.В. Хрулева, Санкт-Петербург.

DEVELOPMENT OF GENERAL AND SPECIAL ENDURANCE IN HAND-TO-HAND ATHLETES

Egorov A.A., Lecturer at the Department of overcoming obstacles and hand-to-hand combat, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Islamov V.A., Doctor of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Department of overcoming obstacles and hand-to-hand combat, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Matveev E.L., Lecturer at the Department of overcoming obstacles and hand-to-hand combat, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Martyshev A.N., Lecturer at the Department of Physical Training, Military Institute (Railway troops and military communication) of the Khrulev Military Academy of Logistics, St. Petersburg.

Аннотация:

Физическая подготовка является основным способом развития основных физических качеств спортсменов-рукопашников, военнослужащих (выносливость, быстрота, сила, ловкость), а также двигательных навыков, необходимых для повседневной жизни и выполнения специальных боевых задач. В настоящей статье речь пойдет именно об этом.

Ключевые слова:

рукопашный бой, общая и специальная выносливость, физическая подготовка, физическое качество.

Abstract:

Physical training is the main way of developing the basic physical qualities of hand-to-hand athletes, military personnel (endurance, speed, strength, agility), as well as motor skills necessary for everyday life and performing special combat tasks. This article will focus on that.

Key words:

hand-to-hand combat, general and special endurance, physical fitness, physical quality.

ВВЕДЕНИЕ

Повышение уровня физической подготовленности в таком виде спорта, как рукопашный бой является одной из приоритетных задач спортивной подготовки в многолетнем тренировочном цикле. Высокий уровень общей и специальной выносливости ведет к снижению энергозатрат и повышению эффективности использования биоэнергетического потенциала (энергетических резервов) и тем самым обеспечивает надежность тактико-технических действий на фоне усталости в тренировочной и соревновательной деятельности.

Средства и методы физической подготовки спортсменов-рукопашников, направленные на развитие общей и специальной выносливости, могут эффективно использоваться для решения специальных задач физической подготовки военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Тема развития общей и специальной выносливости остается актуальной в настоящее

время, т. к. является не полностью освоенной и достаточно интересной для спортсменов, тренеров и специалистов по служебно-прикладной физической подготовке. Для того чтобы более углубленно разобрать данный вопрос, необходимо начать с истории возникновения и становления рукопашного боя.

Рукопашный бой известен со времен глубокой древности. Как известно, история связана с войнами, завоеваниями стран и боями. Древние правители захватывали города и страны при помощи рукопашного боя, поэтому воины обязательно обучались этому искусству. Русские воины не просто использовали приемы рукопашного боя, а внесли в него новейшие, эффективные элементы. Рукопашный бой на Руси всегда отличался особенным мужеством и упорством воинов, благодаря которым целые армии других государств, если не погибали в бою, то спасались бегством [5].

В богатейшей истории нашей страны существует множество исторических фактов (примеров) искусного владения навыками рукопашного боя. Многие битвы, схватки на полях сражений проходили при помощи холодного оружия и рукопашного боя. На поле боя наши войска мужественно, решительно, дерзко и доблестно шли в рукопашную схватку, даже с превосходящими силами противника [5].

В 1647 году стали упоминаться первые положения о рукопашном бое на Руси. Они были отображены в воинских уставах, где были описаны первые приемы и действия рукопашного боя. С того времени обучение приемам рукопашного боя стало обязательным [5].

Тактика ведения рукопашного боя начинает меняться в конце XX века, если раньше в сражениях принимало участие большое количество воинов, то сейчас рукопашный бой используется только небольшими подразделениями специального назначения. Основой для рукопашного боя становятся приемы и действия из других видов спорта, таких как бокс, борьба, самбо, фехтование [5].

В СССР рукопашному бою обучали лишь тех, кто шел работать в КГБ, милицию или служить в армию. Учебники по рукопашному бою издавались только для служебного пользования и были засекречены. Для простых граждан такие тренировки, разумеется, были недоступны. Так продолжалось до середины 1970-х годов. С этого времени люди получили возможность заниматься такими единоборствами, как каратэ, ушу, айкидо. Рукопашный бой, таким образом, перекочевал в вышеперечисленные виды единоборств. Несмотря на то, что занятия были платными, желающих заниматься все равно было много [5].

Выносливость – способность противостоять утомлению в процессе двигательной деятельности [9]. Выносливость напрямую зависит от степени развития сердечно-сосудистой и дыхательной систем [10]. На снижение работоспособности организма влияют как нервное, так и физическое утомление. Выносливость может быть общая и специальная. Общая выносливость – способность организма длительное время выполнять работу умеренной интенсивности при практически полном функционировании мышечной системы [10]. Данный вид выносливости имеет другое название – аэробная. Она характерна для видов спорта, где спортсмен выполняет какую-либо однообразную, циклическую работу со средней нагрузкой: академическая гребля, триатлон, конькобежный спорт, равномерный длительный бег, а также кросс по пересеченной местности [2].

Выносливость можно охарактеризовать несколькими процессами – аэробным и анаэробным.

Аэробная система – система, в которой все внутриклеточные процессы проходят с использованием кислорода и окисляются различные энергоемкие субстраты – аминокислоты, жирные кислоты, глюкоза, гликоген. Аэробную энергию организм использует при продолжительной физической нагрузке [6].

Анаэробная система необходима для энергообеспечения высокоинтенсивных мышечных сокращений, во время которых энергетические процессы в клетках протекают без кислорода, с использованием запасов глюкозы и гликогена до их полного истощения и последующего накопления продуктов распада – молочной кислоты и других метаболитов. После анаэробной работы требуется непродолжительный отдых для переключения на анаэробную систему, для восполнения запасов глюкозы и гликогена и избавления от молочной кислоты [6].

Анаэробная система вырабатывается с помощью двух механизмов: креатинфосфатного и гликолитического. Особенность человеческого организма такова, что каждый из этих процессов вступает в действие после истощения возможностей предыдущего [6].

На производство аэробной энергии влияют следующие факторы:

1) Активность работоспособности органов

дыхания (легких) при вдохе кислорода и выдохе углекислого газа;

2) Сердце должно за определенное время уметь перерабатывать достаточное количество, обогащенной кислородом, крови;

3) Сердечно-сосудистая система должна снабжать мышцы кровью, обогащенной кислородом [6].

Для развития аэробной и анаэробной выносливости применяются разные методы [6].

Для рукопашного боя энергоемкие (активные) процессы имеют важное значение, так как во время боев организм спортсмена подвергается нагрузкам различной интенсивности [6].

В тренировочный процесс спортсменов-рукопашников обязательно должна быть включена беговая подготовка не менее 15 минут и не более 30 минут перед тренировкой или во время тренировки. Бег на короткие дистанции с высокой и переменной интенсивностью, бег (кросс) по местности с различным покрытием, горный бег должны занимать достаточное время в тренировочном процессе. Во время выполнения беговой работы использовать гантели небольшого веса от 100 грамм до 1 килограмма в зависимости от весовой категории бойца [6].

Во время подготовительной и заключительной части тренировки немаловажным упражнением для совершенствования и повышения общей выносливости представляют прыжки на скакалке [6].

Спортсменам с высоким уровнем подготовки имеет смысл посвящать кроссу полные тренировки продолжительностью от 70 до 90 минут.

Согласно правилам соревнований, спортсмены, занимающиеся рукопашным боем, подвержены интенсивной нагрузке в течение 3-4 минут. Поединок в армейском рукопашном бое состоит из одного раунда продолжительностью 3 минуты, а финальные бои состоят из одного раунда продолжительностью 4 минуты. Поэтому анаэробная выносливость имеет важное значение для организма спортсмена.

В процессе совершенствования (повышения) анаэробной выносливости может быть использовано множество различных методов. Упражнения, в рамках этих методов, которые совершенствуют (повышают) анаэробную выносливость, должны быть длительностью от 60 до 240 секунд.

Круговая тренировка является основным методом совершенствования (повышения) анаэробной выносливости. Во время круговой тренировки спортсмен должен выполнять упражнения с максимальной (высокой) интенсивностью, а также с собственным весом. Одними из самых распространенных упражнений данного вида тренировки являются:

1) подъем силой на перекладине [9];

2) поднимание ног к перекладине [9];

3) сгибание рук в упоре на брусьях [9];

4) выпады на каждую ногу;

5) скрещивание ног в положении лежа на спине.

Число повторений, время, длительность отдыха в такой тренировке можно регулировать самостоятельно в зависимости от уровня подготовки спортсмена [3].

Аэробная и анаэробная выносливость организма выступает в качестве фундамента для совершенствования (повышения) специальной выносливости, так как во время боев используются эти процессы, поэтому для развития скоростно-силовой выносливости и быстроты нужно выполнять различные упражнения: подъем штанги, толкание ядра, «бой с тенью», бой на боксерском мешке, спарринги.

В рукопашном бое применяется двухсторонний групповой метод организации тренировок спортсменов. Самые простые разновидности единоборств, как виды тренировочных нагрузок для развития специальной выносливости, перечислены ниже:

1) вытеснение спарринг-партнера за пределы ковра (татами), а также сваливание его броском или другим специальным приемом;

2) выполнение во время боя (схватки, борьбы) болевого приема;

3) спарринг соперника с оружием против соперника без оружия;

4) спарринг между спортсменами на макетах оружия (специально предназначенного для учебных, тренировочных боев или схваток) [3].

При последовательном проведении ударов, комбинаций, связок во время групповых занятий, спортсмены перемещаются на некотором расстоянии друг от друга и применяют эти приемы и действия на спарринг-партнерах, которые находятся на указанных местах. Во избежание нарушений, неправильного и некачественного выполнения приемов и действий в ходе данных тренировок нужно проинструктировать и назначить специалистов, которые качественно владеют этими приемами и действиями.

При таком виде групповых тренировок на первый план выходят индивидуальные действия (навыки, морально-волевые качества спортсмена). Важная роль при организации таких тренировок отводится тренеру, который способен указывать на ошибки, поправлять, обучать, уметь объяснить своим спортсменам их недочеты, выявленные в ходе тренировок (занятий).

Тренер (преподаватель) должен уметь обучить своих подопечных тактическим действиям, действиям оборонительного характера, нападению, научить рассчитывать силы, скрывать (маскировать) свои действия. При этом ему нужно обращать внимание на повышение, совершенствование психологической устойчивости бойца, которое помогает в развитии специальной выносливости. Методы и способы развития психологической устойчивости:

1) проведение боев, спаррингов с партнерами при беспрерывном повышении интенсивности, а также работа с противниками большими по весу, росту, силе и более высокой квалификации [2];

2) творческий подход к индивидуальному выбору действий из тех вариантов, которые предлагает тренер (преподаватель), т. к. действия и приемы выполняются индивидуально, они требуют взаимодействия и взаимоуважения между спортсменами (бойцами) [2];

3) при проведении спаррингов спортсмены должны стремиться выполнять приемы и действия, приближенные к реальным действиям во время соревнований, для того чтобы его организм привыкал к максимальным (соревновательным) нагрузкам [2].

Некоторые виды тренировки для совершенствования специальной выносливости:

1) Выполнение действий на боксерском мешке с непродолжительным увеличением скорости. Работа проводится в течение 180-240 секунд, применяя время от времени небольшие ускорения продолжительностью от 10 до 20 секунд. В этот период времени активные удары выполняются с максимальной интенсивностью [4];

2) Работа на боксерском мешке в максимальном темпе длительностью 60 секунд с чередованием активного отдыха длительностью 120-180 секунд (выполнение «боя с тенью» перед зеркалом). В рамках одного подхода проводится 4-5 таких раундов [4];

3) Выполнение стандартной тренировочной нагрузки с сокращением периодов отдыха. При таком выполнении работы спортсмен совершает активные действия с высокой интенсивностью в течение 30-40 секунд. Во время этой работы отдых между раундами сокращается до пятнадцати секунд [4];

4) Во время спаррингов, тренировочных боев тренер-преподаватель увеличивает время раунда, для того чтобы спортсмен (боец) привыкал к интенсивному выполнению приемов и действий в более продолжительный период времени. Если стандартный раунд длится 180 секунд, то во время такого вида тренировок следует увеличивать раунд до 300 секунд.

Первостепенную важность в развитии такого качества, как специальная выносливость, имеет способность спортсмена экономить силы в течение боя. Боец, который тратит меньше усилий в ходе поединка, имеет преимущество перед соперником, т. к. может гораздо дольше переносить интенсивный темп ведения боя, активно противодействуя усталости. Некоторые из методов, используемые для обучения правильно и экономично распределять силы, приведены ниже.

1) Длительный боевой спарринг в темпе 40-60% от максимального. Как известно, поединок в армейском рукопашном бое длится 3 минуты чистого времени. При таком методе спортсмен выполняет работу в 3-7 раз превышающую время на соревнованиях, то есть от 9 до 21 минуты. Цель данного метода – обучить бойца грамотно распределять силы в течение столь продолжительного времени. С самого начала боец чувствует силы и не думает об усталости, но со временем по мере накопления молочной кислоты в мышцах автоматически ищет пути ее преодоления. Данный вид тренировки является достаточно сложным и требует от спортсмена большого количества сил и концентрации [8].

2) Тренировка с несколькими спарринг-партнерами. Боец принимает участие в спарринге с 2-6 противниками. С каждым спарринг-партнером он проводит по одной минуте без отдыха. Чередование партнеров осуществляется ежеминутно, при этом боец не отдыхает и находится в состоянии утомления, в то время, как у противника оптимальное физическое состояние [8, 11, 12].

3) Поединок с целью привести соперника в состояние утомления, усталости, невозможности продолжения дальнейшего боя. Перед спортсменом ставится задача настолько сильно «загнать» партнера, чтобы тот отказывался от продолжения поединка. Наряду с этим он

должен пытаться сэкономить максимальное количество сил и энергии [8].

4) Поединки, где нужно добиться победы ввиду явного преимущества за минимальный промежуток времени. Данный метод помогает выработать умение добиваться выигрыша за короткое время и, таким образом, оставлять энергию и силы для последующих боев. Такой метод эффективен в рукопашном бое высококвалифицированного бойца с менее подготовленным. Задача менее подготовленного бойца – не дать высококвалифицированному бойцу одержать победу [8]. Таким образом, неопытный боец приобретает уверенность в своих силах и совершенствует свои тактико-технические умения в армейском рукопашном бое.

Высококвалифицированный специалист как настоящий мастер своего дела обязан выявлять пробелы в физической подготовленности спортсменов (бойцов), а именно, недостатки общей и специальной выносливости. Очень важно в процессе тренировки для выявления несовершенства в развитии общей выносливости наблюдать за процессом кислородного насыщения организма и частотой сердечных сокращений (ЧСС) занимающихся. Увеличение ритма сокращений сердца и повышение частоты актов дыхания при небольшой нагрузке во время тренировки является отрицательным явлением, и потому необходимо уделять особое внимание учебно-тренировочным занятиям, которые улучшают общую выносливость.

При выполнении бойцом специальной тренировки с высокой интенсивностью (большой нагрузкой) он бывает не готов к ней, т. к. неправильно использует свои ресурсы, делает много лишних движений, суетится во время боя. Для этого нужно совершенствовать и работать над развитием такого важного качества, как специальная выносливость [7].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, подробно изучив тему общей и специальной выносливости, мы разобрались с основными способами, методами и видами тренировок, использующихся в подготовке бойца к соревнованиям, к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации и повышении спортивного мастерства в рассмотренном виде единоборств.

Общая выносливость – вид выносливости, при котором человек может выполнять тренировки длительное время без снижения работоспособности.

Специальная выносливость – это вид выносливости, при котором для достижения максимальных результатов используются специальные средства, снаряды, тренажеры, упражнения, характерные для рукопашного боя.

Эффективнейшими способами для развития общей выносливости являются: кроссовые (беговые) тренировки, работа на скакалке, плавание, езда на велосипеде, лыжные прогулки, гребля, катание на коньках, а при совершенствовании специальной выносливости применяются иные способы: работа на боксерском мешке с непродолжительным увеличением скорости, выполнение тренировочной нагрузки в длительном раунде, работа на мешке в максимальном темпе длительностью 60 секунд с чередованием активного отдыха и т. д. Также для улучшения (увеличения) специальной выносливости существуют методы: поединок, где нужно добиться победы ввиду явного преимущества за минимальный промежуток времени; поединок с целью привести соперника в состояние утомления, усталости, невозможности продолжения боя; тренировка с несколькими спарринг-партнерами; длительный боевой спарринг в темпе 40-60% от максимального.

Подводя итог всему вышесказанному можно сделать вывод, что без развития общей и специальной выносливости в рукопашном бое не обойтись, так как развивая именно эти виды выносливости, можно достичь максимального результата на тренировках и соревнованиях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Рукопашный бой и спортивные единоборства : учеб. / Под общ. ред. А.В. Зюкина. – СПб. : МО РФ, 2005. – 431 с.
2. Барчуков, И. С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И. С. Барчуков, А. А. Нестеров; под общ. ред. Н. Н. Маликова. – 3-е изд. – М. : Издательский центр «Академия», 2009. – 528 с.
3. Авилов, В. Ножевой бой. Рукопашный бой : учеб.-метод. пособие / В. Авилов. – М. : Профит Стайл, 2014. – 208 с.
4. Зайцев, Ю. Армейский рукопашный бой / Ю. Зайцев. – М. : Современная школа (Букмастер), Интерпрес-

сервис, 2009. – 779 с.
5. Адамович, Г. Э. Рукопашный бой. Система славянских единоборств / Г. Э. Адамович. – М. : Букмастер, 2012. – 416 с.
6. Николаев, А. А. Развитие выносливости у спортсменов / А. А. Николаев, В. Г. Семенов. – М. : Издательство «Спорт», 2017. – 8 с.
7. Кадочников, А. А. Психологическая подготовка к рукопашному бою / А. А. Кадочников. – М. : Неоглори, 2009. – 270 с.
8. Скогорев Д. В. Русский рукопашный бой / Д. В. Скогорев. – М. : Сибирское университетское издательство, 2008. – 288 с.
9. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации, 2009.
10. Миронов, В. В. Теория и организация служебно-прикладной физической культуры и спорта : Ч. I : учеб. для курсантов Воен. ин-та физ. культуры / В. В. Миронов, А. А. Обвинцев; под общ. ред. проф. В. В. Миронова, А. А. Обвинцева. – СПб. : ВИФК, 2014. – 297с.
11. Обвинцев, А. А. Страницы истории рукопашного боя в России / А. А. Обвинцев, С. М. Ашкинази, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2012. – № 5 (18). – С. 5-10.
12. Обвинцев, А. А. Становление рукопашного боя в России как раздела подготовки военнослужащих / А. А. Обвинцев, С. М. Ашкинази, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2013. – № 2. – С. 60-67.

REFERENCES

1. Hand-to-hand combat and combat sports : Textbook / Ed. by A. V. Zyukin. – St. Petersburg : Russian Defense Ministry, 2005. – 431 p.
2. Barchukov, I. S. Physical culture and sport: methodology, theory, practice : textbook manual for stud. of higher educational institutions / I. S. Barchukov, A. A. Nesterov; ed. by N. N. Malikov. – 3rd ed. – Moscow : Publishing Center «Academy», 2009. – 528 p.
3. Avilov, V. Knife fight. Hand-to-hand combat : Training manual / V. Avilov. – Moscow : Profit Style, 2014. – 208 p.
4. Zaitsev, Y. Army hand-to-hand combat / Yu. Zaitsev. – Moscow : Modern school (Bukmaster), Interpressservice, 2009. – 779 p.
5. Adamovich Krivich, G. E. Hand-to-hand combat. System of Slavic single combats / G. E. Adamovich. – Moscow: Bukmaster, 2012. – 416 p.
6. Nikolaev, A. A. Development of endurance in athletes / A. A. Nikolaev, V. G. Semyonov. – Moscow : Publishing house «Sport», 2017. – 8 p.
7. Kadochnikov, A. A. Psychological training for hand-to-hand combat / A. A. Kadochnikov. – Moscow : Neoglori, 2009. – 270 p.
8. Skogorev, D. V. Russian hand-to-hand combat / D. V. Skogorev. – Moscow : Siberian University Publishing House, 2008. – 288 p.
9. Physical training manual in the armed forces of the Russian Federation, 2009.
10. Mironov, V. V. Theory and organization of service-applied physical culture and sports : Pt. 1 : Textbook for cadets of the Military Institute of Physical Training / V. V. Mironov, A. A. Obvintsev; ed. by V. V. Mironov, A. A. Obvintsev. – St. Petersburg : MIPT, 2014. – 297 p.
11. Obvintsev, A. A. The history of hand-to-hand combat in Russia / A. A. Obvintsev, S. M. Ashkinazi, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2012. – No. 5 (18). – P. 5-10.
12. Obvintsev, A. A. The formation of hand-to-hand combat in Russia as part of training military personnel / A. A. Obvintsev, S. M. Ashkinazi, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2013. – No. 2. – P. 60-67.

УДК 796.3:[355.231.1+355.231.42]

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ОПЕРАТОРОВ РАДИОТЕХНИЧЕСКИХ ВОЙСК К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО НЕСЕНИЮ БОЕВОГО ДЕЖУРСТВА

Егоров Виктор Юрьевич, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры спортивных и подвижных игр, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Яцковец Александр Степанович, кандидат педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой методики обучения физкультуре и спортивной подготовки, РГПУ им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург;

Школьников Алексей Владимирович, преподаватель кафедры спортивных и подвижных игр, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Тихончук Аркадий Андреевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры спортивных и подвижных игр, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

PROFESSIONALLY ORIENTED MILITARY OUTDOOR GAMES AS A MEANS OF PHYSICAL TRAINING OF OPERATORS OF RADIO-TECHNICAL TROOPS FOR PROFESSIONAL ACTIVITY ON COMBAT DUTY

Egorov V.Yu., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Yatskovets A.S., Candidate of Pedagogics, Professor, Head of the Department of methods of teaching physical culture and sports training, the Herzen State Pedagogical University, St. Petersburg;

Shkolnikov A.V., Lecturer, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Tikhonchuk A.A., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматривается применение подвижных игр военно-профессиональной направленности для повышения профессиональной деятельности офицеров из числа операторов комплексов средств автоматизации радиотехнических войск ВКС России к несению боевого дежурства.

Ключевые слова:

подвижные игры военно-профессиональной направленности, физическая подготовка, физические качества, психологические качества, спортивные и подвижные игры.

Abstract:

The use of sports and outdoor games to improve the performance of officers from among the operators of automation systems of radio-technical troops of the Russian aerospace forces, in preparation for combat duty is considered in the article.

Key words:

outdoor games of military-professional orientation, physical training, physical qualities, psychological qualities, sports and outdoor games.

ВВЕДЕНИЕ

Несение боевого дежурства операторами комплексов средств автоматизации радиотехнических войск ВКС России является выполнением боевой задачи по обеспечению безопасности Российской Федерации. Оно осуществляется непрерывно и круглосуточно в мирное и военное время [1].

Для успешного несения боевого дежурства необходимы такие качества, как устойчивость внимания во времени, способность распределения и переключения внимания, хорошая мелкая моторика, двигательная реакция, точность зрительного и слухового восприятия, способность к быстроте действий.

Результатами экспериментальных исследований большого количества ученых неоднократно отмечалась прикладная важность спортивных и подвижных игр как средства

развития и поддержания на требуемом уровне физических качеств, специальных двигательных навыков, формирования эмоционально-волевой устойчивости военнослужащих, их психологической устойчивости, сплочения и укрепления воинского коллектива [5].

В.Л. Марищук, П.П. Пархоменко (1973), Н.В. Строганов (1974) и др. указывают на возможность использования спортивных и подвижных игр как одного из наиболее эффективных средств совершенствования эмоциональной устойчивости, кратковременной зрительной памяти, тонкой зрительной координации, повышения характеристик внимания и других психических качеств.

На основании приведенных литературных данных можем предположить, что спортивные и подвижные игры оказывают большое влияние на развитие профессионально важных качеств исследуемой категории военнослужащих.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Организуя физическую подготовку офицеров из числа операторов комплексов средств автоматизации радиотехнических войск ВКС России, мы использовали научно обоснованную методику подбора упражнений (Т.Т. Джамгаров, Л.А. Вейднер-Дубровин (1967), Р.М. Кадыров (1988) и др.), а также руководствовались следующими положениями:

- физические упражнения должны не развивать физические качества, а поддерживать их на уровне, способном выполнять боевую задачу;
- включение наиболее популярных среди военнослужащих видов спорта;
- использование физических упражнений, имеющихся в НФП-2009, включаемых в программы по физической подготовке;
- подбор простых и доступных для выполнения физических упражнений.

В процессе исследования было проведено анкетирование военнослужащих, целью которого являлось изучение содержания их двигательной деятельности, а также их отношение к занятиям различными видами физкультурно-спортивной деятельности.

В результате обработки полученных нами данных было установлено, что регулярно своим физическим совершенствованием занимается лишь 18,5% подвергнутых анкетированию офицеров. Остальная часть офицеров занятиям по физической подготовке должного внимания не уделяет.

Среди наиболее популярных видов физкультурно-спортивной деятельности были названы занятия различными видами спортивных игр (37,6% опрошенных респондентов). Офицеры младших возрастных групп высказали также предпочтение занятиям различными видами единоборств – 22,6% и занятиям по плаванию и легкой атлетике (соответственно 12,7% и 9,6%).

Игры в волейбол и мини-футбол среди спортивных игр пользуются особой популярностью среди офицеров. Также большинство опрошенных (более 34%) высказывают свое положительное отношение к различным видам подвижных игр.

По результатам анализа мы выявили, что наиболее важными средствами физической подготовки офицеров являются спортивные и подвижные игры. Подвижные игры можно разделить на три большие группы:

- простые игры (некомандные), в которых каждый участник, соблюдая правила, борется за одного себя; игровая деятельность в них направлена на достижение личного превосходства над другими в ловкости, быстроте, силе, выносливости и других качествах;
- переходные игры к командным играм, в которых играющие отстаивают свой интерес в первую очередь, но иногда по личному желанию помогают товарищам. Играющий может вступить во временное сотрудничество с другими игроками для достижения цели (в некоторых играх такое сотрудничество даже предусматривается правилами);
- командные игры, где играющие составляют отдельные коллективы-команды. Деятельность команды направлена на достижение общих целей, подчинение личных интересов интересам своей команды. Часто в них для координирования действий и общего руководства игрой появляется необходимость выделить из среды играющих капитанов, подчинение которым является обязательным для всех [3, 4].

Основным видом занятий по физической подготовке в радиотехнических войсках ВКС России является комплексное занятие. Учитывая индивидуально-групповые ценностные ориентации по вопросам физической подготовки, а также профессионально важные качества операторов дежурных смен комплексов средств автоматизации радиотехнических войск ВКС России, нами были разработаны подвижные игры военно-профессиональной

направленности, применяемые в процессе комплексных занятий (табл. 1).

Подвижные игры военно-профессиональной направленности – это разновидность игровой деятельности, направленная на развитие профессионально-важных качеств военнослужащих для выполнения ими задач в соответствии с их предназначением.

Таблица 1 – Подвижные игры военно-профессиональной направленности, включаемые в содержание учебных занятий по физической подготовке офицеров из числа операторов дежурных смен комплексов средств автоматизации радиотехнических войск ВКС России

<table>
<tr><td colspan="4">Профессионально важные качества операторов дежурных смен комплексов средств автоматизации радиотехнических войск ВКС России</td></tr>
<tr><td colspan="2">Психологические</td><td colspan="2">Физические</td></tr>
<tr><td>Точность и быстрота зрительного (слухового) восприятия</td><td>Устойчивость и концентрация внимания</td><td>Быстрота</td><td>Ловкость</td></tr>
<tr><td>«Счет»
Подготовка. Игра проводится на площадке, размеры которой зависят от количества военнослужащих дежурной смены, участвующих в игре.
Описание игры. По сигналу руководителя все военнослужащие дежурной смены начинают в произвольном порядке выполнять специально-беговое упражнение, которое также определяет руководитель.
Руководитель называет произвольную цифру через определенное время (5, 10, 15 сек.) на его усмотрение, например, «три», и играющие должны разбиться на группы из трех человек.
Правила игры.
Если кто-то из военнослужащих не успел выполнить требование «цифры» или оказался лишним, то он выполняет физическую нагрузку. Запрещается выходить за пределы площадки.</td><td>«Квадрат 44»
Подготовка. Игра проводится на площадке, размеры которой зависят от количества военнослужащих дежурной смены, участвующих в игре. На площадке конусами размечены два «квадрата».
Описание игры. Военнослужащие делятся на две команды, каждая из которых находится в своем «квадрате». Назначаются водящие. По команде руководителя военнослужащие начинают выполнять передачи мяча двумя руками друг другу в произвольном порядке в «квадрате», водящие пытаются перехватить мяч.
По сигналу руководителя военнослужащие должны поменяться квадратами, кроме того, кто остался с мячом в руках, не успев выполнить передачу.
Правила игры.
Военнослужащий, прибывший в «квадрат» последним, начинает водить.</td><td>«Защитный мяч»
Подготовка. Игра проводится на площадке, размеры которой зависят от количества военнослужащих дежурной смены, участвующих в игре.
Описание игры. Военнослужащие располагаются по периметру площадки, назначается водящий. По сигналу руководителя игроки начинают выполнять передачи мяча двумя руками между собой в произвольном порядке.
Правила игры. Задача водящего – передвигаясь в пределах площадки, запятнать любого из игроков, находящегося без мяча. Запрещается выходить за пределы площадки, применять грубые приемы в отношении соперника.</td><td>«Десять передач»
Подготовка. Игра проводится на площадке, размеры которой зависят от количества военнослужащих дежурной смены, участвующих в игре.
Описание игры. Игроки делятся на две равные команды. Задача команд – передвигаясь в пределах определенной площадки, делая не более двух шагов с мячом, сделать десять непрерывных передач внутри своей команды. Задачи играющих: при передачах мяча внутри команды громко вести счет выполненных передач.
Правила игры.
Запрещается выходить за пределы площадки, применять грубые приемы в отношении соперника.</td></tr>
</table>

Продолжение таблицы 1

«Земля-воздух»	«Встречный огонь»	«Быстрый залп»	«Снайпер»
Подготовка. Посередине площадки проводится линия. Параллельно ей по обе стороны на расстоянии 20-30 шагов чертится финишная линия. Военнослужащие делятся на 2 равные команды, которые становятся к средней линии, отступив от нее на полшага, и поворачиваются лицом к финишной линии. По жребию одна команда «земля», другая - «воздух». ***Описание игры.*** Руководитель становится сбоку средней линии и неожиданно произносит: «Земля!». Военнослужащие команды «земля» поворачиваются и начинают догонять военнослужащих команды «воздух» с задачей дотронуться до них рукой. После каждого раунда ведется подсчет игроков, которых догнали. Затем команды снова выстраиваются у средней линии спиной к ней, и преподаватель опять начинает игру возгласом: «Земля!» или «Воздух!», стараясь, чтобы он всегда был неожиданным для игроков. Игра проводится несколько раз, после чего подсчитывается общее количество пойманных игроков в той и другой команде. Победительницей считается та команда, у которой будет больше пойманных. Запрещается убегать в свой «дом» раньше, чем преподаватель крикнет «Земля!» или «Воздух!». Ловить можно только до черты «дома».	***Подготовка.*** Игра проводится на площадке с двумя воротами. ***Описание игры.*** Военнослужащие делятся на две команды. Двухсторонняя игра в гандбол проводится двумя мячами. ***Правила игры.*** Выигрывает команда, забросившая больше мячей в ворота соперника. Запрещается применять грубые приемы в отношении соперника.	***Подготовка.*** Посередине площадки проводится линия. Параллельно ей по обе стороны на расстоянии 10-15 шагов чертятся линии «укрытий». Военнослужащие делятся на 2 равные команды, которые становятся в 3 шагах от средней линии. Между военнослужащими на средней линии располагается накидка или другой предмет. ***Описание игры.*** Руководитель становится сбоку средней линии и подает сигнал. Военнослужащие стараются забрать накидку, развернуться и добежать до укрытий. Те, кто не успел забрать накидку должны догнать убегающего до того, как он пересечет линию «укрытия». ***Правила игры.*** Выигрывает команда, перенесшая больше накидок в свое «укрытие». Нагрузку можно регулировать путем смены исходных положений. В случае одновременного взятия предмета – раунд переигрывается.	***Подготовка к игре.*** Игра проводится на площадке, размеры которой зависят от количества военнослужащих дежурной смены, участвующих в игре. ***Описание игры.*** Две команды, одна команда выстраивается в круг, вторая команда заходит в середину этого круга. У водящих два мяча, они бросают мячи в тех, кто в кругу (отскок от пола не считается, только точное попадание в партнера) их задача выбить всех игроков противоположной команды. Команда, которая в кругу защищается, уклоняется любыми способами, лишь бы их не выбили мячом, если мяч попал в игрока он выходит из круга, на этом его игра закончена. Игра продолжается до тех пор, пока всех не выбьют. Можно играть на время, чтобы легче было выявить победителя. ***Правила игры.*** Запрещается выходить за пределы круга, ловить, отбивать мяч.
«Крестики-нолики»	**«Тяжелый-легкий»**	**«Смена мест»**	**«Армейское регби»**
Подготовка. Игра проводится на площадке 10х3 м. В конце площадки конусами размечается поле для игры. Каждой команде раздаются накидки разного цвета.	***Подготовка.*** Игра проводится на площадке 5х2 м. ***Описание игры.*** Военнослужащие делятся на две команды и строятся напротив друг друга	***Подготовка.*** Игра проводится на площадке, размеры которой зависят от количества военнослужащих дружной смены, участвующих	Подготовка. Игра проводится на площадке с двумя воротами. ***Описание игры.*** Военнослужащие делятся на две команды.

Продолжение таблицы 1

Описание игры. Военнослужащие делятся на две команды, каждая из которых выстраивается в колонну по одному по своему направлению. По сигналу руководителя направляющий каждой из команд осуществляет ускорение до игрового поля, располагает свою накидку в свободной ячейке и возвращается в конец своей колонны. Следующий игрок команды, приняв эстафету, также осуществляет ускорения до игрового поля, располагает свою накидку в свободной ячейке и возвращается в конец своей колонны. ***Правила игры.*** Выигрывает команда, выстроившая из трех накидок прямую или диагональ.	в колонну по одному на расстоянии 5 м. У направляющих в руках находятся мячи (в одной колонне-волейбольный, в другой-медбол). По сигналу руководителя военнослужащие начинают выполнять передачи мяча: медбол - передача от груди, волейбольный мяч - сверху по дуге. После выполнения двух передач военнослужащий меняется со своим партнером, вставая в конец колонны. ***Правила игры.*** Команда, потерявшая мяч, выполняет физическое упражнение.	в игре. ***Описание игры.*** По сигналу руководителя военнослужащие выполняют передачу мяча партнеру справа и начинают ускорение на место военнослужащего, находящегося напротив. ***Правила игры.*** В случае потери мяча военнослужащий выполняет физическую нагрузку.	Двухсторонняя игра в регби проводится по упрощенным правилам. Занос мяча за линию ворот - 3 очка, бросок мяча в ворота - 1 очко. ***Правила игры.*** Выигрывает команда, набравшая больше очков. Запрещается применять грубые приемы в отношении соперника.
«Будь первым» ***Подготовка.*** Посередине площадки проводится линия. Военнослужащие делятся на 2 равные команды, которые становятся в 1 шаге от средней линии. Между военнослужащими на средней линии располагается теннисный мяч. ***Описание игры.*** Руководитель становится сбоку средней линии и подает сигнал. Военнослужащие из различных исходных положений (установленных руководителем) стараются забрать теннисный мяч быстрее противника. ***Правила игры.*** Выигрывает команда, забравшая больше мячей.	**«Поменяй позицию»** ***Подготовка.*** Игра проводится на столе для настольного тенниса. Два военнослужащих располагаются с одной стороны стола, два – с другой. ***Описание игры.*** По сигналу руководителя военнослужащий, находящийся с мячом, выполняет подачу и осуществляет переход на противоположную сторону стола по часовой стрелке. Игрок, совершивший ответный удар по мячу, также выполняет смену на противоположную сторону стола по часовой стрелке. ***Правила игры.*** В случае потери мяча военнослужащий выполняет физическую нагрузку.	**«Удержи снаряд»** ***Подготовка.*** Игра проводится на площадке, размеры которой зависят от количества военнослужащих дежурной смены, участвующих в игре. Военнослужащие делятся на 2 команды. Игра проводится медболом. ***Описание игры.*** По сигналу руководителя команда, владеющая мячом, стремится удержать его как можно дольше. ***Правила игры.*** Военнослужащий, перехвативший мяч (коснувшийся его), заменяет игрока, владеющего мячом последним. Запрещается выполнять более 3 шагов в руках с мячом.	**«Передавай последовательно»** ***Подготовка.*** Игра проводится на площадке, размеры которой зависят от количества военнослужащих дежурной смены, участвующих в игре. Назначаются один (два) водящих. Игра проводится волейбольным мячом. ***Описание игры.*** По команде руководителя военнослужащие начинают выполнять передачи, водящие пытаются перехватить мяч. Передачи должны выполняться в строгой последовательности: «по воздуху» - «с отскоком от площадки». ***Правила игры.*** Военнослужащий, перехвативший мяч (коснувшийся его), заменяет игрока, владеющего мячом последним.

Проверка эффективности применения подвижных игр военно-профессиональной направленности оценивалась показателями уровня физической подготовленности (челночный бег 10х10 м, бег на 1000 м) и психофизиологическими показателями (тест простой зрительно-моторной реакции (ПЗМР) [8], тест определения времени реакции на движущийся объект (РДО), тест критической частоты слияния мельканий (КЧСМ). Результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Показатели уровня физической подготовленности и психофизиологические показатели офицеров из числа операторов дежурных смен комплексов средств автоматизации радиотехнических войск ВКС России перед применением подвижных игр военно-профессиональной направленности и после

Упражнения	до применения (x+m)	после применения (x+m)	Различия
Челночный бег 10х10 м, с	25,8± 0,74	25,3± 0,63	0,5
Бег 1000 м, с	238,2± 2,87	244,4± 2,92	6,2
КЧСМ. Средняя частота при возрастании, гц	37,4± 0,1	37,9± 0,4	0,5
РДО. Число точных реакций	24,9±0,8	32,1±0,4	7,2
ПЗМР. Среднее значение времени реакции, мс	198,6±2,1	192,06±1,7	6,54

Во всех проверяемых показателях были выявлены достоверные улучшения. Так, показатели в челночном беге 10х10 м уменьшились на 0,5 секунды, одновременно с этим среднее значение времени реакции на движущийся объект уменьшилось на 6,54. Наиболее важным результатом применения подвижных игр военно-профессиональной направленности мы считаем число точных реакций, показатели которого увеличились на 7,2 единиц.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

После проведенного нами исследования и внедрения спортивных игр, а также подвижных игр военно-профессиональной направленности в комплексные занятия показатели физической подготовки офицеров из числа операторов дежурных смен комплексов средств автоматизации радиотехнических войск ВКС России улучшились (в быстроте на 0,5 секунды, в выносливости на 6,2 секунды). Таким образом, применение спортивных и подвижных игр в комплексных занятиях по физической подготовке положительно повлияло на основные показатели профессионально важных качеств операторов комплексов средств автоматизации радиотехнических войск ВКС России. Организованный процесс физической подготовки с включением в содержание комплексных занятий подвижных игр военно-профессиональной направленности будет способствовать обеспечению их физической готовности к успешной военно-профессиональной деятельности по предназначению.

ЛИТЕРАТУРА

1. Демьяненко, Ю. К. О значимости различных видов спортивной деятельности для формирования и совершенствования некоторых профессионально важных качеств / Ю. К. Демьяненко // Тез. III Всесоюз. съезда об-ва психол-в СССР. Вып. 2. Т. 3. – М., 1981. – С. 45-47.
2. Джамгаров, Т. Т. О значимости различных видов спортивной деятельности для формирования и совершенствования некоторых профессионально важных качеств / Т. Т. Джамгаров // Тез. II Всесоюз. съезда об-ва психол-в СССР. Вып. 1. Т. 2. – М., 1967. – С. 38–43.

3. Егоров, В. Ю. Спортивные и подвижные игры : учеб. / В. Ю. Егоров, Г. П. Рыбаков, А. А. Тихончук. – СПб.: ВИФК, 2019. – С. 10-12.
4. Егоров, В. Ю. Спортивные и подвижные игры в системе физической подготовки Вооруженных сил Российской Федерации : учеб. пособие / В. Ю. Егоров, Г. П. Рыбаков, А. А. Тихончук. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 49-71.
5. Зыков, А. В. Использование спортивных игр в процессе физической подготовки курсантов летных училищ / А. В. Зыков, В. Л. Пашута, Д. А. Кадяшкин, А. С. Никольская // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2018. – № 3. – С. 130-136.
6. Кадыров, Р. М. Физическая тренировка и работоспособность офицеров / Р. М. Кадыров. – Л. : ВДКИФК, 1984. – 61 с.
7. Марищук, В. Л. Изменение в быстроте действий, выполняемых в условиях распределения и переключения внимания под влиянием гиподинамии и неблагоприятного микроклимата / В. Л. Марищук // Труды КВФФКиС при ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. – Вып. XXX. – 1973. – С. 30-34.
8. Капшанов, Э. Ф. Исследование уровня вестибулярной устойчивости и координационных способностей летного состава / Э. Ф. Капшанов, В. Л. Пашута // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 3 (145). – С. 96-101.

REFERENSES

1. Demyanenko, Yu. K. The importance of various types of sports activities for the formation and improvement of some professionally important qualities / Yu. K. Demyanenko // Proceedings of the 3rd All-Union psychol. soc. – Moscow, 1981. – P. 45-47.
2. Dzhamgarov, T. T. The importance of various types of sports activities for the formation and improvement of some professionally important qualities / T. T. Dzhamgarov // Proceedings of the 2nd All-Union Congress of the psychol. Issue 1. – Vol. 2. – Moscow, 1967. – P. 38-43.
3. Egorov, V. Yu. Sports and mobile games : textbook / V. Yu. Egorov, G. P. Rybakov, A. A. Tikhonchuk. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 10-12.
4. Egorov, V. Yu. Sports and mobile games in the system of physical training of the Russian Armed forces: training manual / V. Yu. Egorov, G. P. Rybakov, A. A. Tikhonchuk. – St. Petersburg : MIPT, 2020. – P. 49-71.
5. Zykov, A. V. Use of sports games in the process of physical training of cadets of flight schools / A. V. Zykov, V. L. Pashuta, D. A. Kadyashkin, A. S. Nikolskaya / Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2018. – No. 3. – P. 130-136.
6. Kadyrov, R. M. Physical training and efficiency of officers / R. M. Kadyrov. – Leningrad : MIPT, 1984. – 61 p.
7. Marishchuk, V. L. Change in the speed of actions performed in terms of distribution and switching of attention under the influence of physical inactivity and adverse climate / V. L. Marishchuk // Proceedings of the P. F. Lesgaft NSU. Issue XXX. – 1973. – P. 30-34.
8. Kapshanov, E. F. The study of vestibular stability and coordination abilities of the aircrew / E. F. Kapshanov, V. L. Pashuta // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2017. – No. 3 (145). – P. 96-101.

УДК 77.03.19

О ПРОЕКТЕ НОВОГО НАСТАВЛЕНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Зыков Андрей Викторович, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, кандидат педагогических наук, профессор, начальник Управления физической подготовки и спорта Вооруженных Сил Российской Федерации, Москва.

THE DRAFT OF THE NEW PHYSICAL TRAINING MANUAL OF THE RUSSIAN ARMED FORCES

Zykov A.V., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Candidate of Pedagogics, Professor, Head of the Physical Training and Sports Department of the Russian Armed Forces, Moscow.

Аннотация:

В статье говорится о роли уровня физической подготовленности военнослужащих в выполнении стоящих перед ними учебно-боевых задач. Подчеркнута недооценка влияния специальной направленности физической подготовки военнослужащих на эффективность военно-профессиональной деятельности. Кратко раскрыто содержание проекта нового Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации. Раскрыты основные задачи общей и специальной физической подготовки. Определены категории и возрастные группы военнослужащих для занятий физической подготовкой. Определены задачи, которые необходимо решить в целях успешной реализации нового Наставления в Вооруженных Силах Российской Федерации.

Ключевые слова:

физическая подготовка, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, возрастные группы.

Abstract:

The article focuses on the role of physical fitness level of servicemen in their fulfilling combat training tasks. The underestimation of the impact of the special orientation of physical training of servicemen on the effectiveness of military professional activity is emphasized. The content of the draft of the new Physical Training Manual in the Russian Armed Forces is briefly described. The main tasks of general and special physical training have been revealed. The categories and age groups of military personnel for physical training have been determined. The tasks that need to be solved in order to successfully implement the new Manual in the Russian Armed Forces have been identified.

Key words:

physical training, general physical training, special physical training, age groups.

ВВЕДЕНИЕ

Гарантированное выполнение учебно-боевых задач военнослужащими всех категорий и специальностей, обусловлено наличием у них высокого уровня физической подготовленности.

Совершенствование физической подготовки напрямую связано с поступательным развитием Вооруженных Сил.

Наряду с изменением средств вооруженной борьбы и способов применения войск, оснащением частей и подразделений современными образцами вооружения и военной техникой систематически меняются и подходы к организации физической подготовки.

Так, с 50-х годов прошлого века начали проводиться научные исследования о влиянии специальной направленности физической подготовки на успешность выполнения должностных обязанностей военнослужащими как в повседневной деятельности, так и в условиях выполнения боевых задач [1, 2]. Впервые принадлежность к конкретной воинской специальности военнослужащего как отражение специальной направленности физической подготовки была учтена в Наставлении по физической подготовке Вооруженных сил СССР (далее – НФП) 1966 года [3]. В дальнейшем на протяжении более 40 лет в Вооруженных Силах Российской Федерации специальная

направленность физической подготовки являлась основой для разработки последующих НФП (НФП–78; НФП–87; НФП–2001) и, как таковой, системы физической подготовки. Начиная с НФП–2009, она была нивелирована (рис. 1) [2, 3, 4].



Рисунок 1 – Этапы совершенствования Наставлений по физической подготовке за последние десятилетия

Однако анализ научно-исследовательских работ и практический опыт профессиональной деятельности специалистов физической подготовки за последние десять лет показывает, что недооценка учета принципа специальной направленности в действующем Наставлении (НФП–2009) значительно затрудняет внедрение в практику физической подготовки войск физических упражнений, учитывающих специфику профессиональной деятельности военнослужащих, а следовательно, снижает эффективность подготовки военнослужащих к выполнению непосредственно профессиональных задач в условиях боевой обстановки [5].

В 2019 году руководством Министерства обороны было принято решение о разработке проекта нового Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах к 2021 году.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Для создания главного нормативного документа – Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах – от специалистов на разных уровнях профессиональной деятельности потребовались совместные действия с учетом вышесказанного по пересмотру существующих подходов к организации и проведению физической подготовки, принятых еще в 2009 году.

В настоящее время завершена разработка проекта нового Наставления. В нем конкретизируется понятийный аппарат по физической подготовке, предусматриваются значительные изменения в организации и содержании физической подготовки.

Прежде всего, в проекте проведено разделение физической подготовки на два раздела: «общая физическая подготовка» и «специальная физическая подготовка».

Общая физическая подготовка будет направлена на развитие основных физических качеств, функциональных возможностей и систем организма военнослужащего, повышение общего уровня работоспособности и его поддержание, а специальная – на формирование и совершенствование у военнослужащих военно-прикладных навыков, умений, повышения функциональных возможностей, определяющих успешность выполнения задач в соответствии с предназначением.

В новом проекте Наставления, в отличие от действующего, увеличено количество кон-

трольных физических упражнений с шестидесяти до ста, и они разделены на контрольные упражнения общей физической подготовки и контрольные упражнения специальной физической подготовки, а также предусмотрено увеличение количества возрастных групп для проведения занятий и выполнения нормативов по физической подготовке – для мужчин с восьми до девяти, для женщин с шести до семи (табл. 1).

Таблица 1 – Изменения, предусмотренные в проекте нового НФП–2021

НФП–2009			**НФП–2021**		
Количество упражнений – 60			**Количество упражнений – 100**		
Категория № 1. Военнослужащие подразделений специального назначения, разведывательных, воздушно-десантных, десантно-штурмовых и морской пехоты.			**Категория № 1.** Военнослужащие боевых подразделений, подразделений боевого обеспечения видов и родов войск, специальных войск, подразделения военной полиции, курсанты военно-учебных заведений, взвода инструкторов по физической подготовке.		
Категория № 2. Личный состав основных подразделений и подразделений боевого обеспечения воинских частей видов (родов войск) Вооруженных Сил, управления соединений, воинских частей; слушатели и курсанты вузов.			**Категория № 2.** Военнослужащие, проходящие военную службу в подразделениях технического, материального обеспечения, медицинских подразделениях, военных оркестров.		
Категория № 3. Военнослужащие подразделений МТО, медицинского обеспечения, ремонта и обслуживания, органов военного управления.			**Категория № 3.** Военнослужащие, проходящие военную службу в органах военного управления, управлениях воинских частей (подразделений) и им равных, организациях, постоянный состав и слушатели военно-учебных заведений, военнослужащие женского пола.		
Возрастные группы	**Мужчины**	**Женщины**	**Возрастные группы**	**Мужчины**	**Женщины**
1	до 25 лет	до 25 лет	1	до 25 лет	до 25 лет
2	25-29 лет	25-29 лет	2	25-29 лет	25-29 лет
3	30-34 года	30-34 года	3	30-34 года	30-34 года
4	35-39 лет	35-39 лет	4	35-39 лет	35-39 лет
5	40-44 года	40-44 года	5	40-44 года	40-44 года
6	45-49 лет	45-49 лет	6	45-49 лет	45-49 лет
7	50-54 года	–	7	50-54 года	50 лет и старше
8	55-59 лет	–	8	55-59 лет	–
9	–	–	9	60 лет и старше	

Значительные изменения претерпели требования к оценке уровня физической подготовленности военнослужащих, в том числе кандидатов, поступающих в военные академии.

Предложены новые контрольно-проверочные комплексы, в которых учтены особенности воинских специальностей. В качестве примера в таблице 3 представлено содержание контрольно-проверочных комплексов для военнослужащих мотострелковых подразделений (категория № 1).

Таблица 3 – Содержание контрольно-проверочных комплексов для военнослужащих мотострелковых подразделений

Контрольно-проверочный комплекс (КПК)	**Разделы физической подготовки**		
	Общая физическая подготовка	**Специальная физическая подготовка**	
	2 упражнения на выбор	**2 упражнения**	
КПК № 1	сила, выносливость	комплекс РБ (начальный) или челночный бег в экипировке	ОКУ на ЕПП или комплексное упражнение
КПК№ 2	сила, быстрота	метание гранаты на точность или дальность	марш-бросок на 5 км (марш-бросок на лыжах на 5 км) или комплексное упражнение
КПК № 3	быстрота, гибкость	комплекс РБ (общий) или бег со стрельбой и метанием гранаты	ОКУ на ЕПП или комплексное упражнение
КПК № 4	ловкость, выносливость	бег 40 м со сменой направления или бег 60 м в экипировке	ОКУ на ЕПП или плавание в обмундировании с оружием

Количество контрольных проверок по физической подготовке сокращено до двух в год, при этом контрольные проверки проводятся только комиссиями, в ведомостях расписываются не менее трех должностных лиц. Принцип самостоятельного выбора физических упражнений из предложенных для военнослужащих по контракту будет сохранен.

С целью обоснования эффективности предложенных подходов к организации физической подготовки в Вооруженных Силах в 2020 году было организовано два этапа практической апробации проекта нового Наставления: привлечено к испытаниям более 18 тысяч военнослужащих из 120 воинских частей и организаций Минобороны России, апробированы все 100 новых физических упражнений и получено более 90 тысяч результатов, на основании которых разработаны нормативные требования к оценке упражнений. Проведена проверка уровня физической подготовленности военнослужащих, состояния физической подготовки подразделений с применением установленных контрольно-проверочных комплексов. По итогам работы в проект НФП внесены необходимые корректировки. Заключительный третий этап апробации спланирован в период с 1 февраля по 30 апреля 2021 года, основными задачами которого являются: организация в масштабе всей воинской части проверки действенности и приемлемости основных положений системы управления физической подготовкой (руководство, организация и обеспечение), уточнение перечня и содержания упражнений, включаемых в учебные программы по физической подготовке для всех групп воинских специальностей и категорий военнослужащих, проверка и оценка

физической подготовленности военнослужащих, состояния физической подготовки подразделений и воинских частей. В работу будет вовлечено 25 воинских частей от каждой родовой составляющей, специальные войска и военно-учебные заведения Министерства обороны Российской Федерации с общем количеством личного состава более 30 тысяч человек.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Конечно, следует иметь в виду, что реализация нового НФП в Вооруженных Силах потребует большого объема работы по внесению изменений и уточнению в ряде других нормативных документов, так до конца текущего года необходимо издать приказ Министра обороны Российской Федерации, определяющий порядок проведения спортивных соревнований, утвердить Руководства по физической подготовке в видах Вооруженных Сил и родах войск Вооруженных Сил Российской Федерации, а также разработать новые программы физической подготовки для воинских подразделений.

Качественное выполнение всех поставленных на 2021 год задач позволит в последующие годы организовать эффективный процесс физического совершенствования военнослужащих с учетом современного этапа развития Вооруженных Сил.

ЛИТЕРАТУРА

1. Сорокин, В. П. Анализ подходов к оценке профессионально важных физических качеств военнослужащих / В. П. Сорокин, А. М. Андросов, В. В. Горохов, П. К. Кузнецов, Ю. В. Яковлев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 11 (165). – С. 322-325.
2. Сорокин, В. П. Ретроспективный анализ специальной направленности физической подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации / В. П. Сорокин, А. М. Андросов, В. В. Горохов, П. К. Кузнецов, Ю. В. Яковлев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 11 (165). – С. 325-329.
3. Наставление по физической подготовке Вооруженных Сил СССР (НФП-66). – М. : Военное издательство МО СССР, 1966. – 351 с.
4. Наставление по физической подготовке в ВС РФ (НФП-2009). – СПб. : Типография военного института физической культуры, 2009. – 200 с.
5. Миронов, В. В. Состояние научной обоснованности физической подготовки военнослужащих РВСН / В. В. Миронов, А. Н. Чиргин, Д. В. Чернов, Д. Г. Герасимов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 2. – С. 13-16.

REFERENSES

1. Sorokin, V. P. Analysis of approaches to assessing professionally important physical qualities of military personnel / V. P. Sorokin, A. M. Androsov, V. V. Gorokhov, P. K. Kuznetsov, Yu. V. Yakovlev // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2018. – No. 11 (165). – P. 322-325.
2. Sorokin, V. P. Retrospective analysis of the special orientation of physical training in the Armed Forces of the Russian Federation / V. P. Sorokin, A. M. Androsov, V. V. Gorokhov, P. K. Kuznetsov, Yu. V. Yakovlev // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2018. – No. 11 (165). – P. 325-329.
3. The Physical Training Manual of the USSR Armed Forces (PTM-66). – M. : Military publishing house of the USSR Ministry of Defense, 1966. – 351 p.
4. The Physical Training Manual on physical training in the Russian Armed Forces (PTM-2009). – St. Petersburg : Printing house of the Military Institute of Physical Training, 2009. – 200 p.
5. Mironov, V. V. The state of scientific substantiation of physical training of military personnel of the Strategic Missile Forces / V. V. Mironov, A. N. Chirgin, D. V. Chernov, D. G. Gerasimov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 2. – P. 13-16.

УДК 796.89:356.169

ОСОБЕННОСТИ ВЕДЕНИЯ РУКОПАШНОЙ СХВАТКИ В СРЕДСТВАХ ЭКИПИРОВКИ И БРОНЕЗАЩИТЫ

Картамышев Дмитрий Алексеевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Исламов Владимир Александрович, доктор педагогических наук, доцент, начальник кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Глуханьков Александр Петрович, тренер по боксу Спортивной федерации бокса Санкт-Петербурга, Санкт-Петербург;

Кирюхин Сергей Александрович, начальник инструкторской группы преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

FEATURES OF HAND-TO-HAND COMBAT IN EQUIPMENT AND ARMOR PROTECTION TOOLS

Kartamyshev D.A., Candidate of Pedagogics, Associate Professor at the Department of overcoming obstacles and hand-to-hand combat, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Islamov V.A., Doctor of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Department of overcoming obstacles and hand-to-hand combat, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Glukhankov A.P., Boxing coach, Sports Boxing Federation of Saint-Petersburg, St. Petersburg;

Kiryukhin S.A., Head of the overcoming obstacles and hand-to-hand combat instructor group, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье представлены особенности обучения ведению рукопашной схватки с учетом выполнения ударных действий атакующего характера как с оружием, так и без оружия по участкам тела противника, не защищенным боевой экипировкой и бронезащитой, а также определяется подбор приемов и действий, приносящих максимальный поражающий эффект. В статье дается оценка эффективности особенностей ведения рукопашной схватки с противником, находящимся в средствах экипировки, бронезащиты, классифицируются группы приемов и действий рукопашного боя с учетом технической корректировки по уязвимым областям человеческого тела.

Ключевые слова:

рукопашный бой, приемы и действия рукопашного боя, средства экипировки и бронезащиты, комбинационная техника, уязвимые участки экипировки.

Abstract:

The article presents the hand-to-hand combat training peculiarities, taking into account the attack actions performance of an attacking nature both with and without weapons in sections of the enemy's body that are not protected by combat equipment and armored protection, and also determines the selection of techniques and actions that bring the maximum damaging effect. The assessment of the hand-to-hand combat features effectiveness with the enemy, equipped and armored protected is presented. Groups of hand-to-hand combat techniques and actions are classified taking into account technical adjustment by vulnerable areas of the human body.

Key words:

hand-to-hand combat, techniques and actions of hand-to-hand combat, equipment and armored protection, combination technique, vulnerable areas of equipment.

ВВЕДЕНИЕ

Анализ использования различных видов экипировки и бронезащиты в Вооруженных силах Российской Федерации (далее в ВС РФ) и в армиях зарубежных стран [6-13], а именно их влияния на физическую подготовленность военнослужащих, позволил выявить ряд закономерностей, определяющих влияние средств боевой экипировки и бронезащиты на особенности методики обучения приемам и действиям рукопашного боя [1-5].

Вероятность проведения рукопашной схватки как таковой в момент проведения боевых действий общевойсковых подразделений на поле боя маловероятна, но все же есть задачи, целью которых является обезвредить противника без привлечения постороннего внимания, либо необходимо устранить живой объект без применения огнестрельного оружия. Здесь необходимым средством выступают навыки ведения рукопашного боя как с оружием, так и без оружия: в зависимости от задачи, решаемой подразделением. Учитывая укомплектованность всех военнослужащих средствами боевой экипировки и бронезащиты, характер стандартной техники нанесения атакующих действий становиться малоэффективеным. Это связано с тем, что большая часть области тела военнослужащего закрыта средствами бронезащиты, и лишь малая ее часть является уязвимой. Для эффективного ведения рукопашной схватки с противником, облаченным в боевую экипировку и бронезащиту, следует скорректировать технику нанесения ударных действий и определить уязвимые области поражения на теле. Данные технические дополнения позволят повысить эффективность поражающих действий ударного характера.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Арсенал атакующих действий как с оружием, так и без оружия в отечественной системе подготовки военнослужащих по рукопашному бою очень разнообразен, но не все из них можно эффективно применять к противнику в боевой экипировке и бронезащите. Конечный эффект каждого приема или действия должен нести максимальный урон противнику, поэтому фазой завершения ударного действия должны быть уязвимые и открытые (не защищенные боевой экипировкой и бронезащитой) участки тела. Поэтому, при обучении военнослужащих приемам и действиям рукопашного боя, для эффективного ведения рукопашной схватки, на наш взгляд, необходимо руководствоваться тремя условиями.

Первое условие – осуществлять обучение на первом этапе подготовки военнослужащих только ведению поединка с оружием, так как оно всегда находится в руках, либо на теле, и в любой момент при непосредственном столкновении с противником его можно перевести в удобное для ведения рукопашной схватки положение и начать атакующие действия.

Второе условие – сместить акценты в обучении приемам и действиям на атакующую ударную технику. Это позволит значительно повысить эффективность характера рукопашной схватки. Начиная атаку первым, военнослужащий сокращает время, требуемое противнику для оценки сложившейся обстановки, и не позволяет рационально на нее отреагировать. Атакующие ударные действия, по сравнению с защитными, всегда являлись неоспоримым средством для достижения преимущества при ведении поединка.

Третье условие – это подбор ряда приемов и действий как с оружием, так и без оружия, приносящих максимальный поражающий эффект (нанесение ударных действий по участкам тела противника, не защищенным боевой экипировкой и бронезащитой).

Соблюдение данных условий при обучении позволит значительно повысить уровень подготовленности военнослужащего по рукопашному бою и сформировать навык ударных атакующих действий, направленных непосредственно по уязвимым участкам тела противника.

При рассмотрении приемов и действий именно атакующего характера, направление которых можно подвергнуть технической коррекции так, чтобы они наносились по открытым участкам тела противника, не защищенного боевой экипировкой и бронезащитой, мы отобрали следующие группы приемов.

Первая группа – ударные действия с автоматом (рис. 1):

– удар стволом (штыком) в горло, лицо;
– удар прикладом сбоку;
– удар затыльником приклада;
– удар магазином;
– удар стволом в область шеи.



Рисунок 1 – Ударные действия с автоматом по участкам тела противника, не защищенным боевой экипировкой и бронезащитой

Основные ударные действия с автоматом по участкам тела противника, не защищенным боевой экипировкой и бронезащитой, представленные на рисунке 1, наносятся исключительно только в область головы (шеи) и осуществляют сокрушительное воздействие на противника. Для достижения максимального эффекта данных ударных действий необходимо их выполнять комбинационно, в любой удобной последовательности. Комбинационные атаки в отличие от одиночных ударных действий, обеспечивают максимальный поражающий эффект. Несколько последовательных ударов, нанесенных автоматом в голову противника, достигнувшие цели, нанесут максимальные травматические повреждения и не позволят противнику эффективно вести рукопашную схватку.

Вторая группа – ударные действия без оружия (рис. 2):

– удары руками в голову;

– удар ногой в пах.



Рисунок 2 – Ударные действия без оружия по участкам тела противника, не защищенным боевой экипировкой и бронезащитой

Основные ударные действия без оружия по участкам тела противника, не защищенным боевой экипировкой и бронезащитой, представленные на рисунке 2, наносятся в область головы и в пах, являющимися самыми уязвимыми участками поражения для выполнения ударов руками и ногами. При сложившейся обстановке, когда в рукопашной схватке невозможно применить оружие как подручное средство для атакующих действий, единственной возможностью является применение ударных действий руками и ногами по не защищенным боевой экипировкой и бронезащитой областям тела противника. Для достижения максимального эффекта данных ударных действий необходимо их выполнять комбинационно, также в любой удобной последовательности ударов рук и ног. В реальных условиях ведения рукопашной схватки основной тактикой применения ранее сформированных навыков является поражение противника одной отработанной до автоматизма комбинацией, а это

предъявляет совершенно другие требования к методике обучения военнослужащих рукопашному бою.

Использование комбинационной техники атакующих действий по участкам тела противника не защищенным боевой экипировкой и бронезащитой позволит более эффективно вести поединок, обрушивая на противника последовательно несколько ударов, как при атакующих действиях, так и при контратаках. Сам факт, что обучение ударным действиям комбинационного характера всегда будет более эффективным, чем обучение одиночным ударам, не требует логического подтверждения. Способы комбинирования ударной техники могут быть изменены в любой момент, в зависимости от складывающейся обстановки, требующей навыков, приспособленных к конкретной ситуации, возникающей в боевой обстановке.

Третья группа – способы добивания (рис. 3):

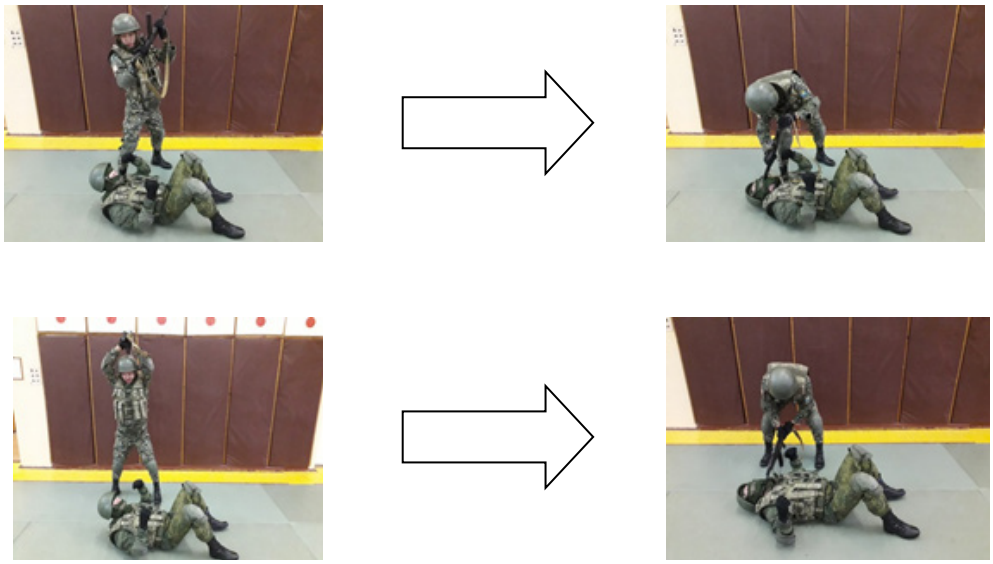


Рисунок 3 – Способы добивания противника

Ударные действия, направленные на добивание противника, представленные на рисунке 3, наносятся исключительно только в область головы (шеи). В боевых условиях в ходе рукопашной схватки после нанесения ряда атакующих ударных действий как с оружием, так и без оружия, и временно нейтрализовав противника, следует решить окончательную задачу боя – его уничтожение. Для нанесения окончательного поражающего ударного действия, чтобы обеспечить уничтожение противника, необходимо использовать силу максимальной мощности, для этого необходимо задействовать крупные мышцы тела и соблюдать четкую координацию движения. Чтобы добиться данных результатов, необходимо при добивании противника выполнить максимальный замах и нанести ударное действие с максимальным силовым усилием, как показано на рисунке 3.

Если при подготовке военнослужащих по рукопашному бою использовать вышеперечисленные условия в обучении, а также скорректировать технику выполнения отобранных нами приемов атакующего характера, ударные действия которых направленны непосредственно по участкам тела противника, не защищенного боевой экипировкой и бронезащитой, выполняемые комбинационным способом, то это позволит значительно увеличить эффективность применения навыков рукопашного боя в боевых условиях [1, 4].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Реализация особенностей ведения рукопашной схватки в средствах экипировки и бронезащиты, заключающаяся в ударных действиях, выполняемых по участкам тела противника, не защищенным боевой экипи-

ровкой и бронезащитой, будет способствовать максимальному уничтожению противника при непосредственном соприкосновении на поле боя, что позволит повысить качество выполнения поставленных перед военнослужащими боевых задач [1, 3, 5].

ЛИТЕРАТУРА

1. Картамышев, Д. А. Комплексирование занятий рукопашным боем с занятиями по предметам боевой подготовки / Д. А. Картамышев, С. Н. Мехед, В. Э. Берлинде, Е. Л. Матвеев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 1. – С. 78-81.
2. Картамышев, Д. А. Результаты апробации комплекса рукопашного боя РБ-Специальный для военнослужащих вооруженных Сил Российской Федерации / Д. А. Картамышев, П. А. Кузин, В. А. Исламов, С. Н. Мехед // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С. 124-128.
3. Исследование физических нагрузок и нервно-эмоциональных напряжений у военнослужащих в ходе современной боевой подготовки на оперативно-стратегических учениях ВС РФ: отчет о НИР / Б. В. Ендальцев. – СПб. : ВИФК, 2015. – 103 с.
4. Киреев, С. П. Подготовка спортсменов-рукопашников с применением комбинационной техники выполнения приемов из различных единоборств : дис. ... канд. пед. наук / С. П. Киреев. – СПб., 1997. – 197 с.
5. Обвинцев, А. А. Страницы истории рукопашного боя в России / А. А. Обвинцев, С. М. Ашкинази, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2012. – № 5 (18). – С. 5-10.
6. Пашута, В. Л. Факторы, определяющие необходимость использования специального снаряжения для обучения военнослужащих ведению боевых действий / В. Л. Пашута, А. П. Греков // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2013. – № 4 (98). – С. 113-116.
7. Боцман, О. С. Некоторые особенности физической подготовки войск, предназначенных для ведения боевых действий за пределами Российской Федерации / О. С. Боцман, С. А. Трапезников, В. Л. Пашута, В. А. Беляев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 2. – С. 43-48.
8. Зыков, А. В. Характеристика и боевые возможности личного состава вооруженных сил Саудовской Аравии / А. В. Зыков, О. С. Боцман, В. А. Щеголев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 32-36.
9. Трапезников, С. А. Организация физической подготовки военнослужащих вооруженных сил Великобритании / С. А. Трапезников, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 120-124.
10. Трапезников, С. А. Характеристика и боевые возможности подразделений специальных операций военно-морских сил Ирана / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 86-89.
11. Трапезников, С. А. Система подготовки офицерского состава вооруженных сил Италии / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 52-55.
12. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка подразделений сил специального назначения ведущих стран НАТО : монография / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2019. – 141 с.
13. Щеголев, В. А. Характеристика и основные задачи подразделений сил специальных операций армии Пакистана / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В.Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 268-272.

REFERENCES

1. Kartamyshev, D. A. Hand-to-hand fighting and combat training classes combination / D. A. Kartamyshev, S. N. Mekhed, V. E. Berlinde, E. L. Matveev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 1. – P. 78-81.
2. Kartamyshev, D. A. Hand-to-hand special complex approbation results for the military of the Russian Armed Forces / D. A. Kartamyshev, P. A. Kuzin, V. A. Islamov, S. N. Mekhed // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 4. – P. 124-128.

3. The study of physical loads and neuro-emotional stresses the military personnel in the modern combat training course at the operational strategic exercises of the Russian Armed Forces : scientific research report / B. V. Endaltsev. – St. Petersburg : MIPT, 2015. – P. 103.
4. Kireev, S. P. Hand-to-hand athletes' training by the different combat sports techniques : abstract of PhD thesis / S. P. Kireev. – St. Petersburg : MIPT, 1997. – P. 197.
5. Obvintsev, A. A. The history of hand-to-hand combat in Russia / A. A. Obvintsev, S. M. Ashkinazi, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2012. – No. 5 (18). – P. 5-10.
6. Pashuta, V. L. Factors demanding the special equipment use for training the military personnel in performing combat operations / V. L. Pashuta, A. P. Grekov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2013. – No. 4 (98). – P. 113-116.
7. Botsman, O. S. Certain specificities of physical training of the troops to combat outside the Russian Federation / O. S. Botsman, S. A. Trapeznikov, V. L. Pashuta, V. A. Belyaev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 2. – P. 43-48.
8. Zykov, A. V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the armed forces of Saudi Arabia / A.V. Zykov, O. S. Botsman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
9. Trapeznikov, S. A. Organization of physical training of military personnel of the armed forces of Great Britain / S.A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of power structures: problems, experience, prospects : materials of the all-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 120-124.
10. Trapeznikov, S. A. Characteristics and combat capabilities of special operations units of the Iranian Navy / S.A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 86-89.
11. Trapeznikov, S. A. Training System for officers of the Italian armed forces / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V.L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 52-55.
12. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of leading NATO countries : monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
13. Shchegolev, V. A. Characteristics and main tasks of the units of the special operations forces of the Pakistan Army / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Suschenko // Russian Defense Ministry : Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2020. – P. 268-272.

УДК 796.89:356.169

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ СПОРТСМЕНОВ ГИРЕВИКОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕНАЖЕРА

Рыжков Антон Николаевич, преподаватель кафедры физической подготовки, Дальневосточное высшее общевойсковое командное училище им. Маршала Советского союза К.К. Рокоссовского, Благовещенск;

Косьмин Иван Васильевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики атлетизма, НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург;

Евдокимов Вячеслав Генаэльевич, доктор технических наук, профессор кафедры управления подразделениями в мирное время, Дальневосточное высшее общевойсковое командное училище им. Маршала Советского союза К.К. Рокоссовского, Благовещенск.

IMPROVING THE TECHNIQUE OF COMPETITIVE EXERCISES FOR WEIGHTLIFTERS USING A SIMULATOR

Ryzhkov A.N., Lecturer at the Department of physical training, the Far Eastern Rokossovsky higher combined-arms command school, Blagoveshchensk;

Kosmin I.V., Candidate of Pedagogics, Associate Professor at the Department of theory and methodology of athleticism, the Lesgaft NSU, Saint Petersburg;

Evdokimov V.G., Doctor of Technical Sciences, Professor at the Department of units management in peacetime, the Far Eastern Rokossovsky higher combined arms command school, Blagoveshchensk.

Аннотация:

В предложенной работе проведен анализ взаимосвязей техники выполнения соревновательных упражнений, проявляемых технических ошибок и способов их коррекции. Оценка эффективности предложенных упражнений на разработанном тренажерном устройстве определялась путем регистрации изменений отклонения траектории поднятия снаряда спортсменом.

Предложенные упражнения позволили повысить эффективность выполнения оцениваемых двигательных действий в тренировочном процессе спортсменов гиревиков.

Ключевые слова:

гиревой спорт, толчок, рывок, тренажер, корректировка техники в гиревом спорте, определяющий результат в гиревом спорте.

Abstract:

An analysis of the relationship between the technique of performing competitive exercises, technical errors and ways to correct them is carried out in the paper. Assessment of the effectiveness of the proposed exercises on the developed training device was determined by registering changes in the deviation of the trajectory of lifting the kettlebell by an athlete.

The proposed exercises allowed to increase the efficiency of performing the evaluated motor actions in the training process of weightlifters.

Key words:

kettlebell sport, push, jerk, simulator, correction of equipment in kettlebell sport, determining the result in kettlebell sport.

ВВЕДЕНИЕ

В современном спорте одним из главных компонентов успешной соревновательной деятельности является правильная техническая подготовка. В этой связи совершенствование техники основных соревновательных упражнений путем применения различных технических средств является одним из наиболее эффективных способов повышения результативности соревновательной деятельности. На данный момент большинство современных тренажеров в области гиревого спорта направлены на развитие физических качеств спортсменов, однако результативность в этом виде спорта напрямую связана с уровнем развития технической подготовленности. Учитывая вышесказанное, становится актуальным поиск, разработка и оценка эффективности применения тренажерных устройств, направленных на совершенствование техники соревновательных упражнений в гиревом спорте. Задачами исследования являлась разработка тренажера, упражнений для совершенство-

вания техники спортсмена гиревика на нем и определение уровня эффективности.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Перед началом исследования нами были выявлены основные ошибки спортсменов гиревиков во время выступления на соревнованиях при помощи видеоанализа.

Толчок: 1. В стартовом положении для толчка от груди локти слишком сильно разведены в стороны. Эта ошибка снижает эффективность выталкивания гирь. 2. Гири неудобно лежат на груди, это не позволит эффективно выполнять толчок от груди в момент выталкивания. 3. Гири сваливаются с груди, в этом случае нарушается жесткость выполнения упражнения, руки излишне включаются в работу и быстро устают. 4. Неполное выпрямление ног при выталкивании гирь сгруди, в этом случае атлет выталкивает гири на недостаточную высоту. Чтобы удержать их вверху, приходится делать более низкий «полуподсед», что часто приводит к потере равновесия и излишнему напряжению мышц. Толчок не экономичен.

Рывок: 1. Слишком ранний подрыв. Атлет в этом случае выполняет одно из основных движений рывка из менее удобного положения. Теряется мощность и хлесткость подъема. 2. Неполное выпрямление ног и туловища в подрыве. Атлет спешит быстрее подсесть, «Не раскрывается». Движение получается незаконченным, гиря поднимается на недостаточную высоту, приходится делать более глубокий «полуподсед», затрудняется удерживание гири вверху. 3. Подрыв в рывке выполняют только спиной. Подобное выполнение является не рациональным с точки зрения реализации мышечных усилий.

В ходе исследования использовались упражнения для совершенствования основных соревновательных упражнений (рывок и толчок) на тренажере (рис. 1). В процессе исследования оценивалась динамика количества подъемов спортсменов при использовании специального тренажерного устройства, которая выявлялась после выступления на соревнованиях. Использование тренажерного устройства считалось эффективным, если соревновательный результат спортсмена был значительно выше, чем на предыдущем старте.

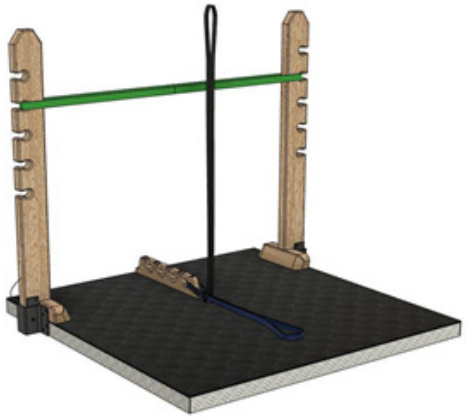


Рисунок 1 – Модель тренажерного устройства

Конструкция состоит из квадратной платформы, состоящей из металла и дерева. К нему прикреплены крепления для фиксации съемных боковых стоек, на которых в основании имеются вырезы для регуляции высоты положения эластичных резинок горизонтально полу. Между собой секции фиксируются металлическими втулками по бокам. Поверх поля находится резиновое покрытие, необходимое для сцепления и амортизации, где между боковых стоек расположено крепление, регулирующее длину эластичной резинки, входящее в кольцо крепления для централизации их.

Перед началом выполнения упражнения спортсмен встает на помост с гирей и определяет оптимальное расстояние постановки стоп от линии нахождения спортивной эластичной резинки. Также устанавливает спортивную эластичную резинку на нужную для него высоту (для подрыва гири, примерно 30 градусов, чуть выше коленного сустава). Все эти действия производятся в соответствии

индивидуальными антропометрическими данными занимающегося.

Выполнение упражнения (рис. 2) начиналось по команде «старт», спортсмен выполняет два маха гирей до уровня эластичной резинки, касаясь ее гирей, совершая при этом «полноценную прокачку», выпрямляя ноги в коленном суставе в конечном положении прокачки (прокачка гири от конечного положения до момента подрыва выполняется без приложения каких-либо усилий, гиря движется по инерции, сгибаются при этом ноги в коленном суставе); на третий мах спортсмен должен выполнить силовое движение плечом и спиной

в момент касания гирей резинки (подрыв); в положении гири после подрыва на 45 градусов спортсмен раскрывает слегка кисть для выполнения «просова» гири, сгибая при этом руку в локтевом суставе; далее подает плечо вперед и совершает фиксацию гири на выпрямленной руке, выпрямляя при этом еще и ноги.

Упражнение может выполняться с разными весами гирь в зависимости от уровня подготовленности занимающегося. Данное упражнение может применяться в тренировочном процессе как в начале тренировки перед выполнением основных соревновательных упражнений в качестве разминки, так и в виде основного тренировочного упражнения.



1

1. Фаза прохождения гири по амплитуде, конечная точка, ноги и спина прямые, плечи немного разворачиваем в сторону рвущей руки, гиря двигается по инерции до фазы подрыва.



2

2. Фаза прохождения гири по амплитуде, положение плеча перед подрывом, рука прямая, ноги слегка согнуты, усилия не прикладываются.



3

3. Начало фазы подрыва, в момент касания гирей эластичной резинки, рука прямая, в этот момент плечо со спиной начинают двигаться назад, ноги слегка согнуты.



4

4.Фаза подрыва, направление работы плеча.



5

5.Фаза подрыва, дорабатываем плечом, немного сгибая при этом руку в локтевом суставе, раскрываем кисть для выполнения «просова», переносим вес тела на противоположную сторону рвущей руки.



6

6. Фаза фиксации гири, плечо перед этим подаем вперед, выпрямляем ноги в коленных суставах, рука в локтевом суставе прямая, локоть чуть-чуть смотрит вперед.

Рисунок 2 – Техника выполнения упражнения в предложенном тренажерном устройстве

Установив эластичную резинку на оптимальную длину, выбрав правильное положение, гиревик, соединив резинки друг с другом, фиксирует резинку вокруг предплечий, устанавливая локти на животе (рис. 3). Тренер подает ему гири. Далее по командам тренера «раз, два, три…» либо «толчок» спортсмен выполняет упражнение «полутолчок» гирь. Последовательность выполнения упражнения: выполняется подсед перед выталкиванием; выталкивание гирь, при этом спортсмен встает на носки, ноги в коленном суставе выпрямляются, гири выталкиваются прямо вверх, локти смотрят вперед, гиревик зависает на мгновение в этом положении; далее идет опускание гирь, локти прямым ходом на живот (при этом мы должны по касательной задеть плечи ядром гири, для смягчения опускания), спортсмен уходит во второй подсед, сгибая немного ноги в коленном суставе и сразу выпрямляя их (тем самым обеспечивая плавность опускания локтей на живот).



1. Фаза фиксации гирь в нижнем положении, расположение локтей, ноги прямые.
2. Фаза подседа перед выталкиванием гирь, на данном рисунке мы видим, что эластичная резинка, находящаяся вокруг предплечий, не допускает отрыву и разведению локтей перед выталкиванием.
3. Фаза выталкивания гирь, выход на носки, ноги прямые, гири направленны прямо и вверх, локти не разведены в стороны и смотрят вперед.
4. Фаза опускания гирь, локти прямо и вниз на живот, ноги слегка сгибаем с дальнейшим выпрямлением.

Рисунок 3 – Фазовый состав упражнения

Для педагогического эксперимента было сформировано 2 группы (контрольная и экспериментальная) по 10 человек, в каждую группу вошли спортсмены гиревики одного возраста и уровня спортивного мастерства. С целью обеспечения равномерности распределения испытуемых в контрольную и экспериментальную группы, проводился анализ и отбор спортсменов после выступления на соревнованиях. Полученные данные соревновательной деятельности спортсменов до эксперимента не имели достоверных различий ($p>0,05$), что давало возможность объективно оценивать данные экспериментальной методики (табл. 1, 2).

В качестве основного теста использовались специальные упражнения (рис. 1, 2) на тренажере после основной тренировки. Предварительные эксперименты показали, что использование тренажера способствует повышению результатов.

Таблица 1 – Сводная таблица средних показателей спортсменов гиревиков после использования упражнений для «рывка» на тренажере, контрольной и экспериментальной групп

РЫВОК				
	ДО		После	
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
M±m	112,2±23,2	113,3±20,5	126,7±23,2	144,7±18,7
p-value	p>0,05		**p≤0,05**	

Таблица 2 – Сводная таблица средних показателей спортсменов гиревиков после использования упражнений для «толчка» на тренажере, контрольной и экспериментальной групп

ТОЛЧОК			
ДО		После	
КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
82,3±22,4	81,2±17,9	88,8±21,4	105,8±18,5
p>0,05		**p≤0,05**	

Включение в тренировочную программу тренажера привело к увеличению количества повторений в толчке и рывке в экспериментальной группе. В контрольной группе, где подготовка проходила по стандартной методике значительных изменений не выявлено. Полученные данные статистически достоверны (p≤0,05). Разработанный нами тренажер для совершенствования основных соревновательных упражнений показал свою эффективность при включении в тренировочную программу и может быть рекомендован для широкого использования в практической работе. Полученные данные позволяют сделать заключение о том, что коррекция технической подготовленности гиревиков исследуемой квалификации путем применения моделирующей тренировки на тренажере позволяет повысить техническую подготовленность спортсменов, как следствие их результативность в основных соревновательных упражнениях.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Применение предложенного тренажерного устройства для совершенствования техники основных соревновательных упражнений позволяет повысить эффективность выполнения оцениваемых двигательных действий в тренировочном процессе спортсменов гиревиков.

2. Разработанные нами упражнения способны оказать необходимый моделирующий эффект на техническую составляющую подготовленности спортсменов, а именно их применение позволит совершенствовать траектории поднятия снаряда спортсменом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Косьяненко, С. И. Гиревой спорт 2019: справочник календарь / С. И. Косьяненко. – 2019. – 450 с.
2. Горбанева, Е. П. Функциональные свойства подготовленности спортсменов и их оптимизация : монография / Е. П. Горбанева, И. Н. Солопов, Н. Н. Сентябрев [и др.]. – 2009. – С. 183.
3. Волков, П. Б. Гиревой спорт: педагогический, социальный и методический аспекты / П. Б. Волков, С. А. Бронников, С. А. Мишин, Ф. М. Салахиев // Международный журнал экспериментального образования. – 2011. – № 12. – С. 28.
4. Сторчевой, Н. Ф. Гиревой спорт в аграрных вузах РФ : учеб. пособие / Н. Ф. Сторчевой, Н. Н. Кадиров. – М. : МГАУ им. В.П. Горячкина, 2011. – 150 с.
5. Хомяков, Г. К. Комплексное развитие силовых качеств как средство достижения пика спортивной формы в гиревом спорте / Г. К. Хомяков // Вестник Иркутского государственного технического университета. – 2013. – № 5 (76). – С. 299-309.

REFERENSES

1. Kosyanenko, S. I. Kettlebell lifting 2019 : reference calendar / S. I. Kosyanenko. – 2019. – 450 p.
2. Gorbaneva, E. P. Functional properties of athletes ‘ fitness and their optimization : Monograph / E. P. Gorbaneva, I. N. Solopov, N. N. Sentyabrev [et al.]. – 2009. – 183 p.
3. Volkov, P. B. Kettlebell lifting: pedagogical, social and methodological aspects / P. B. Volkov, S. A. Bronnikov, S. A. Mishin, F. M. Salakhiev // International journal of experimental education. – 2011. – No. 12. – P. 28.
4. Storchevoy, N. F. Kettlebell lifting in agricultural universities of the Russian Federation : textbook / N. F. Storchevoy, N. N. Kadirov. – Moscow : the Goryachkin MSAU, 2011. – 150 p.
5. Khomyakov, G. K. Complex development of power qualities as a means of achieving the peak of sports form in kettlebell lifting / G. K. Khomyakov // Bulletin of Irkutsk State Technical University. – 2013. – No. 5 (76). – P. 299-309.

УДК [378.147:004]:355.232.6

ТЕХНИЧЕСКИЕ УСТРОЙСТВА КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ТРЕНИРОВКИ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ВОЕННОЙ АКАДЕМИИ

Михаил Иван Иванович, кандидат педагогических наук, профессор, начальник кафедры физической подготовки, Военная академия связи, Санкт-Петербург;

Сорокин Василий Петрович, доктор педагогических наук, профессор, кафедра физической подготовки, Военная академия связи, Санкт-Петербург;

Андросов Александр Михайлович, кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры физической подготовки, Военная академия связи, Санкт-Петербург;

Тимофеев Илья Юрьевич, преподаватель кафедры физической подготовки, Военная академия связи, Санкт-Петербург.

TECHNICAL DEVICES AS A MEANS OF IMPROVING THE QUALITY OF INDEPENDENT PHYSICAL TRAINING OF CADETS AND STUDENTS OF THE MILITARY ACADEMY

Mikhail I.I., Candidate of Pedagogics, Professor, Colonel, Head of the Department of Physical Training, Military Academy of Communications, St. Petersburg;

Sorokin V.P., Doctor of Pedagogics, Professor, Department of Physical Training, Military Academy of Communications, St. Petersburg;

Androsov A.M., Candidate of Pedagogics, Senior Lecturer of the Department of Physical Training, Military Academy of Communications, St. Petersburg;

Timofeev I.Yu., Lecturer at the Department of Physical Training, Military Academy of Communications, St. Petersburg.

Аннотация:

В данной статье производится детальный разбор в классификации современных умных устройств для спорта, а также их значимость и необходимость для внедрения в процесс самостоятельной физической тренировки военнослужащих.

Ключевые слова:

умные устройства, цифровые технологии, самостоятельная физическая тренировка, физическая подготовка, курсанты, слушатели.

Abstract:

This article provides a detailed analysis of the classification of modern smart devices for sports, as well as their significance and necessity for implementation in the process of independent physical training of military personnel.

Key words:

smart devices, digital technologies, independent physical training, physical training, cadets, listeners.

ВВЕДЕНИЕ

Современные тенденции все чаще подталкивают нас к использованию различных цифровых технологий гаджетов и девайсов, что явно прослеживается в физической подготовке. Все больше отдавая предпочтение самостоятельной физической тренировке, военнослужащие активнее используют гаджеты, девайсы и мобильные приложения с целью своего физического совершенствования. Возникает потребность разобраться в классификации умных устройств, их предназначении и возможностях, а также выявить предпочтения выбора их у военнослужащих.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Во время динамически двигающегося прогресса с каждым годом появляются новые носимые электронные устройства, созданные ведущими компаниями, для улучшения качества жизни человека путем контроля за состоянием его здоровья и функциональных систем

организма. Эти устройства также помогают как профессиональным спортсменам, так и обычному человеку повышать эффективность своего тренировочного процесса. Они способны эффективно отслеживать состояния сердечно-сосудистой системы, а также давать полноценный анализ проведенных тренировочных занятий, показывая владельцу данного устройства результат его усилий во время занятий. К этим устройствам относятся фитнес браслеты, смарт-часы, мультиспортивные часы, а также специализированные мобильные приложения, которые могут выполнять различные функции, присущие перечисленным выше устройствам.

Мультиспортивные часы – категория устройств преимущественно тренировочного плана, включают в себя несколько режимов тренировки для разной двигательной деятельности и различных видов спорта. Данная категория благодаря огромному опыту в сфере спортивных технологий считается профессиональным помощником в достижении наивысших результатов в избранном виде спорта. К часам данной категории относятся марки Polar, Garmin, Suunto.

Умные часы (англ. smart watch), также смарт-часы – наручные часы с расширенным функциональным потенциалом, обладающие операционной системой, схожей по работе с компьютерами, часто сравнимые с коммуникаторами. Многие модели таких девайсов поддерживают сторонние приложения и управляются с помощью мобильных операционных систем, могут выступать в качестве мобильных медиа-плееров. На некоторых устройствах возможно осуществлять вызов и прием телефонных звонков. Некоторые умные часы работают только в паре со смартфоном и выступают в роли вспомогательного экрана, который оповещает владельца о поступлении новых уведомлений (например, сообщений в социальных сетях, звонков и напоминаний из календаря).

Не следует путать умные часы с современными смарт-браслетами (англ. smart band) (часто называемыми фитнес-трекерами), которые являются дополнительным устройством к мобильному телефону и выполняют предопределенный набор функций по уведомлению пользователя о событиях в телефоне и измерению физиологического состояния пользователя. В отличие от умных часов, на фитнесс браслеты невозможно дополнительно устанавливать стороннее программное обеспечение, расширяющее их функционал.

Как и другие компьютеры, умные часы могут собирать информацию с помощью внешних или встроенных сенсоров. Они могут управлять или получать данные с других инструментов или компьютеров. Они часто поддерживают беспроводные технологии передачи данных, такие как Bluetooth, Wi-Fi, и различные методы спутниковой навигации – GPS, GLONASS [1].

Если рассматривать эти категории устройств, то следует выделить главных производителей на рынке. Лидирующая позиция на рынке умных часов принадлежит американской компании Apple. Их продукция в нынешнее время является самой популярной среди любителей данных гаджетов. За ними следуют не менее известные – Samsung, Sony, Xiaomi и Huawei, а также множество других, но уже менее известных китайских производителей. Каждая компания при разработке своих устройств пытается выделиться и представляет свои наработки в данном сегменте [2, 3, 4, 5].

Нынешние модели современных гаджетов не отличаются друг от друг дизайном или формой исполнения. Отличительными особенностями у них могут быть только используемые материалы и внедряемые разработки. Использование современных технологий и новейших датчиков непосредственно влияет на итоговую стоимость устройства. Но есть и общие функции, характерные для всех устройств данного вида, такие как мониторинг активности, контроль пульса, измерение шагов и потраченных калорий.

С целью выявления наиболее предпочитаемых устройств у военнослужащих, обучающихся в одном из высших военно-учебных заведений, проведен анкетный опрос. Установлено, что в процессе самостоятельной физической тренировки при организации ее за пределами военно-учебного заведения до 70% используют умные устройства. Процент варьируется в зависимости от курса обучения. Так на первых курсах он незначителен и начинает расти к выпускному курсу. Основными причинами выступает финансовая составляющая и возможность проведения тренировок за пределами высшего военно-учебного заведения. Несколько иначе ситуация состоит у слушателей. Количество магистрантов, использующих гаджеты и девайсы, зависит не от курса обучения, а от возраста.

Из опрошенных офицеров не у всех име-

ются гаджеты и девайсы. Установлено, что меньше всего девайсов наблюдается у военнослужащих старших возрастных групп. Чем младше офицер, тем больше вероятность, что он имеет личное устройство для занятий физической подготовкой. Во многом это всегда объясняется возрастом, методическими подходами при обучении курсантов, неготовностью офицеров к влиянию на жизнь новых цифровых технологий. Данные разработки для возрастных офицеров не могут уложиться в сформировавшийся стереотип элементов обучения советского периода.

В ходе анализа данных установлено распределение предпочтения по категориям умных устройств. Так офицеры предпочитают использовать умные и мультиспортивные часы – 29,6-23,2% соответственно. Чем младше офицер, тем больше он отдает предпочтение мультиспортивным часам. Курсанты младших курсов отдают предпочтение мобильным приложениям и умным часам. Курсанты старших курсов предпочитают мобильные приложения – 35% из опрошенных.

Однако при этом необходимо отметить, что одной из отличительных особенностей различных категорий умных устройств является то, что получаемые от них данные могут не соответствовать фактическому состоянию систем организма человека. Более того, заложенные в них алгоритмы основаны на среднестатистических показателях и не учитывают индивидуальные особенности каждого индивида или учитывают их опосредовано через показатели физического развития. Учитывая значительное количество военнослужащих, использующих умные устройства в самостоятельных физических тренировках, возникает необходимость обучения их применения в практике, интерпретации их данных и проверки представляемых результатов.

При этом в ходе анализа тематических планов и рабочих программ учебной дисциплины «Физическая подготовка» не выявлено тематик, направленных на формирование знаний, навыков и умений по применению умных устройств и построения на их данных тренировочных занятий.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Количество умных устройств, направленных на использование в самостоятельной физической тренировке, а также военнослужащих, активно их применяющих, растет ежегодно. Различия в функционале и технической оснащенности увеличивается. При этом в программах не выявлено направленности на обучение применению умных часов в практике физической подготовки, интерпретации и контроля получаемых данных. Это требует более детального изучения существующей проблемы – определения эффективности и точности получаемых данных от разных групп умных часов, а также выработки методики по обучению военнослужащих построению самостоятельной тренировке на их основе, интерпретации и контроля объективности, предоставляемой ими информации о тренировочном процессе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Википедия – Свободная энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://ru.wikipedia.org/wiki/Умные_часы (дата обращения : 01.04.2020).
2. Вовк, К. Н. Умные часы – персональный помощник спортсмена / К. Н. Вовк, Н. В. Колоскова // Инновации в науке и практике : сб. статей по мат-лам IX междунар. науч.-практ. конф. : В 3 ч. – 2018. – С. 92-95.
3. Евтушенко А. Исповедь раба «умного» браслета // Газета.Ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.gazeta.ru/tech/2016/06/04/8284775/my-hand-iscontrolling-me.shtml (дата обращения : 10.05.2018).
4. Рейтинг лучших смарт-часов 2018 года – какие умные часы выбрать? Топ-10 лучших моделей // Fitnessbit Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://fitnessbit.ru/obzory-fitnes-gadzhetov/rejting-luchshih-smartchasov-2018-goda-kakie-umnye-chasy-vybrat-top-10-luchshihmodelej/ (дата обращения : 12.05.2018).
5. Пашута, В. Л. Инновационные подходы к подготовке специалистов в высших военных учебных заведениях / В. Л. Пашута, Т. И. Вихрук, Е. Н. Курьянович, А. А. Грешных // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 2. – С. 11-12.

REFERENCES

1. Wikipedia – Free encyclopedia. – Available at : https://ru.wikipedia.org/wiki/Smart_watch.
2. Vovk, K. N. Smart watches - personal assistant of an athlete / K. N. Vovk, N. V. Koloskova // Innovations in science and practice : Collection of articles based on the proceedings of the 9th international scientific and practical conference. In 3 pts. – 2018. – P. 92-95.

3. Yevtushenko, A. Confessions of a slave of a «smart» bracelet // Gazeta.Ru. – Available at : https://www.gazeta.ru/tech/2016/06/04/8284775/my-hand-iscontrolling-me.shtml.
4. Rating of the best smartwatches of 2018 – which smartwatch to choose? Top 10 best models // Fitnessbit. – Available at : http://fitnessbit.ru/obzory-fitnes-gadzhetov/rejting-luchshih-smartchasov-2018-goda-kakie-umnye-chasy-vybrat-top-10-luchshihmodelej.
5. Pashuta, V. L. Innovative approaches to the training of specialists in higher military educational institutions / V. L. Pashuta, T. I. Vikhruk, E. N. Kuryanovich, A. A. Greshnykh // Theory and practice of physical training. – 2016. – No. 2. – P. 11-12.

УДК [378.147:004]:355.232.6

ИССЛЕДОВАНИЕ ХАРАКТЕРИСТИК, ПРЕДСТАВЛЯЕМЫХ МУЛЬТИСПОРТИВНЫМИ ЧАСАМИ В ХОДЕ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Сорокин Василий Петрович, доктор педагогических наук, профессор, кафедра физической подготовки, Военная академия связи, Санкт-Петербург;

Андросов Александр Михайлович, кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры физической подготовки, Военная академия связи, Санкт-Петербург;

Тимофеев Илья Юрьевич, преподаватель кафедры физической подготовки, Военная академия связи, Санкт-Петербург;

Полуян Алексей Викторович, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры физической подготовки, Военный учебно-научный центр Военно-воздушных сил, Военно-воздушная академия имени профессора Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина, Воронеж.

STUDY OF THE CHARACTERISTICS REPRESENTED BY A MULTISPORT WATCHES DURING SPORTS TRAINING

Sorokin V.P., Doctor of Pedagogics, Professor, Department of Physical Training, Military Academy of Communications, St. Petersburg;

Androsov A.M., Candidate of Pedagogics, Senior Lecturer at the Department of Physical Training, Military Academy of Communications, St. Petersburg;

Timofeev I.Yu., Lecturer at the Department of Physical Training, Military Academy of Communications, St. Petersburg;

Poluyan A.V., Associate Professor of the Military Educational and Scientific Center of the Air Force «N.E. Zhukovsky and Yu.A. Gagarin Air Force Academy», Voronezh.

Аннотация:

В данной статье основное внимание посвящено детальному сравнению современных цифровых устройств из категории мультиспортивных часов, применяемых военнослужащими во время самостоятельной физической тренировки, а также точности получаемых с их помощью данных.

Ключевые слова:

мультиспортивные часы, цифровые технологии, педагогические технологии, физическая подготовка, курсанты, слушатели.

Abstract:

This article focuses on a detailed comparison of modern digital devices from the category of multisport watches used by military personnel during independent physical training, as well as the accuracy of the data obtained with their help.

Key words:

Multisport watch, digital technologies, pedagogical technologies, physical training, cadets, listeners.

ВВЕДЕНИЕ

Согласно годовым отчетам передовых компаний по продаже электронной техники в России с января по сентябрь 2019 года, россияне купили в 2 раза больше фитнес-трекеров и умных часов, чем годом ранее, – таковы данные ритейлера «Связной-Евросеть». Общее количество купленных устройств составило 3,1 млн. устройств, что больше прошлогоднего на 121%. У Мобильных телесистем продажи носимых устройств выросли на 120%. В группе «М.Видео-Эльдорадо» – в 2,7 раза. Самые популярные носимые гаджеты в 2109 году стали фитнес-браслеты. Наибольший спрос составил на Xiaomi Mi Band 3, Xiaomi Mi Band 4 и Honor Band 3. На втором месте по популярности – умные часы (продано 780 000 штук). Лидер категории – Apple Watch [1]. Не остаются в стороне и военнослужащие, которые все чаще используют в процессе самостоятельной физической тренировки умные устройства [2, 3, 4].

На основании имеющегося у нас опыта применения умных устройств, качества их технической оснащенности и позиционирова-

ния фирмами-производителями, мы предлагаем классификацию всех устройств на 4 группы: мультиспортивные часы, умные часы, фитнесс браслеты, мобильные спортивные приложения.

В данной статье рассмотрим эффективность применения в спортивной тренировке и качество, и достоверность получаемых результатов от одной из групп умных устройств – мультиспортивных часов. Данная группа активно применяется в тренировочном процессе различных сборных команд, в том числе высших военно-учебных заведений. К мультиспортивным часам относятся устройства преимущественно профессионального тренировочного направления, включающие в себя несколько режимов тренировки для разной двигательной деятельности и различных видов спорта. К ним относятся, как правило, гаджеты марки Polar, Garmin, Suunto.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Согласно техническому описанию, предоставляемому фирмами производителями, мультиспортивные часы марки Polar, Garmin, Suunto обладают всеми необходимыми характеристиками для построения качественного тренировочного процесса по выбранному виду спорта (табл. 1).

Таблица 1 – Сравнительная характеристика некоторых Мультиспортивных часов

№ п/п	Характеристика	Polar Vantage V	Polar M430	Garmin Instinct	Garmin Forerunner 645
1	Система спутникового позиционирования	GPS, GLONASS, GALILEO, QUZZ, A-GPS	GPS,A-GPS, GLONASS	GPS, GLONASS, GALILEO	GPS, GLONASS, GALILEO
2	Сотовая связь	Нет	Нет	Нет	Нет
3	Степень защиты	WR50	WR30	WR100	WR50
4	Беспроводная связь ANT+	Есть	Есть	Есть	Есть
5	Bluetooth	Есть	Есть	Есть	Есть
6	Оптический датчик пульса	Есть	Есть	Есть	Есть
7	Датчик ЭКГ	Есть	Есть	Есть	Есть
8	Акселерометр	Есть	Есть	Есть	Есть
9	Гироскоп	Есть	Есть	Есть	Есть
10	Датчик освещенности	Есть	Есть	Есть	Есть
11	Альтиметр	Есть	Есть	Есть	Есть
12	Хранилище	25 Mb	8 Mb	35 Mb	20 Mb
13	Версии операционных систем	Нет	Нет	Нет	Нет
14	Время автономной работы	7 дней	20 дней	14 дней	7 дней

Одним из главных преимуществ, представленных в таблице 1 моделей, являются новейшие оптические датчики сердечного ритма, позволяющие с максимальной точностью передавать данные владельцу о состоянии сердечно-сосудистой системы. Также часы способны отслеживать как уровень напряженности организма после выполненной нагрузки, так и процесс восстановления. Такой анализ с помощью встроенных алгоритмов позволяет с максимальной точностью определить уровень физической подготовленности пользователя, процесс восстановления после нагрузки и, самое главное, такие часы способны помочь владельцу выбрать оптимальный уровень нагрузки с целью дальнейшего роста его результата. Данные часы позволяют с помощью интернет сервиса создавать свой личный тренировочный план. Исходя из него, опираясь на реакцию организма на тренировочный процесс, часы будут перестраиваться, и давать рекомендации по корреляции общей нагрузки. Таким объемом функций прекрасно обладают модели часов Polar Vantage V и Garmin Forerunner 645. Часы этого сегмента обладают различными режимами тренировок, начиная от плавания в бассейне, заканчивая многоборьями. Что не может не привлекать начинающих спортсменов, желающих получать дополнительную помощь во время построения своего тренировочного процесса.

С целью практической проверки представленных в характеристиках функций их информативности и точности представляемых данных, проведен эксперимент. Из выше перечисленных мы решили сравнить три устройства из категории мультиспортивных часов – Polar M430, Garmin Instinct, Garmin Forerunner 645. Все часы оснащены современными оптическими датчиками регистрации частоты сердечных сокращений, а также новейшими модулями связи со спутниковыми системами GPS и GLONASS. Одной из задач являлось сравнение точности измерения дистанции на заранее промеренной трассе, а также объективность измерения датчиков сердцебиения. Мультиспортивные часы модели фирмы Polar M430 использовались с дополнительно подключенным внешним нагрудным датчиком Polar H10. Производитель заверяет, что в данном сегменте – это самое точное и современное устройство, которое сравнимо по точности с Электро-кардиографией. Датчик состоит из эластичного ремня с электродами, который фиксирует показатели создающегося на поверхности груди электростатического поля, которое можно зафиксировать и, тем самым, определить количество таких импульсов, излучаемых сердцем.

Отличительной чертой двух мультиспортивных часов модели фирмы Garmin (Instinct и Forerunner 645) является применение в них оптических трехточечных светодиодных датчиков, работающих в комплексе с датчиком фотоэлемента. Общий принцип работы такого устройства заключается на оптической плетизмографии. В отличие от нагрудного датчика Polar H10, встроенные в часы пульсометры используют цепочку световых сигналов, которые освещают капилляры, чтобы обнаружить изменения в объеме крови. Датчик также измеряет скорость кровотока и таким образом рассчитываются данные о ЧСС в реальном времени.

Для проверки объективности работы этих устройств измерения проводились в естественных условиях на испытуемом, к которому прикреплялись различные датчики различных умных часов. В пользовательских настойках были установлены антропометрические данные исследуемого, включая вес, рост, дату рождения, руку, на которой гаджет будет использован. Отдельное внимание уделили настройке максимального и минимального порога сердцебиения, а также выставили условные фазы активности сердечно-сосудистой системы. Маршрут преодолеваемой дистанции нами был построен заранее, измерение маршрута проводилось при помощи сертифицированной по ГОСТ 7502-98 металлической рулетки длиной 100 метров, а также специализированным дорожным курвиметром. Дополнительно мы произвели проверку дистанции с помощью спутниковых систем, путем использования сервисов Яндекс.Карты и Google Maps. По итогам проверки наша дистанция длинной в 1 километр состояла из двух кругов длиной 494 метра, с добавлением от стартовой линии 12 метров. Однако спутниковые сервисы на данную дистанцию

выдали погрешность. Яндекс.Карты показали длину круга на 36 метров длиннее, в то время как Google Maps – на 9 метров.

Устройства размещались на курсанте Военной академии связи им. С.М. Буденного, занимающегося военно-спортивным многоборьем (Военное пятиборье), спортивная квалификация которого соответствует уровню кандидата в мастера спорта. Испытания проводились на двух дистанциях общей протяженностью 1 километр каждая. Темп преодоления 1 и 2 дистанции был равен 5 и 4 минутам на километр соответственно. Перед стартом были сняты показатели частоты сердечных сокращений с используемых устройств, а также путем собственного измерения артериального пульса на сонной артерии (уд./мин за отрезок 15 с). Частота сердечных сокращений, зафиксированная на сонной артерии, различалась с устройствами Polar M430 и Garmin Forerunner 645 на 3-4 удара, а с Garmin Instinct на 15 ударов. В ходе преодоления дистанции мы произвели контроль состояния сердечно-сосудистой системы с фиксацией результата каждые пять секунд. Полученные результаты отражены в графике 1-3 (рис. 1-3).

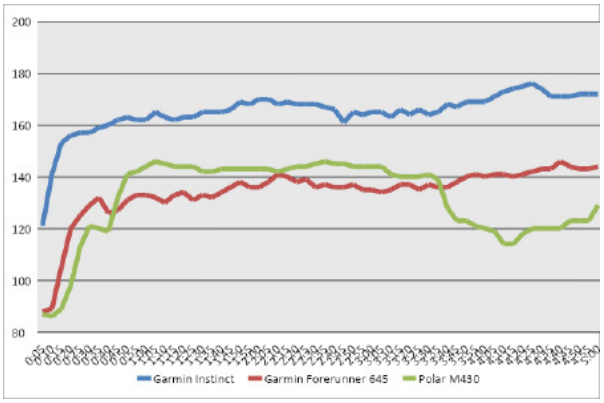


Рисунок 1 – Сравнение работы датчиков ЧСС при преодолении 1-й дистанции

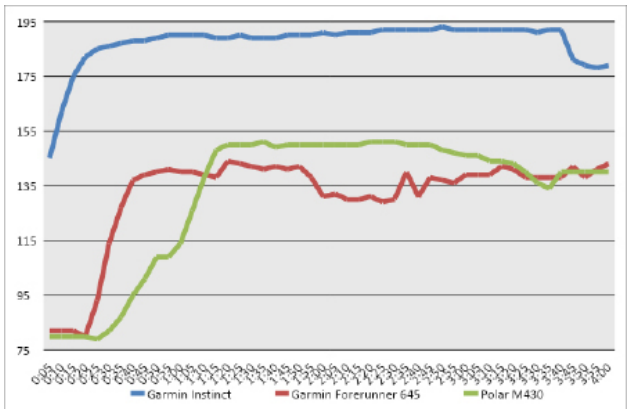


Рисунок 2 – Сравнение работы датчиков ЧСС при преодолении 2-й дистанции

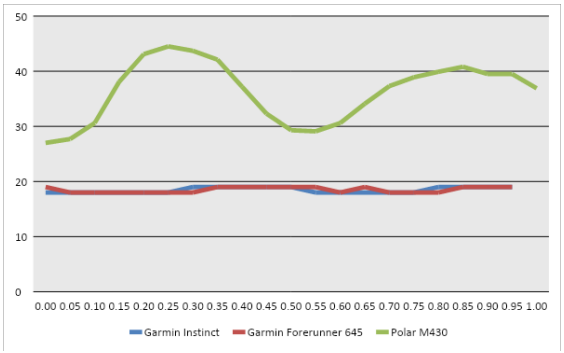


Рисунок 3 – Сравнение работы мультиспортивных часов на точность измерения дистанции

Как свидетельствуют данные рисунков 1-3, расхождения в показаниях ЧСС при прохождении дистанций варьировались от 5 уд./мин до 55 уд./мин, что является крайне значительным для спортсменов высокого уровня. Различия наблюдались на протяжении всей дистанции между всеми часами. Также не сошлись данные по протяженности дистанции и перепаду высот. Двое часов определили пройденный отрезок в 1 км равным 950 м. А более точные часы по измерению расстояния указали на значительный перепад высот, что не соответствовало действительности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Представленные на рисунках 1-3 результаты эксперимента свидетельствуют о том, что ни одна из представленных моделей, отнесенных к профессиональным мультиспортивным часам, не предоставляет тренирующемуся спортсмену точные и объективные данные. Полученные в ходе эксперимента данные подвергаются детальному анализу. Но уже сейчас можно утверждать, что искаженные данные могут значительно снизить эффективность тренировочного процесса. Можно предположить, что умные устройства более низкого класса, активно используемые военнослужащими в практике самостоятельной физической тренировки, будут иметь гораздо менее точные данные. Это требует формирования в процессе обучения в высших военно-учебных заведениях соответствующих навыков контроля нагрузки и собственного функционального состояния.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ведомости – Россияне больше интересуются фитнес-браслетами и умными часами [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://https://www.vedomosti.ru/technology/articles/2019/11/01/815270-rossiyane-fitnesbrasletami (дата обращения : 29.03.2020).
2. Сорокин, В. П. Совершенствование физических качеств военнослужащих с использованием инновационных информационных технологий / В. П. Сорокин, А. М. Андросов, И. Ю. Тимофеев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2017. – № 2. – С. 30-33.
3. Вовк, К. Н. Информационные технологии в физической культуре и спорте / Н. В. Колоскова // Инновации в науке и практике : сб. статей по мат-лам IX междунар. науч.-практ. конф. : в 3 ч. – 2018. – С. 92-95.
4. Пашута, В. Л. Инновационные подходы к подготовке специалистов в высших военных учебных заведениях / В. Л. Пашута, Т. И. Вихрук, Е. Н. Курьянович, А. А. Грешных // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 2. – С. 11-12.

REFERENCES

1. Vedomosti – Russians are more interested in fitness bracelets and smart watches. – Available at: https://https://www.vedomosti.ru/technology/articles/2019/11/01/815270-rossiyane-fitnesbrasletami.
2. Sorokin, V. P. Improvement of the physical qualities of military personnel using innovative information technologies / V. P. Sorokin, A. M. Androsov, I. Yu. Timofeev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 2. – P. 30-33.
3. Vovk, K. N. Information technologies in physical training and sports / N. V. Koloskova // Innovations in science and practice : Collection of articles based on the proceedings of the 9th international scientific-practical conference. In 3 pts. – 2018. – P. 92-95.
4. Pashuta, V. L. Innovative approaches to the training of specialists in higher military educational institutions / V. L. Pashuta, T. I. Vikhruk, E. N. Kuryanovich, A. A. Greshnykh // Theory and practice of physical training. – 2016. – No. 2. – P. 11-12.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

УДК 796.799

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ВОЕННОСЛУЖАЩИХ К ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В НЕСТАНДАРТНЫХ УСЛОВИЯХ

Аксенов Константин Владимирович, доктор педагогических наук, профессор, Ярославль;
Елькин Юрий Георгиевич, кандидат педагогических наук, доцент, Ярославль;
Бесов Евгений Валерьевич, Ярославское высшее военное училище противовоздушной обороны, Ярославль.

PHYSICAL TRAINING OF THE MILITARY FOR ACTIVITIES UNDER NON-STANDARD CONDITIONS

Aksenov K.V., Doctor of Pedagogics, Professor, Yaroslavl;
Elkin Yu.G., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Yaroslavl;
Besov E.V., Yaroslavl higher military school of air defense, Yaroslavl.

Аннотация:
В статье представлены результаты экспериментального исследования апробации экспериментальной модели в рамках физической подготовки военнослужащих к выполнению задач военно-профессиональной деятельности в нестандартных условиях.
Проведенный педагогический эксперимент подтвердил актуальность и практическую значимость разработанной нами модели физической подготовки военнослужащих к выполнению задач профессиональной деятельности по работе в нестандартных условиях, с использованием которой создается один из ключевых резервов повышения уровня их физической и профессиональной подготовленности.

Ключевые слова:
военнослужащие, физическая подготовка, контрольная группа, физическая подготовка, экспериментальная группа, физические упражнения.

Abstract:
The paper presents the results of an experimental study of testing an experimental model in the framework of physical training of military personnel to perform tasks of military professional activity in non-standard conditions.
The pedagogical experiment confirmed the relevance and practical significance of our model for the physical training of military personnel to perform tasks of professional activity for working in non-standard conditions, using which one of the key reserves for increasing their level of physical and professional fitness is created.

Key words:
military personnel, physical training, control group, physical training, experimental group, exercise.

ВВЕДЕНИЕ

Под организацией физической подготовки военнослужащих для выполнения профессиональной деятельности военнослужащего при нахождении в особых (нестандартных) условиях понимается:

– повышение адаптационных возможностей организма к увеличению физических нагрузок и повышению психической устойчивости;

– преимущественное развитие необходимых физических качеств и профессионально-прикладных навыков;

– совершенствование волевой и психологической устойчивости к работе в обстоятельствах повышенного психолого-физиологического напряжения.

Физическая подготовка войск противовоздушной и противоракетной обороны может осуществляться как в стационарных, так и в мобильных (полевых) местах дислокации.

При осуществлении подготовки военнослужащих в местах стационарной дислокации реализуется 3-6 недельный курс, базовую часть которого составляет специальная физическая тренировка на фоне выполнения задач

других видов подготовки с задачей развития основных физических качеств в действиях в полной экипировке [1].

При этом выполнение повышенных физических нагрузок прекращается не позднее, чем за 3 дня до начала выполнения военнослужащими задач военно-профессиональной деятельности в экстремальных условиях. В конце периода подготовки проводятся контрольные занятия.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Актуальность исследования обусловлена возрастанием роли и значения воздушно-космических сил в:

- достижении преимущества в современных условиях ведения боевых действий;
- физической подготовленности и степени развития специальных и прикладных навыков, обеспечивающих их уровень подготовки к выполнению задач профессиональной деятельности.

Анализ литературных данных показал, что большое количество исследований по совершенствованию качественного статуса физической подготовленности военнослужащих обошли стороной вопросы построения занятий по физической подготовке на этапе непосредственного обучения военнослужащих к участию в экстремальных военно-профессиональных условиях выполнения деятельности военнослужащего [2].

Следовательно, разрабатывая экспериментальную модель построения процесса физической подготовки к выполнению военно-профессиональных обязанностей в экстремальных условиях, мы основывались, прежде всего, на результатах исследований Бурикова А.В. с соавторами [6] и основополагающих положениях о том, что она должна быть:

- общедоступной;
- гибкой;
- стандартной;
- структурированной;
- экономичной;
- мобильной для проведения оценки.

В эксперименте принимали участие военнослужащие, готовящиеся к выполнению задач за пределами Российской Федерации.

Для проведения экспериментальных исследований нами было составлено две группы с одинаковым количеством участников в каждой.

Участники экспериментальной работы по бытовым условиям, распорядку дня, особенностям построения процесса подготовки находились в равнозначных условиях.

Данные первого обследования, проведенного в начале курса подготовки, свидетельствуют, что участники, привлеченные к эксперименту, экспериментальной и контрольной групп имели примерно схожие показатели, что подготавливает базу для чистоты проведения исследования [4]. Также нами был использован критерий личностной подготовленности в выполнении контрольных нормативов.

Проведенный в рамках исследования анализ физической подготовки военнослужащих показывает, что общепринятые представления и требования о регулярности и непрерывности всего целенаправленного процесса физической подготовки военнослужащих в штатном режиме отличаются от его организации для военнослужащих при непосредственном решении задач служебных обязанностей по предназначению.

В условиях выполнения профессиональной деятельности военнослужащих наблюдается различный по степени уровень развития физических качеств, состояния здоровья и различных функциональных систем [9], сказывается на личностном уровне военно-профессиональной подготовленности военнослужащих.

Следовательно, поиск новых средств и методов для применения на практике физической подготовки в рамках профессиональной деятельности, способных повысить их эффективность в тематических планах, является ведущей, базовой задачей военно-педагогической системы воинского образования [6].

Использование общепринятых принципов постепенного повышения физической нагрузки и последовательности в применении отобранных для эксперимента упражнений выступает в качестве ключевого отличия апробируемой нами модели [3].

Исследование качественных показателей физических качеств и специальной подготовленности военнослужащих осуществлялось по результатам выполнения ими контрольных тестов, характеризующих развитие того или иного физического качества.

Использование в рамках педагогического эксперимента предложенной нами экспериментальной методики выявило при проведении тестов существенный эффект ($P<0,5$), при совершенствовании физической подготовленности, особенно при исполнении основных

функциональных обязанностей профессиональной деятельности военнослужащего.

При проведении оценки профессиональной деятельности в начале работы установлено, что эффективность выполнения военнослужащими задач к окончанию выполнения профессиональной деятельности, находясь в суточном режиме служебного времени, снижается (P<0,5).

В начале экспериментальной работы мы использовали простые в выполнении и непродолжительные по временным характеристикам упражнения с постепенным повышением сложности и времени их выполнения. Такой подход применяли и другие исследователи [5].

При проведении экспериментальной работы нагрузка дозировалась, принимая во внимание индивидуальные особенности участников эксперимента.

Особое место среди рассматриваемых задач при проведении эксперимента заняла оценка эффективности физической подготовки к нестандартным условиям выполнения профессиональной деятельности военнослужащего [10]. По окончании обучения все участники педагогического эксперимента обеих групп были проверены по показателям, используемым в начале педагогического эксперимента.

Результаты проведенного анализа динамики произошедших изменений в выполнении контрольных упражнений у участников эксперимента экспериментальной и контрольной групп можно заключить, что за период экспериментальной работы в выполнении силовых тестов в контрольной группе достоверных изменений не отмечалось [8].

Изменения скоростных характеристик физической подготовленности изменялись следующим образом:

- в контрольной группе военнослужащие второй возрастной группы улучшили свои результаты, однако изменения носили не достоверный характер (P>0,05);
- в экспериментальной группе различия носили достоверные значения и составили (P<0,05), что совпадает с результатами исследований Васина В.Н. с соавторами [7].

В тестах на выносливость динамика результатов имела схожую тенденцию. В развитии военно-прикладных навыков изменения в контрольной группе были также недостоверны (P>0,05).

У военнослужащих экспериментальной группы изменения были достоверны и носили более выраженный характер (P<0,05). В конце исследования в экспериментальной группе значительно увеличилась (на 31%) доля используемых защитных действий функциональных систем организма, а в контрольной группе схема и структура используемых частей не изменилась (P<0,5).

Проведенный анализ физической подготовленности, показанный военнослужащими – участниками педагогического эксперимента, дает основание говорить о том, что военнослужащие экспериментальной группы существенно превзошли своих коллег по сумме баллов.

Также в конце экспериментальной работы все военнослужащие обеих групп были нами проверены в выполнении контрольных тестов и упражнений Курса боевой подготовки, что совпадает с результатами других исследователей [5].

При этом всеми военнослужащими экспериментальной группы было высказано мнение о том, что по оценке своего самочувствия после выполнения контрольных упражнений курса боевой подготовки они находились в хорошей форме, менее уставали, быстрей восстанавливались после нагрузок, что не соответствовало ощущениям участников эксперимента их контрольной группы.

Кроме этого, проведение анализа профессиональной деятельности позволило по окончании исследования сделать заключение, что в экспериментальной группе существенно увеличилась доля естественных, физиологически обоснованных защитных действий организма.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основании данных, полученных в ходе исследования, стало очевидно, что при проведении мероприятий по совершенствованию квалификационных требований физической подготовленности, военнослужащие способны на более высоком качественном уровне выполнять задачи, характерные для их профессиональной деятельности.

Исходя из полученных результатов, мы считаем необходимым дать определения критериев оценивания степени физической подготовленности военнослужащих, необходимых для выполнения задач профессиональной деятельности по предназначению в любых нестандартных условиях.

Анализ результатов исследования показал, что в экспериментальной группе получен бо-

лее высокий рост физической подготовленности; проведение мероприятий по совершенствованию изучаемых нами показателей физической подготовленности у военнослужащих в рамках выполнения ими служебных обязанностей является необходимым условием повышения уровня военно-профессиональной подготовки.

Поэтому поиск новых средств и методов физической подготовки в рамках военно-профессиональной деятельности, способных повысить их эффективность, является одной из основных задач военно-педагогической системы воинского образования и обучения. Решая эти задачи необходимо учитывать опыт зарубежных армий [5-10].

Следовательно, при проведении нашего исследования подтвердилось положение о практической значимости разработанного нами варианта организации процесса физической подготовки военнослужащих к задачам военно-профессиональной деятельности в любых условиях ее выполнения, который может стать одним из ключевых звеньев совершенствования военно-профессиональной квалификации и, тем самым, будет способствовать успешному выполнению задач военно-профессиональной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Борисов, А. В. Особенности организации занятий по физической подготовке с военнослужащими противовоздушной обороны и противоракетной обороны в режиме служебного времени / А. В. Борисов, А. В. Буриков, Ю. Г. Елькин // Современные наукоемкие технологии. – 2019. – № 12. – С. 144-148.
2. Буриков, А. В. Изменение функционального состояния организма военных специалистов при выполнении физической нагрузки в условиях искусственной изоляции от окружающей среды / А. В. Буриков, Ю. Г. Елькин // Вестник Ярославского высшего военного училища противовоздушной обороны. – 2018. – № 2 (3). – С. 197-200.
3. Васин, В. Н. Результаты педагогического эксперимента по совершенствованию уровня физической подготовленности военнослужащих / В. Н. Васин, А. В. Буриков, А. В. Горохов // Современный ученый. – 2020. – № 2. – С. 191-195.
4. Шарков, Ю. П. Применение сопряженной тренировки для специалистов узлов связи, на основе применения специальных акробатических и плиометрических упражнений / Ю. П. Шарков, Ю. Г. Елькин, А. В. Буриков // Вестник Череповецкого государственного университета. – 2014. – № 8 (61). – С. 132-134.
5. Зыков, А. В. Характеристика и боевые возможности личного состава вооруженных сил Саудовской Аравии / А. В. Зыков, О. С. Боцман, В. А. Щеголев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 32-36.
6. Трапезников, С. А. Организация физической подготовки военнослужащих вооруженных сил Великобритании / С. А. Трапезников, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 120-124.
7. Трапезников, С. А. Характеристика и боевые возможности подразделений специальных операций военно-морских сил Ирана / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 86-89.
8. Трапезников, С. А. Система подготовки офицерского состава вооруженных сил Италии / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 52-55.
9. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка подразделений сил специального назначения ведущих стран НАТО : монография / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2019. – 141 с.
10. Щеголев, В. А. Характеристика и основные задачи подразделений сил специальных операций армии Пакистана / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В.Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 268-272.

REFERENCES

1. Borisov, A. V. Specificities of the organization of physical training sessions with military personnel of air defense and missile defense in the service time mode / A. V. Borisov, A. V. Burikov, Yu. G. Elkin // Modern science-intensive technologies. – 2019. – No. 12. – P. 144-148.
2. Burikov, A. V. Changes in the functional state of the body of military specialists when performing physical activity

in conditions of artificial isolation from the environment / A. V. Burikov, Yu. G. Elkin // Bulletin of the Yaroslavl higher military school of air defense. – 2018. – No. 2 (3). – P. 197-200.
3. Vasin, V. N. Results of the pedagogical experiment on improving the level of physical fitness of military personnel / V. N. Vasin, A. V. Burikov, A. V. Gorokhov // Modern scientist. – 2020. – No. 2. – P. 191-195.
4. Sharkov, Yu. P. Application of conjugate training for specialists of communication nodes, based on the use of special acrobatic and plyometric exercises / Yu. P. Sharkov, Yu. G. Elkin, A. V. Burikov // Bulletin of Cherepovets State University. – 2014. – No. 8 (61). – P. 132-134.
5. Zykov, A. V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the armed forces of Saudi Arabia / A. V. Zykov, O. S. Botsman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
6. Trapeznikov, S. A. Organization of physical training of military personnel of the armed forces of Great Britain / S. A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of power structures: problems, experience, prospects : materials of the all-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 120-124.
7. Trapeznikov, S. A. Characteristics and combat capabilities of special operations units of the Iranian Navy / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 86-89.
8. Trapeznikov, S. A. Training System for officers of the Italian armed forces / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 52-55.
9. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of leading NATO countries : monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
10. Shchegolev, V. A. Characteristics and main tasks of the units of the special operations forces of the Pakistan Army / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Suschenko // Russian Defense Ministry : Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2020. – P. 268-272.

УДК 796. 03

СИЛЫ СПЕЦИАЛЬНЫХ ОПЕРАЦИЙ ИНДИИ

Боцман Олег Станиславович, генерал-майор, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, кандидат педагогических наук, начальник Военного института физической культуры, Санкт-Петербург;

Щеголев Валерий Александрович, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Дмитриев Григорий Геннадиевич, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, начальник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Керимов Шамси, Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, Санкт-Петербург.

INDIAN SPECIAL OPERATIONS FORCES

Botsman O.S., Major General, Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Candidate of Pedagogics, Head of the Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Shchegolev V.A., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Dmitriev G.G., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Kerimov Sh., Saint Petersburg Peter the Great Polytechnic University, St. Petersburg.

Аннотация:

Подразделения Сил специальных операций Индии комплектуются, как правило, из числа военнослужащих сухопутных войск и военно-морских сил. Личный состав этих подразделений составляет основу «Коммандос сухопутных войск» (Para Commandos) и ВМС.

Одно из первых такого рода подразделений было образовано в 1965 году в ходе войны с Пакистаном. Данное подразделение организационно входило в состав гвардейской бригады и было сформировано из числа наиболее подготовленных добровольцев.

В сухопутных войсках и военно-морском флоте Индии в настоящее время насчитывается необходимое количество аналогичных подразделений. Ведущими видами боевого предназначения этих подразделений является выполнение боевых операций, связанных с решением наиболее сложных и ответственных задач.

Ключевые слова:

боевая и физическая подготовка, силы специальных операций Индии.

Abstract:

Units of the Indian special operations Forces are usually recruited from the army and Navy. The personnel of these units form the basis of «The Commandos of the land forces» (Para Commandos) and the Navy.

One of the first units of this kind was formed in 1965 during the war with Pakistan. This unit was organizationally part of the guards brigade and was formed from among the most trained volunteers.

The Indian army and Navy currently have the necessary number of similar units. The leading types of combat mission of these units are the performance of combat operations related to the solution of the most complex and responsible tasks.

Key words:

combat and physical training, special operations forces of India.

ВВЕДЕНИЕ

В содержание учебных программ боевой и специальной подготовки личного состава подразделений Сил специальных операций входит выполнение боевых приемов в воде и на суше, в горной и тропической местности, в

любое время суток и в любую погоду.

Личный состав этих подразделений овладевает способами выживания в критических условиях, выполняет специальные и боевые задания по уничтожению личного состава и боевой техники, выведения ее из строя в районах укрытия.

В процессе боевой и специальной подготовки личного состава данной категории военных специалистов особое внимание обращается на формирование навыков ведения эффективных боевых действий в условиях высокогорья, пустыни и водной среды.

В частности, при подготовке специальных подразделений для выполнения боевых заданий в горно-лесистой и пустынной местностях, а также в других условиях, военнослужащие осваивают различные приемы решения поставленных задач.

У них формируются специальные диверсионные навыки и приемы по уничтожению живой силы вероятного противника в различных условиях. Кроме того, индийский спецназ начал активно осваивать технику десантирования из самолетов, вертолетов, из морских и речных судов.

На роль инструкторов обычно приглашаются специалисты из США, Англии, Франции и ряда других стран НАТО.

Под их руководством личный состав индийских специальных подразделений овладевает технологиями диверсионных операций, включая: захват и охрану особо важных объектов, освобождение заложников и высокопоставленных военных, а также политических деятелей.

На вооружении индийского спецназа состоят: 9-мм пистолеты-пулеметы израильского производства, а также американские автоматические винтовки.

Кроме того, бойцы этих подразделений, как правило, имеют возможность в случае необходимости использовать: специальные устройства для бесшумной стрельбы, гранаты со слезоточивым газом, шумовые и дымовые гранаты, многопрофильные ножи, и др.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В последние годы Вооруженные силы Индии взяли курс на укрепление своих позиций в роли Морской державы. С этой целью в структуре ВМФ стали формироваться подразделения Сил специальных операций. Организационно эти подразделения находятся в составе морской пехоты (МП) и называются коммандос морской пехоты (Marine Commando Force, MCF или MARCO). Основное предназначение данных подразделений состоит в проведении десантно-штурмовых операций с воздуха и моря.

В 1986 г. руководство ВМФ индийских Вооруженных Сил предложило сформировать подразделения морского спецназа.

Основными функциями данных подразделений явились организация и участие в выполнении разведывательных, десантно-штурмовых и специальных заданий.

Профессиональная подготовка личного состава такого рода подразделений осуществлялась на специально оборудованной базе Индийских ВМС при активном участии инструкторов США и Великобритании.

После курса обучения на этой базе подразделения морского спецназа Индии приняли участие в составе миротворческих сил в патрулировании западного побережья и прибрежной трассы, имеющей важное стратегическое значение.

Отряды коммандос Индийских ВМС принимали также активное участие в нейтрализации попытки переворота на Шри-Ланке в 1988 г.

В системе профессионального обучения личного состава коммандос ВМС, который рассчитан на два года, ведущее место отводится физической и психологической подготовке.

Программы обучения по физической подготовке ориентированы на преимущественное развитие у обучаемых общей и силовой выносливости. Для этого используются комплексные упражнения в беге на 10-15 км в экипировке с оружием, метании гранат и попутном преодолении водных и горных препятствий.

Основной период обучения составляет десять месяцев и включает подготовку и овладение различными видами вооружения, освоение приемов выполнения рискованных заданий, участие в операциях по получению различных сведений о противнике и др.

Особое внимание уделяется освоению приемов участия в разведывательных операциях морского и речного побережья, различных лагун и других местностей.

Достаточно регулярно обучение коммандос ВМС выполняется совместно с личным составом спецназа сухопутных войск Индии. При этом все спецназовцы ВМС обязательно выполняют по несколько прыжков с парашю-

том.

После освоения всего курса общей подготовки личный состав коммандос ВМС комплектуется и разделяется по подразделениям, где выполняет дополнительное специализированное обучение.

Наиболее подготовленные курсанты на данном этапе получают навыки контртеррористической подготовки.

Для этого личный состав коммандос готовят к действиям по борьбе с пиратством и угонами судов. Как правило, данный этап подготовки по времени может занимать от одного года до полутора лет.

По материалам зарубежных источников коммандос индийских ВМС, как правило, состоят из трех подразделений, которые входят в состав одного из трех военно-морских командований – Западного (штаб в г. Мумбаи (Бомбей), Восточного (в г. Визагапатнам) и Южного (в г. Кочин).

Эти подразделения состоят из нескольких мелких групп небольшой численности 20-30 человек. Основной их задачей является проведение антитеррористических специальных операций.

Личный состав коммандос ВМС, как правило, вооружен винтовками 7,62-мм и пистолетами-пулеметами «Стерлинг» Мк.4.

Кроме того, подразделения отрядов быстрого реагирования могут иметь на вооружении автоматы АК-47 и пистолеты-пулеметы МР-5.

В ходе решения специальных заданий коммандос индийских ВМС используют подводные лодки «Космос» CE-2F/X 100 (производства Италии), которые отличаются небольшими размерами и весьма быстроходными возможностями.

С 1990 года Индия на регулярной основе закупает такие суда исходя из своих потребностей. Каждая подводная лодка состоит из экипажа – 2 человека. Такие лодки транспортируются и доставляются как можно ближе к цели на обычной подводной лодке или на надводном судне.

В состав экипажа управления этими аппаратами отбираются специально обученные коммандос ВМС, прошедшие необходимый курс специальной подготовки.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты сравнительного анализа системы формирования и обучения подразделений Сил специальных операций Индии, проведенного по материалам зарубежных и отечественных литературных источников [1-14], свидетельствует о том, что уровень профессиональной подготовки коммандос ВМС Индии является более высоким по сравнению с аналогичными подразделениями индийских сухопутных войск, а по ряду требований даже превосходит подготовку личного состава спецназа армий ведущих мировых держав.

Например, в отличие от армий ряда западных стран, где подготовка спецназа ВМС часто ограничивается решением обычных морских и десантно-штурмовых задач, подразделения коммандос ВМС Индии осваивают в полном объеме программу парашютно-десантной подготовки и курс боевых пловцов.

При отборе кандидатов для прохождения службы в спецназе уровень требований к физической и психологической подготовленности чрезвычайно высок, поэтому отсев кандидатов на обучение составляет в среднем до 50 процентов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Зыков, А. В. Характеристика и боевые возможности личного состава вооруженных сил Саудовской Аравии / А. В. Зыков, О. С. Боцман, В. А. Щеголев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 32-36.
2. Новосельцев, О. В. Подготовка спецподразделений иностранных армий для ведения боевых действий под водой и на ее поверхности / О. В. Новосельцев, В. А. Щеголев. – СПб. : ВИФК, 2010. – 106 с.
3. Утенко, В. Н. Физическая подготовка иностранных армий / В. Н. Утенко, В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, Г. Н. Блахин, В. П. Сущенко, В. В. Рябчук. – СПб., 2007. 272 с.
4. Утенко, В. Н. Боевая и физическая подготовка подразделений специального назначения ведущих зарубежных армий / В. Н. Утенко, В. А. Щеголев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2005. – 100 с.
5. Трапезников, С. А. Организация физической подготовки военнослужащих вооруженных сил Великобритании / С. А. Трапезников, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 120-124.

6. Трапезников, С. А. Характеристика и боевые возможности подразделений специальных операций военно-морских сил Ирана / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 86-89.
7. Трапезников, С. А. Система подготовки офицерского состава вооруженных сил Италии / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 52-55.
8. Щеголев, В. А. Опыт организации спортивной работы вооруженных сил ведущих стран НАТО / В. А. Щеголев, В. В. Рябчук // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2009. – № 4. – С. 156-161.
9. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка военнослужащих США : учеб. пособие / В. А. Щеголев, В. П. Сущенко. – СПб. : Изд-во Политехн. ун-та, 2017. – 113 с.
10. Щеголев, В. А. Характеристика и боевые возможности сил специальных операций военно-морского флота Италии / В. А. Щеголев, И. Н. Штамбург // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 2. – С. 94-98.
11. Щеголев, В. А. Оперативная физическая подготовка военнослужащих стран НАТО к выполнению служебно-боевых задач / В. А. Щеголев, Р. В. Кириченко, И. Е. Кабаев, О. И. Белоус // Неделя науки СПбПУ : матлы науч. конф. с междунар. участием (Институт физической культуры, спорта и туризма). – СПб., 2019. – С. 188-190.
12. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка подразделений сил специального назначения ведущих стран НАТО : монография / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2019. – 141 с.
13. Щеголев, В. А. Характеристика и основные задачи подразделений сил специальных операций армии Пакистана / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В.Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 268-272.
14. Зыков, А. В. Международный совет военного спорта (SISM) и его роль в развитии военно-спортивного движения / А. В. Зыков, О. С. Боцман, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 12. – С. 79-81.

REFERENCES

1. Zykov, A. V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the armed forces of Saudi Arabia / A. V. Zykov, O. S. Botsman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
2. Novoseltsev, O. V. Training of special forces of foreign armies for conducting combat operations under water and on its surface / O. V. Novoseltsev, V. A. Shchegolev. – St. Petersburg, MIPT, 2010. – 106 p.
3. Utenko, V. N. Physical training of foreign armies / V. N. Utenko, V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, G. N. Blakhin, V. P. Sushchenko, V. V. Ryabchuk. – St. Petersburg, 2007. – 272 p.
4. Utenko, V. N. Combat and physical training of special purpose units of leading foreign armies / V. N. Utenko, V. A. Shchegolev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2005. – 100 p.
5. Trapeznikov, S. A. Organization of physical training of military personnel of the armed forces of Great Britain / S. A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of power structures: problems, experience, prospects : Proceedings of the All-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 120-124.
6. Trapeznikov, S. A. Characteristics and combat capabilities of special operations units of the Iranian Navy / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 86-89.
7. Trapeznikov, S. A. Training system for officers of the Italian armed forces / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 52-55.
8. Shchegolev, V. A. Experience in organizing sports work of the armed forces of the leading NATO countries / V. A. Shchegolev, V. V. Ryabchuk // Actual problems of physical training of law enforcement agencies. – 2009. – No. 4. – P. 156-161.
9. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of US military personnel: training manual / V. A. Shchegolev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : Publishing house of Polytechnic University, 2017. – 113 p.
10. Shchegolev, V. A. Characteristics and combat capabilities of the special operations forces of the Navy of Italy / V. A. Shchegolev, I. N. Stamburg // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 2. – P. 94-98.

11. Shchegolev, V. A. Operational physical training of military personnel of NATO countries to perform service-combat tasks / V. A. Shchegolev, R. V. Kirichenko, I. E. Kabaev, O. I. Belous // The week of science of Saint Petersburg PSU : Proceedings of the scientific conference with international participation (Institute of physical training, sports and tourism). – 2019. – P. 188-190.
12. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of leading NATO countries : monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
13. Shchegolev, V. A. Characteristics and main tasks of the units of the special operations forces of the Pakistan Army / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Suschenko // Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2020. – P. 268-272.
14. Zykov, A. V. International Military Sports Council (IMSC) and its role in the development of the military sports movement / A. V. Zykov, O. S. Botsman, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev // Theory and practice of physical training. – 2020. – No. 12. – P. 79-81.

УДК 355.233.22(569.4)

АНАЛИЗ ТЕРРОРИСТИЧЕСКИХ АТАК С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ХОЛОДНОГО ОРУЖИЯ В ИЗРАИЛЕ И ДИНАМИКА АКТИВНОСТИ ГРАЖДАН, ЗАПИСЫВАЮЩИХСЯ В СЕКЦИИ ПО ОБУЧЕНИЮ КРАВ МАГА

Бронштейн Роман Борисович, уорент-офицер, старший инструктор по полицейскому Крав Мага, национальная полицейская академия Израиля, Тель-Авив;

Мейер Лиор, суперинтендант, начальник отдела подготовки по Крав Мага и ОФП, национальная полицейская академия Израиля, Тель-Авив;

Ашкинази Сергей Максимович, доктор педагогических наук, профессор, проректор по научно-исследовательской работе, НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург;

Глуханьков Александр Петрович, тренер по боксу Спортивной федерации бокса Санкт-Петербурга, Санкт-Петербург.

RESEARCHING OF THE CORRELATION BETWEEN COLD-WEAPON TERRORISM AND THE NUMBER OF CITIZENS ENROLLED IN THE KRAV MAGA TRAINING SECTION IN THE STATE OF ISRAEL

Bronstein R.B., Warrant officer, Senior instructor in police Krav Maga, National Police Academy of Israel;

Meier L., Superintendent, Head of the Department of training in Krav Maga and general physical training, National Police Academy of Israel;

Ashkinazi S.M., Doctor of Pedagogics, Professor, Vicerector for Research at the Lesgaft NSU, St. Petersburg;

Glukhankov A.P. Boxing coach, Sports of Boxing Federation Saint-Petersburg.

Аннотация:

В статье изложены результаты научно-педагогического исследования проблем при противостоянии терактам с использованием холодного оружия (ножа) в Израиле в период между 13.09.2015 г. до 31.12.2016 г. в разгар эскалации террористических актов палестинских экстремистов во взаимосвязи с количеством граждан, которые записались в секции по Крав Мага для возможного противостояния этим терактам; характерные особенности этих терактов; изучены шансы на выживание в процессе противостояния, динамика, статистика, сформулированы выводы.

Ключевые слова:

терроризм, холодное оружие, ножи, ножевые удары, ножевые травмы, Крав Мага, самооборона.

Abstract:

This article presents the findings of the scientific and pedagogical research in facing terrorist attacks by knife in Israel in the period between 13.09.2015 and 31.12.16 in the midst of the escalation of the wave of Palestinian terrorism and the number of citizens who signed up for the Krav Maga section for possible opposition to these attacks, the characteristic features of these attacks, the chances of survival in the process of confrontation, dynamics, statistics, conclusions.

Key words:

terrorism, cold weapons, knives, knife strikes, knife injuries, Krav Maga, self-defense.

ВВЕДЕНИЕ

Анализ и обобщение нападений с помощью ножа на мирных граждан. В последние годы атаки на мирных граждан с использованием ножа становятся все более распространенными актами террора во многих странах мира. Помимо причинения ущерба качеству жизни человека, они вызывают тревогу и панический страх у населения. Это реальная проблема, она обуславливает необходимость изучения вопросов успешного противостояния ножевому террору и повышению шансов для выживаемости мирных граждан в подобных ситуациях [5].

Феномен ножевых атак привлекает внимание всё большего количества людей по всему миру. Те, кто хотят научиться защищаться от ножевых атак, стараются получить уроки по боевым искусствам и различным методам самообороны [5]. Следует отметить, что в на-

стоящее время очень мало людей, имеющий реальный практический опыт борьбы с подобным насилием не только в Израиле, но в мире в целом, и еще меньше людей, способных поделиться необходимыми знаниями, приобретенным на собственном опыте.

После изучения литературных источников, анализа прошедших событий и статистических материалов, специализированных исследований и просмотра большего количества видеоматериалов, полученных с камер наблюдения, мы получили информацию, которая будет представлена ниже.

Обобщение полученной информации о нападении с использованием ножа позволило сделать следующие умозаключения:

1. В большинстве случаев злоумышленник, во время атаки, пытается произвести сначала атаку рукой без ножа, чтобы, сближаясь на необходимую дистанцию, выполнить захват жертвы и только после этого нанести жертве удар ножом (это отмечено в 71% из просмотренных видео). Данный факт, безусловно, необходимо учитывать, потому как свободная рука без ножа является важнейшей компонентой при попытке ножевой атаки.

Отмеченная тенденция является весьма важной. Зная эту статистику, необходимо избежать системной ошибки, когда в процессе обучения выбираются методики и техники защиты, учитывающие только руку, держащую нож.

2. В большинстве случаев (около 80% задокументированных случаев), злоумышленник не ищет прямой «конфронтации», а устраивает засаду на жертву, используя эффект неожиданности, пытаясь как можно дольше скрыть свои намерения и оружие. Из анализа многочисленных описаний и опросов жертв нападения ножом как в Израиле, так и в других странах, можно понять, что жертва не только не заметила ножа до момента непосредственного нападения, но, более того, была даже убеждена, что просто получила сильные удары, вплоть до момента, пока не заметила кровь, текущую из места ранения.

Отсюда понятно, что злоумышленник будет ждать так называемое «окно момента возможностей» и атаковать жертву, когда этого никто не ждёт или внимание будет отвлечено.

3. Согласно изученным данным, в большинстве случаев вероятность атаки несколькими злоумышленниками составляет около 11%.

4. Большинство атак (около 70%) совершены с критически близкого расстояния - всего в радиусе одного метра. Это расстояние личного разговора или диапазон вытянутой руки, что оставляет очень мало времени для реакции, особенно учитывая, что атака, почти всегда, непредсказуема. Поэтому очень важно контролировать личное пространство вообще, а когда есть вероятность нападения, тем более.

5. Наличие критической дистанции означает, что маловероятен только один удар, а будет нанесено максимально большое количество ударов с разными углами атаки.

6. Наблюдаемые случаи показали, что в 55% случаев жертва теряла равновесие и падала, пытаясь остановить атаку.

7. Продолжительность атаки относительно короткая. Как видно на рисунке 1, с 90%-ой вероятностью время атаки составляет не более 14 секунд, причем с вероятностью около 80% атака будет длиться менее 23 секунд до того момента, как нападавший был нейтрализован или убегал.

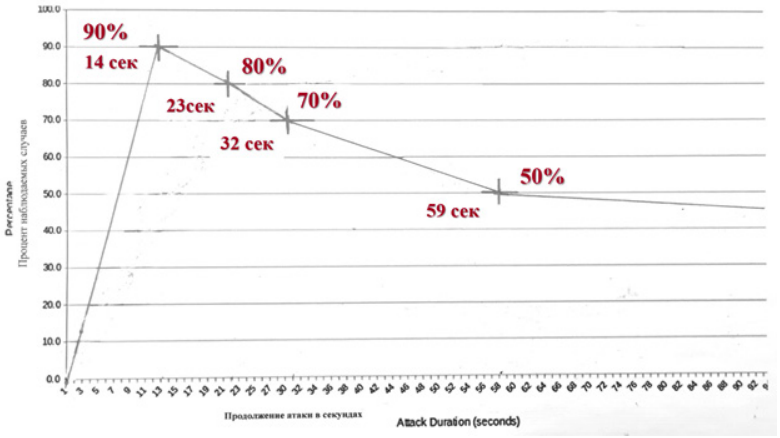


Рисунок 1 – Гистограмма аддитивной статистики длительности террористических атак ножом в Израиле (179 случаев)

В то же время, из рисунка 2 видно, что большинство наблюдаемых атак закончились примерно за 7 секунд.

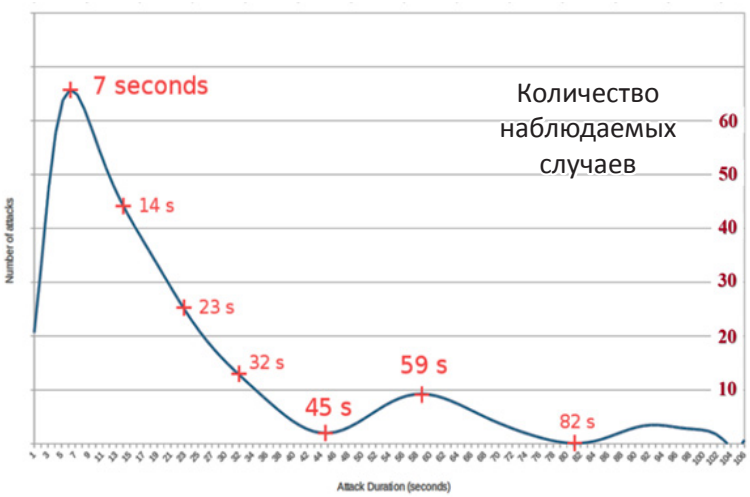


Рисунок 2 – Статистика длительности террористических атак ножом в Израиле (179 случаев)

Опираясь на данные, отраженные на рисунке 2, можно утверждать, что, если жертва отреагирует и защищается в течение 7 секунд, то появляется хороший шанс отразить атаку и выжить. Далее можно сделать вывод, что если время атаки достигает 45 секунд, то есть вероятность, что она продлится дольше, при этом шансы на выживание уменьшаются. Кроме того, согласно задокументированным случаям, оперативная помощь прибудет только через 45 секунд.

При этом, хотим отметить, что данные приведённые выше, нельзя абсолютизировать, учитывая относительно небольшое количество описанных случаев – 179.

8. Большинство терактов с использованием ножа в Израиле нейтрализуются третьей стороной, чаще всего правоохранителями, которые нейтрализуют злоумышленника после силового вмешательства.

9. Чем больше ударов ножом достигают потерпевшего, тем больше шансов на повреждение жизненно важных органов. В то же время, чем больше жертва активно сопротивляется, попытается активно противостоять, бороться за жизнь или разорвать дистанцию и убежать, тем будет меньше степень поражения и, соответственно, шансы на выживание возрастут. Это согласуется с данными исследователей, изучавших тактику и результативность рукопашных схваток [1, 2, 3, 4, 6].

10. Большое количество ножевых ударов не обязательно приведет к летальному исходу, однако бывает достаточно одного точного удара, чтобы нанести значительное и даже опасное повреждение, не совместимое с жизнью.

Представленные результаты усиливают растущую озабоченность у населения в Израиле и во всём мире от нынешней угрозы. Элемент неожиданности, агрессивность, с которой совершается нападение, летальность оружия и легкость его получения усиливают желание населения защитить себя (Bonnafoux, 2016).

Мы изучили корреляцию между количеством людей в стране, которые практикуют Крав Мага (КМ) с даты 13.09.2015 и сравнили данные с датой 31.12.2016 после волны терактов с применением ножей. Таким образом, мы можем проанализировать, как волна террора влияет на готовность людей приобретать необходимые навыки для защиты себя, своих близких и чувствовать себя более уверенно при овладении израильской системой самообороны Крав Мага.

Методы и организация исследования. Это ретроспективное исследование, сравнивающее количество занимающихся в клубах КМ в разных регионах страны за 4 года, за два года до волны террора и два года после него. Данные были собраны по телефону и при лич-

ных встречах с руководителями клубов КМ в течение осенних месяцев (октябрь-ноябрь) и весенних месяцев (март-апрель) в четырех разных городах Израиля: Хайфе, Тель-Авиве, Иерусалиме и Ашдоде, которые подверглись наиболее значительному количеству терактов. Целевую группу населения составляли совершеннолетние граждане в возрасте с 17 до 45 лет, записавшиеся в клубы КМ в названных городах.

Статистический анализ проводился с помощью специальной программы SPSS (AN IBM COMPANY). Непрерывные переменные представлены медианой (Median) и межквартальным диапазоном (IQR). Сравнение среднеарифметических чисел между различными группами было проведено посредством Mann-Whitney-U-test. В зависимости от результатов вторичного анализа, был проведен многомерный анализ с целью охарактеризовать относительный влияние различных переменных на количество участников в клубах.

Результаты исследования. В процессе исследования, независимо от месяцев года и террористических актов, мы обнаружили, что в Хайфе средний показатель записавшихся составлял 11.5, в Тель-Авиве 15.0, в Иерусалиме 20.0 и в Ашдоде 19.0. Кроме того, при сравнении с числом записавшихся в зимние периоды за четыре года не обнаружилось значительных статистических различий между этими четырьмя городами-Хайфа (P. value 0.343), Тель-Авив (P. value 0.029), Иерусалим (P. value 0.029), Ашдод (P. value 0.029), однако общая тенденция показала увеличение количества записавшихся в секции КМ (P. Value – probability of obtaining test results (вероятность получения результатов тестов)).

Соответственно, в весенний период в течение четырех лет также обнаружились несущественные статистические различия между этими четырьмя городами-Хайфа (P. value 0.686), Тель-Авив (P. value 0.486), Иерусалим (P. value 0.686), Ашдод (P. value 0.114), однако общая тенденция четко показала увеличение количества записавшихся в секции КМ в этих городах, как результат волны террора, произошедшей за это время.

В линейной регрессии, где зависимая переменная - это число ежемесячно записавшихся и независимая переменная - год террора и сезон года, отмечается значительная тенденция повышения, что со всей очевидностью свидетельствует о влиянии волны террора на желание граждан Израиля овладеть навыками самообороны для защиты себя от ножевого терроризма.

Таблица 1 – Результаты статистической обработки

Города	Октябрь-Ноябрь			Март-Апрель		
	X1	Sx1	V%	X2	Sx2	V%
Хайфа	(24.75,9.0) 10.5	(9.25,13.0) 12	1.0	(2.1) 10.75	(9.4) 15.0	0.33
Тель-Авив	(33.0,14.0) 22.5	(15.0,12.5) 15	0.19	(1.5) 13.6	(9.7) 15.6	0.01
Иерусалим	(29.5,18.0) 22.5	(24.0,18.25) 20.0	0.80	(1.4) 18.8	(4.6) 25.4	0.01
Ашдод	(26.5,16.25) 22.5	(17.75,15) 16.0	0.03	(1.8) 16.3	(4.8) 21.8	0.02
Всего	(28.4,14.6) 18.1	(17.4,14.3) 15.6	0.23	(15.9,14.5)14.6	(28.4,15.7) 19.8	0.02

Данные представлены как среднеарифметическое, стандартное отклонение и коэффициент вариации для сравнения периодов до и после начала террора.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Как видно из таблицы, в 2015-2016 годах, когда произошли теракты, существенно увеличилось число записавшихся за месяц по сравнению с предыдущими годами.

В исследовании Бреннана, Мура и Шепарда (Brennan, Moore & Shepherd, 2006) было обнаружено, что удары холодным, тупым или острым оружием вызывают более серьезные травмы и ушибы, чем удары руками и ногами. Этот вывод усиливает важность доступности КМ для широкой публики.

Из существующего разнообразия боевых искусств многие эксперты утверждают, что КМ и рукопашный бой лучше всего развивают способности отражать подобные атаки.

Кроме того, Пелег, Розенфельд и Гивон (Peleg, Rozenfeld & Givon, 2017) показали в их исследовании, что возрастными группами, наиболее пострадавшими от терактов, являются возраста 15-29 (47,6%) и 30-44 (21,9%). Эти результаты совпадают с результатами нашего исследования, где наиболее активная группа взрослых находится в возрасте от 17 до 45 лет. Поэтому можно сделать вывод, что люди той же возрастной группы чувствуют потребность в самообороне, учитывая высокий риск стать жертвой теракта.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ашкинази, С. М. Педагогические условия, правила и факторы эффективного обучения рукопашному бою / С. М. Ашкинази // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 9. – С. 14-18.
2. Ашкинази, С. М. О проблеме психологической подготовки к рукопашному бою военнослужащих и сотрудников правоохранительных органов / С. М. Ашкинази, А. Н. Кочергин, В. В. Кузьмин // Современный олимпийский и паралимпийский спорт и спорт для всех : мат-лы конгресса. – М. : РГУФКСиТ, 2008. – С. 368-369.
3. Ашкинази, С. М. Технико-тактическая подготовка в комплексных (смешанных) единоборствах / С. М. Ашкинази, К. В. Климов // Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург; Военный институт физической культуры. – 2-е изд., доп. – СПб., 2016. – 145 с.
4. Козак, В. В. Рукопашный бой : учеб.-метод. пособие / В. В. Козак, С. М. Ашкинази. – Тула, 1992. – 39 с.
5. Таймазов, В. А. Об отношении молодежи к спортивным единоборствам и боевым искусствам и степени их популярности в ряде стран мира / В. А. Таймазов, С. М. Ашкинази, А. А. Обвинцев // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 2. – С. 40-42.
6. Ashkinazi, S. M. The Importance of Hand-to-Hand Fighting for Determining Psychomotor Competence of Antiterrorists / S. M. Ashkinazi, R. M. Kalina, S. P. Novikov, R. Stupnicki // Archives of Budo. – 2005. – Т. 1. – № 1. – С. 8-12.
7. Bonnafoux, P. Self-defense against Knife Attacks: A Full Review / P. Bonnafoux [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.urbanfitandfearless.com/2016/09/self-defence-against-knifeattacks.html.
8. Brennan, I. R. Non-firearm Weapon Use and Injury Severity: Priorities for Prevention / I. R. Brennan, S. C. Moore, J. P. Shepherd // Injury Prevention. – 2006. – № 12 (6). – P. 395-399. – DOI: 10.1136/ip.2006.011858.
9. McHugh, P. A CRAVING FOR KRAV MAGA / Israeli martial art wins armies of devotees in the United States / P. McHugh [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.sfgate.com/health/article/A-CRAVING-FOR-KRAV-MAGA-Israeli-martial-art-2736051.php.
10. Rozenfeld, M. Violence-related Versus Terror-related Stabbings Significant Differences in Injury Characteristics / M. Rozenfeld, A. Givon, K. Peleg // Annals of Surgery. – 2017. – XX. – 1-6. – DOI: 10.1097/SLA.0000000000002143.
11. Netzer, D. IDF Krav Maga – characteristics and operating perceptions. Conceptions and articles affiliated with field of combat fitness and physical fitness in the IDF. Vol. Israel Defense Forces. – 2015.
12. Krav Maga-Israeli combat system. (No date). In the mirror of the history of the Krav Maga [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://idf.org.il/about/history.

REFERENCES

1. Ashkinazi, S. M. Pedagogical conditions, rules and factors of effective teaching of hand-to-hand combat / S. M. Ashkinazi // Theory and practice of physical training. – 2014. – No 9. – P. 14-18.
2. Ashkinazi, S. M. The problem of psychological training for hand-to-hand combat of military personnel and law

enforcement bodies / S. M. Ashkinazi, A. N. Kochergin, V. V. Kuzmin // Olympic and Paralympic sports for all : Congress proceedings. – Moscow, 2008. – P. 368-369.
3. Ashkinazi, S. M. Technical and tactical training in complex (mixed) single combats / S. M. Ashkinazi, K. V. Klimov // the Lesgaft University of Physical training, sports and health. – St. Petersburg, 2016. – 145 p.
4. Kozak, S. M. Hand-to-Hand combat : Training manual / S. M. Kozak. – Tula, 1992. – 39 p.
5. Taymazov, V. A. The attitude of young people to combat sports and martial arts and the degree of their popularity in a number of countries of the world / V. A. Taymazov, S. M. Ashkinazi, A. A. Obvintsev // Theory and practice of physical training. – 2020. – No 2. – P. 40-42.
6. Ashkinazi, S. M. The Importance of Hand-to-Hand Fighting for Determining Psychomotor Competence of Antiterrorists / S. M. Ashkinazi, R. M. Kalina, S. P. Novikov, R. Stupnicki // Archives of Budo. – 2005. – Vol. 1. – No. 1. – P. 8-12.
7. Bonnafoux, P. Self-defense against Knife Attacks: A Full Review / P. Bonnafoux. – Available at : http://www.urbanfitandfearless.com/2016/09/self-defence-against-knifeattacks.html.
8. Brennan, I. R. Non-firearm Weapon Use and Injury Severity: Priorities for Prevention / I. R. Brennan, S. C. Moore, J. P. Shepherd // Injury Prevention. – 2006. – № 12 (6). – P. 395-399, DOI: 10.1136/ip.2006.011858.
9. McHugh, P. A CRAVING FOR KRAV MAGA / Israeli martial art wins armies of devotees in the United States / P. McHugh. – Available at : http://www.sfgate.com/health/article/A-CRAVING-FOR-KRAV-MAGA-Israeli-martial-art-2736051.php.
10. Rozenfeld, M. Violence-related Versus Terror-related Stabbings Significant Differences in Injury Characteristics / M. Rozenfeld, A. Givon, K. Peleg // Annals of Surgery. – 2017. – XX. – 1-6. – DOI: 10.1097/SLA.0000000000002143.
11. Netzer, D. IDF Krav Maga - characteristics and operating perceptions. Conceptions and articles affiliated with field of combat fitness and physical fitness in the IDF. Vol. Israel Defense Forces. – 2015.
12. Krav Maga-Israeli combat system. (No date). In the mirror of the history of the Krav Maga. – Available at : http://idf.org.il/about/history.

УДК 796.41:355.233.22(4/9); 796.093.35(23)

АНАЛИЗ ЗАРУБЕЖНОГО ОПЫТА ПОДГОТОВКИ ГОРНЫХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ В УЧЕБНЫХ ЦЕНТРАХ (ШКОЛАХ)

Бурьян Виктор Владимирович, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры горной и специальной подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Скворцов Сергей Андреевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры горной и специальной подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Демьянов Вячеслав Александрович, доцент кафедры горной и специальной подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Кессель Борис Борисович, инструктор практического обучения кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

ANALYSIS OF FOREIGN TRAINING EXPERIENCE MINING UNITS IN TRAINING CENTERS (SCHOOLS)

Buryan V.V., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Department of mountain and special training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Skvortsov S.A., Candidate of Pedagogics, Associate Professor at the Department of mountain and special training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Demyanov V.A., Associate Professor at the Department (of mountain and special training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Kessel B.B., Instructor of practical training at the Department of Overcoming Obstacles and Hand-to-Hand Combat, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматривается подготовка горных подразделений в учебных центра (школах) зарубежных государств и проводится анализ направленности и содержания горной подготовки в этих учебных центрах, а также предлагаются направления совершенствования Военного института физической культуры и ФГКУ «Центр горной подготовки и выживания «Терскол».

Ключевые слова:

горная подготовка, школа горной подготовки, центр горной подготовки, горная местность.

Abstract:

The training of mountain units in training centers (schools) of foreign countries is considered in the article. The focus and content of mountain training in these training centers, as well as trends for improving the Military Institute of Physical Training and the Federal State Institution «Center for Mountain Training and Survival «Terskol» are analyzed in the article.

Key words:

mountain training, mountain training school, mountain training center, mountainous area.

ВВЕДЕНИЕ

Анализ системы подготовки военнослужащих в горных учебных центрах (школах) привлекателен не только со стороны получения опыта подготовки военнослужащих и подразделений, но и в целях создания современных условий подготовки и методик обучения военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации в горной местности.

Горная местность как театр военных действий интересна для военнослужащих различных военно-учетных специальностей, а от эффективного использования имеющихся знаний, навыков и умений в достаточно агрессивной горной среде зависит качество выполнения поставленной задачи.

Учитывая многие объективные и субъективные факторы горной местности: протяженность и сложность горного рельефа, влияние высоты на организм человека, постоянно изменяющиеся погодные условия, а также условия дислокации, доступности и развития инфраструктуры, большинство воинских формирований как в Российской Федерации, так и зарубежных государствах не располагаются в горах. При этом задачи подготовки и при-

менения военнослужащих в горах являются актуальными для многих стран мира.

Одним из способов решения данного вопроса является создание центров (школ) подготовки, в которых для военнослужащих горных и специальных подразделений формируются принципы, способы и методики обучения в горах.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В настоящий период в мире существует более 30 центров (школ) горной подготовки, из них более 22 в системе НАТО. Центры горной подготовки стран НАТО включены в Международную ассоциацию военных горных школ, приводятся к единому стандарту и лицензируются. Основной целью Международной ассоциации военных горных школ является обмен опытом между военнослужащими разных стран в области военного альпинизма, обучение военных альпинистов в различных центрах, организация взаимодействия между военными горными школами.

В рамках международного военного сотрудничества и обмена опытом Междугородной ассоциацией военных горных школ проводятся конференции, сборы, различного вида состязания в горной местности.

В 2013 году на международную конференцию впервые были приглашены представители Вооруженных Сил Российской Федерации. Конференция проводилась на базе Центра военного альпинизма вооруженных сил Швейцарской Конфедерации. К мероприятию привлекались представители Международной ассоциации военных горных школ от 17 государств: Швейцария, Германия, Франция, Нидерланды, Бельгия, Австрия, Испания, Италия, Дания, Словения, Норвегия, Швеция, Польша, Грузия, США, Канада, Аргентина. В ходе международной конференции проводились теоретические и практические занятия, направленные на обмен опытом в обеспечении безопасности в горной местности. Показаны образцы техники и вооружения, которые применяются для обеспечения безопасности в горах, в том числе использование специального аппарата, создающего дистанционный подрыв, для принудительного схода лавин, который доставляется на вертолете в труднодоступные места горной местности.

Боевая подготовка военнослужащих горных и других подразделений на подобных мероприятиях не рассматривается, по крайней мере, так было заявлено организаторами международной конференции, при этом необходимо понимать, что тренировка военнослужащих военному альпинизму стран НАТО в различных горных центрах направлена не только на изучение горного рельефа и способам передвижения, но на подготовку подразделений к выполнению учебных и учебно-боевых задач на наиболее вероятных горных театрах военных действий.

Анализ и практическое изучение центров (школ) горной подготовки зарубежных государств проводились специалистами горной и физической подготовки Вооруженных Сил Российской Федерации с 2010 по 2016 годы и были направлены на сбор, анализ и обобщение передового опыта подготовки военнослужащих горных подразделений, а также наличие инфраструктуры, образцов военной техники, имущества и снаряжения, которые необходимы для эффективной подготовки подразделений в горах. Практическое изучение проводилось путем посещения учебных центров (школ) горной подготовки и воинских частей Германии, Франции, Австрии, Швейцарии, Словении, Турции, Индии, Узбекистана.

В программах подготовки различных стран, в том числе и в нашей стране, с целью определения уровня подготовленности военнослужащих к действиям в горной местности, предусмотрено выполнение нормативов, характеризующих их профессиональную деятельность [1].

В нашей стране обучение личного состава воинских подразделений, привлекаемых к задачам в горной (высокогорной) местности, осуществляется под руководством командиров горных (высокогорных) подразделений [2].

Рассмотрим основные особенности подготовки военнослужащих в учебных центрах (школах) в вышеуказанных странах, а также в учебных центрах (школах) вооруженных сил Австрии, Словении, Швейцарии, Индии и Узбекистана.

Учебный центр горной подготовки «ВАЛЬНЕР-Казерн», находится в г. Зальфельдене Австрийской Республики. Штатная численность центра состоит из преподавательского состава в количестве 24 офицеров и унтер-офицеров, штаб (14 офицеров и гражданский персонал) и рота новобранцев, состоящая из 145 военнослужащих – рекрутов, 2 офицеров и 34 унтер-офицеров (инструкторов горной подготовки). При этом необходимо обратить

внимание, что весь постоянный состав центра является на мирное время инструкторами-педагогами, а на военное время единым боевым подразделениям для выполнения боевых задач в горах. Основные задачи центра: подготовка всех горных специалистов, подготовка командиров, подготовка специалистов для проведения спасательных работ в горной местности. Обучение инструкторов горной подготовки проводится последовательно в течение 3 лет по 56 видам подготовки (дисциплинам) и подразделяется на зимний и летний период. По окончании всех этапов подготовки военнослужащему присваивается звание инструктора по горной подготовке – горного проводника и выдается сертификат, подтверждающий его квалификацию.

Одна из особенностей учебного центра является то, что инструкторы центра осуществляют обучение военнослужащих на других полигонах и учебно-материальной базе пехотных (горных) бригах вооруженных сил Австрийской Республики. В июне 2013 года в ходе визита делегации Министерства обороны Российской Федерации в 6 пехотную (горную) бригаду вооруженных сил Австрии на полигоне «Хохфильцен» продемонстрировано ротное тактическое учение в горной местности, в котором принимал участие личный состав учебного центра горной подготовки «ВАЛЬНЕР-Казерн». В учении были задействованы вертолеты для огневой поддержки личного состава, проводилась высадка тактического воздушного десанта, эвакуация раненых, в ходе которых военнослужащие показали не только уровень общевойсковой подготовки, но и высокий уровень в альпинисткой подготовке. Анализ используемого альпинистского имущества и снаряжения показал, что в горных подразделениях Вооруженных Сил Российской Федерации существуют аналогичные образцы имущества, снаряжения, за исключением индивидуального лавинного датчика. При этом качество имущества и снаряжения выше в вооруженных силах Австрии (поставщиками являются ведущие в мире фирмы изготовители).

В области международного военного сотрудничества в системе НАТО центр горной подготовки «ВАЛЬНЕР-Казерн» на безвозмездной основе взаимодействуют с центрами Андермат (Швейцария) и Миттенвальд (Германия) и активно участвует в международных соревнованиях среди горных подразделений «Эдельвейс-Рейд», которые проводятся один раз в два года на безе 6 пехотной (горной) бригады. В соревнованиях принимают участие горные подразделения Германии, Швейцарии, США, Канады, Англии, России и т. д.

Подготовка военнослужащих вооруженных сил Франции организуется на базе специализированной школы горной подготовки (Шамони). Школа расположена севернее горы Монблан (4810 м) и располагает развитой учебно-материальной базой. В школе осуществляется обучение офицеров и унтер-офицеров горно-пехотных подразделений, военнослужащих подразделений специального назначения всех видов вооруженных сил Франции, а также военных специалистов других стран. Учебный год в школе разделяется на два периода: зимний и летний. В эти периоды организуются различные курсы и стажировки, длительность которых составляет от одной – двух недель до двух месяцев. Базовая горная подготовка для офицеров и унтер-офицеров горно-пехотных подразделений составляет 12 недель (по 6 недель в каждом периоде). Подготовка горного стрелка включает в себя техническую составляющую – обучение передвижению на различном рельефе местности с использованием специального снаряжения (ски-альпинизм), технике спуска, торможений, поворотов, организация бивуака в зимнее время и занятия по альпинизму, скалолазанию, занятия на леднике, организация восхождений летом. В сочетании с техническими видами горной подготовки проводятся занятия по тактической подготовке и выживанию в горах, оказанию медицинской помощи пострадавшим, а также обучение и совершенствование навыков ведения огня в горах. Военнослужащим, не справившимся с программой обучения, в том числе при выполнении теста по физической подготовке, предоставляется срок для повторной сдачи нормативов. При невыполнении требований повторно, военнослужащий отправляется в пехотные подразделения.

Подготовка военнослужащих Вооруженных Сил Турции осуществляется в школе горной подготовки в Egirdir, включает в себя различные курсы, направленные на подготовку военнослужащих, в том числе командного состава и подразделений специального назначения, а также обучение гражданских, имеющих высшее образование. Одной из основных особенностей является совершение многодневных маршей и полевых выходов (от 200 до 470 км). Обучение в школе проводится при

любых погодных условиях, 86% занятий проводятся в полевых условиях, 60% в ночных условиях. Стрельба на занятиях осуществляется боевыми боеприпасами. Обращаем внимание, что все выпускники высших учебных заведений проходят подготовку в центре горной подготовки. В ходе обучения военнослужащие должны преодолеть различные группы препятствий, в зависимости от курса. Полоса препятствий представляет набор из 127 отдельных препятствий: преодоление препятствий в горно-лесистой местности, преодоление городских коммуникаций и высотных сооружений (башня высотой 76 метров для подъема по стенам, по веревке, десантирования и парашютирования), преодоление водных преград, группа препятствий, направленных на формирование морально-волевых и психологических качеств.

Анализ системы горной подготовки показывает, что вооруженные силы Швейцарии используют кадрово-милицейскую систему комплектования, и выделяется три направления: индивидуальная подготовка (альпинизм и скалолазание, горнолыжная подготовка, выживание и ориентирование в горах), углубленные знания и навыки для командного состава (тактика действий в горах, спасательные операции в горной местности), курс горного проводника (обучение военнослужащих, отвечающих за подготовку военнослужащих первого и второго уровня, и участие в организации операций в горной местности). Кроме того, отдельными курсами проводится повышение квалификации военнослужащих, в основу которой закладываются умения и навыки выполнения учебно-боевых задач на маршрутах высокой сложности. Обучение военнослужащих организовано в Центре военного альпинизма. Центр военного альпинизма дислоцируется в н.п. Андерматт (далее – Центр).

Отбор в Центр осуществляется из числа призывников, изначально имеющих высокие навыки альпинисткой и горнолыжной подготовки. Для прохождения службы в течение 21 недели два раза в год формируется группа в количестве 50 человек, которая в летнем и зимнем периоде осваивает программу альпинисткой и горнолыжной подготовки, а также организацию и проведение спасательных мероприятий.

Отбор и подготовка сержантского состава (руководителей занятий) осуществляется из числа наиболее подготовленных призывников, имеющих хорошие показатели в обучении и желающие проходить военную службу. По окончании 7-ми недель призывных курсов военнослужащие направляются в школу сержантов г. Цюрих. По окончании школы, уже в роли сержанта военнослужащие возвращаются в Центр и участвуют в обучении призывников. Подготовка офицеров для Центра проводится по аналогичной схеме, за исключением сроков пребывания в должности.

Одним из основных направлений деятельности Центра является обучение инструкторов и привлечение гражданских (горных гидов) для применения их в качестве инструкторов и проводников подразделений, действующих в горах. Горные гиды – это высококвалифицированные специалисты, имеющие аккредитацию международного союза альпинистских организаций (UIAA) и способны без дополнительного обучения осуществлять подготовку военнослужащих по альпинисткой и горнолыжной подготовке. Горный гид не является профессиональным военным и привлекается для обучения военнослужащих на основании контракта.

На территории Центра размещены казарменный фонд, медицинский пункт, административные здания, до 12 учебных классов различной направленности, многофункциональный спортивный зал со скалодромом для отработки навыков в передвижении по скальному рельефу, в отдельном здании скалодром для тренировки в действиях по подъему грузов и эвакуации пострадавших, столовая для военнослужащих по призыву и по контракту. Для обеспечения учебного процесса в штат Центра включено более 50 единиц автомобильной техники. В состав полевой учебной базы входит: учебное поле для отработки вопросов поиска людей, попавших в лавину, до десяти оборудованных трасс различной сложности и различным рельефом общей протяженностью около 35 км, до 30 разведанных маршрутов для проведения перевальных походов. Центр включает в себя: управление – 5 человек, взвод инструкторов до 20 военнослужащих на постоянной основе, 10 человек – тыловое обеспечение, 30 военнослужащих из числа штатного батальона, проходящих плановые трехнедельные сборы и выполняющих обязанности инструкторов, 50 военнослужащих (призывников), проходящих начальную подготовку, до 30 военнослужащих горных подразделений иностранных государств, проходящих начальную и базовую подготовку. В военное время количество горных подразде-

лений может быть развернуто до численности пехотного батальона, кроме того возможно привлечение до 32 гидов-инструкторов, не входящих в постоянный состав.

В системе подготовки военнослужащих горных подразделений вооруженных сил Словении можно выделить три основных уровня подготовки: первый уровень – знания и навыки, которыми должны владеть все военнослужащие горных подразделений, второй уровень – углубленные знания и навыки для командного состава этих подразделений, третий уровень – курс горного проводника. Военнослужащий с такой квалификацией отвечает за подготовку военнослужащих первых двух уровней и участвует в разработке операций в горной местности.

Важными задачами, на решение которых направлена концепция развития горной подготовки военнослужащих в Словении, являются: подготовка профессиональных специалистов горной подготовки высшей категории (горных проводников, альпинистов, спасателей), а также базовая и углубленная подготовка военнослужащих, частей и подразделений для действий в горной местности (горнолыжная, альпинистская, противолавинная подготовка, выживание, ориентирование, тактика действий в горах).

Основным местом подготовки для действий в горах и повышения квалификации в области горной подготовки вооруженных сил Словении является Международный Центр горной подготовки (далее – центр). Центр сформирован в 1996 году и располагается в нп. Бохиньска-Бела (между аэропортом «Брник» и озером Блед). В 1999 году центр вошел в Международную ассоциацию военных горных школ и в настоящее время отобран в качестве базы для создания Многонационального центра горной военной подготовки НАТО. Инструкторы горной подготовки центра прошли подготовку в Швейцарии, Австрии и США. В 2011 году Австрия, Италия, Венгрия подписали со Словенией соглашение о подготовке своих военных альпинистов в центре, активно взаимодействуют с военными специалистами по горной подготовке Германии, Турции, Канады и Хорватии. Центр включает в себя все необходимое для качественного обучения и автономной жизнедеятельности: казарменный фонд, медицинский пункт, административные здания, многофункциональный спортивный зал со скалодромом для отработки навыков в передвижении по скальному рельефу, столовую и активно использует объекты спортивной инфраструктуры, находящиеся в подчинении Федерации спорта, в том числе биатлонный комплекс в н.п. Поклюка, где регулярно проходят этапы кубка Мира по биатлону.

Основу системы горной подготовки Республики Узбекистан составляет Ташкентское высшее общевойсковое командное училище (далее – Ташкентское училище) и объединенный горный полигон «Фориш».

Ташкентское училище сформировано в 1918 году и располагается в столице Узбекистана городе Ташкенте. В настоящее время в Ташкентском училище на кафедре горной подготовки, которая создана в 2005 году, готовятся командиры общевойсковых и пограничных подразделений, а для старшего командного состава действуют краткосрочные курсы повышения квалификации. Инфраструктура училища позволяет готовить до 1200 человек со сроком обучения 4 года. Основной задачей кафедры горной подготовки является обязательное обучение всех курсантов училища начальной горной подготовке.

Программа горной подготовки отрабатывается в специализированных классах и на горном городке училища, а горную практику курсанты проходят в 130 километрах от училища в центре горной подготовки Чимган. Обязательным требованием к каждому выпускнику является выполнение норм на знак «Воин-альпинист». В последующем, в связи с дальнейшим прохождением службы в горных подразделениях, офицер проходит подготовку и получает квалификацию и знак «Инструктор горной подготовки». Практическое обучение подразделений в горной местности по программам боевой подготовки проводится на объединенном горном полигоне «Фориш» (далее – полигон). Полигон расположен в горно-пустынной местности на высоте 900 метров над уровнем моря, в 300 км от г. Ташкент и включает в себя необходимую инфраструктуру для качественного обучения и автономной жизнедеятельности: казарменный фонд, медицинский пункт, административные здания, столовую и т. д. Учебно-материальная база и инфраструктура полигона позволяет готовить одновременно до 1000 человек. Период пребывания подразделений на полигоне составляет 14 дней. За этот период под руководством командиров подразделений личный состав получает практику преодоления горных препятствий, тактических действий в

горной местности, ведения огня из стрелкового и группового оружия под различными углами как вверх, так и вниз, особенностей вождения авто и бронетехники, связи, топографии и медицинской подготовки в горной местности. Для подготовки военнослужащих горных подразделений вооруженных сил Узбекистана привлекаются как специалисты горной подготовки из числа военнослужащих, так и специалисты Федерации альпинизма Узбекистана.

Школа горной подготовки (далее – школа) вооруженных сил Республики Индия является единственным учебным заведением, осуществляющим подготовку специалистов (инструкторов) горной подготовки для вооруженных сил. Организационно школа входит в состав Сухопутных войск. Система подготовки и применения подразделений в вооруженных силах Индии построена с учетом постоянной ротации (один раз в три года) подразделений и воинских частей внутри страны. В связи с этим для эффективного применения подразделений необходима соответствующая подготовка, включая и подготовку для действий в горной местности. Для этого соответствующие командиры направляют в школу для обучения необходимое количество сержантов и офицеров из числа командиров подразделений.

Школа создана в 1948 году, основным предназначением школы является обучение командиров подразделений (отделение, взвод, рота) и инструкторов горной подготовки по альпинистской, горнолыжной подготовке и выживанию в условиях экстремального холода в высокогорной местности. Кроме того, на школу возложена задача по подготовке спортивных команд по зимним видам спорта (лыжные гонки, горнолыжный спорт). Пропускная способность школы составляет до 200 военнослужащих в месяц в зависимости от уровня подготовки. Штаб школы и базовый лагерь для обучения военнослужащих по программе горнолыжной подготовки дислоцируется в г. Гульмарге в 65 километрах от столицы штата Джамму и Кашмир. Кроме того, в 150 километрах от штаба и располагается базовый городок н.п. Сонамарг для обучения военнослужащих альпинисткой подготовке на высотах как до 3000 м, так и свыше в 5500 м с применением авиации для доставки и эвакуации. Школа имеет все необходимые условия для качественного обучения и автономной жизнедеятельности: казарменный фонд, медицинский пункт, административные здания, многофункциональный спортивный зал со скалодромом для отработки навыков в передвижении по скальному рельефу, бугельный подъемник и горнолыжную трассу для базовой подготовки на территории школы, столовую как для преподавательского состава, так и для обучаемых. В состав базового курса в зимних условиях входит: горнолыжная подготовка, ледолазание, выживание, спасение в горах. Курс длится 9 недель, в ходе которого проходят обучение 180 военнослужащих (30 из числа офицеров, 150 унтер офицеров, сержантов и солдат). В состав продвинутого курса включены те же виды подготовки, при этом повышение квалификации связано с увеличением высоты и сложности маршрутов. Продолжительность продвинутого курса составляет 3 недели, по завершении курса военнослужащие должны самостоятельно управлять подразделением в горной местности и организовывать поисково-спасательные мероприятия. В ходе курса подготовку проходят 100 военнослужащих (20 из числа офицерского состава, 80 унтер офицеров, сержантов и солдат). В летнем периоде (май-октябрь) проводится два базовых курса по 7 недель каждый с привлечение 210 военнослужащих (30 офицеров, 180 унтер офицеров, сержантов и солдат). В состав базового курса входит альпинистская подготовка (скалолазание, ледолазание), преодоление водных преград, комплексное контрольное занятие. Продвинутый уровень проводится в высокогорной местности (свыше 4500 м) в течение 3 недель, два раза в период. В основу курса положена военная экспедиция на одну из вершин высотой не менее 6000 м. В штате школы состоит 65 инструкторов горной подготовки. Кроме начальника школы и его заместителей остальные инструкторы проходят службу в школе в течение 2 лет, после чего убывают в свои воинские части. Инструкторы школы имеют несколько уровней подготовки. Руководство школы в целях обмена опытом активно сотрудничает с имеющимися в Индии федерациями альпинизма, лыжного и горнолыжного спорта. Альпинистское имущество и снаряжение, используемое в целях подготовки военнослужащих подразделений в горной местности, имеет похожую комплектацию, как и в Вооруженных Силах Российской Федерации. Производство имущества и снаряжения внутри станы проводится только по отдельным наименованиям. Все остальное в основном закупается способом государственных закупок в Европе (Швейцария,

Австрия, Германия, Чехия) и в Северной Америке (США, Канада). При этом внутри страны ведутся научные исследования по применению новых образцов снаряжения.

В соответствии с индийским законодательством военная служба носит ротационный характер, подразумевающий обязательную смену места всеми военнослужащими через три года. В связи с этим в течение службы практически все офицеры, а также значительная часть рядового и сержантского состава сухопутных войск, независимо от полковой принадлежности, хотя бы раз направляются в горно-пехотные либо другие соединения, дислоцированные в горной местности, и проходят специальный курс в учебных подразделениях [3].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Учитывая, что в настоящий период в Вооруженных Силах Российской Федерации сформирована вертикально-интегрированная система управления горной подготовки и круглогодичная система подготовки подразделений, привлекаемых для выполнения задач в горной (высокогорной) местности, проведенный анализ ведущих учебных центров (школ) горной подготовки зарубежных государств, а также деятельность Международной ассоциации горных школ стран НАТО показывает [4]:

необходимость подготовки военнослужащих горных и специальных подразделений Вооруженных Сил Российской Федерации на различных горных театрах военных действий [5];

дальнейшее совершенствование ФГКУ «Центр горной подготовки и выживания «Терскол» Министерства обороны Российской Федерации в части, касающейся лицензирования и получения права ведения образовательной деятельности, и Военного института физической культуры (далее – институт) как базового учебного научно-методического центра в области горной подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации.

Кроме того, учитывая статус Военного института физической культуры как базовой организации государств – участников СНГ по подготовке специалистов физической культуры и спорту для вооруженных сил государств – участников СНГ, имеющей высококвалифицированный профессорско-преподавательский состав и опыт в обучении военнослужащих, а также широкий спектр возможностей (полномочий) института в образовательной деятельности, представляется целесообразным:

провести работу в рамках Совета министров обороны государств – участников Содружества Независимых Государств по созданию на базе института международной ассоциации военного альпинизма стран СНГ и совместной подготовке военнослужащих горных подразделений на территории Российской Федерации и государств СНГ;

ввести в институте смежную военную специализацию «Организация физической и горной подготовки», организовав обучение выпускников, имеющих 4-й уровень горной подготовки и навыки в организации физической и горной подготовки в воинской части [6-8].

Предлагаемые мероприятия позволят создать в институте свою уникальную школу горной подготовки, организовать обучение военнослужащих иностранных государств и придать ему статус ведущего международного учебного научно-методического центра по горной подготовке [10-15].

ЛИТЕРАТУРА

1. Кузенков, С. А. Анализ отечественного и зарубежного опыта подготовки военных специалистов по горной подготовке / С.А. Кузенков, Т. А. Темирханов, С. А. Скворцов // Культура физическая и здоровье. – 2018. – № 1 (65). – С. 107-112.
2. Скворцов, С. А. К вопросу о модели обучения военных специалистов по горной подготовке в вузах Вооруженных Сил Российской Федерации / С. А. Скворцов, С.А. Кузенков, Т. А. Темирханов // Актуальные проблемы реализации образовательного процесса в вузах и общеобразовательных организациях МО РФ : сб. науч. статей Межвуз. науч.-практ. конф. – СПб. : ВИФК, 2018. – С. 165-171.
3. Артемьев, К. С. Особенности подготовки индийских войск ведению боевых действий в условиях горной-лесистой и высокогорной местности / М. Ю. Бомбина, С. А. Скворцов // Сб. статей итог. науч. конф. воен.-науч. общества курсантов Воен. ин-та физ. культуры за 2018 год / Под ред. В. Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 46-51.

4. Бурьян, В. В. Горная подготовка на современном этапе развития Вооруженных Сил Российской Федерации / В. В. Бурьян, С. А. Кузенков // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2018. – № 1. – С. 128-134.
5. Шашкин, Г. А. Основные результаты и перспективные направления научных исследований в области горной подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации / Г. А. Шашкин, С. А. Скворцов, Т. А. Темирханов, С. А. Кузенков // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. за 2018 г., посвящ. 65-ой годовщине образования Научно-исследовательского центра (по физической подготовке и военно-прикладным видам спорта в ВС РФ). – СПб., 2019. – С. 249-258.
6. Шашкин, Г. А. Пути освоения курсантами ВИФК дополнительной квалификации - специалист горной подготовки в интегрированной системе высшего и дополнительного профессионального образования / Г. А. Шашкин, С. А. Скворцов, Т. А. Темирханов // Научные исследования в сфере физической подготовки и спорта в Вооруженных Силах Российской Федерации: опыт и перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 95-летию Тиграна Тиграновича Джамгарова / Под ред. А. Г. Щурова, О. Г. Румба, А. А. Горелова. – СПб., 2017. – С. 203-208.
7. Шашкин, Г. А. Актуальные аспекты обучения курсантов ВИФК по освоению дополнительной квалификации «Инструктор горной подготовки» в образовательном процессе института / Г. А. Шашкин, С. А. Трапезников, С. А. Скворцов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2016. – № 3. – С. 99-105.
8. Трапезников, С. А. Особенности процессов разработки квалификационных требований к уровню подготовленности инструктора горной подготовки / С. А. Трапезников, Г. А. Шашкин, С. А. Скворцов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2017. – № 2. – С. 91-95.
9. Трапезников, С. А. Влияние нормативно-правового регулирования системы дополнительного профессионального образования на учебный процесс Военного института физической культуры / С. А. Трапезников, Г. А. Шашкин, С. А. Скворцов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2017. – № 1. – С. 10-15.
10. Зыков, А. В. Характеристика и боевые возможности личного состава вооруженных сил Саудовской Аравии / А. В. Зыков, О. С. Боцман, В. А. Щеголев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 32-36.
11. Трапезников, С. А. Организация физической подготовки военнослужащих вооруженных сил Великобритании / С. А. Трапезников, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 120-124.
12. Трапезников, С. А. Характеристика и боевые возможности подразделений специальных операций военно-морских сил Ирана / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 86-89.
13. Трапезников, С. А. Система подготовки офицерского состава вооруженных сил Италии / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 52-55.
14. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка подразделений сил специального назначения ведущих стран НАТО : монография / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2019. – 141 с.
15. Щеголев, В. А. Характеристика и основные задачи подразделений сил специальных операций армии Пакистана / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В.Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 268-272.

REFERENCES

1. Kuzenkov, S. A. Analysis of domestic and foreign experience in training military specialists in mountain training / S.A. Kuzenkov, T. A. Temirkhanov, S. A. Skvortsov // Physical training and health. – 2018. – No. 1 (65). – P. 107-112.
2. Skvortsov, S. A. The model of training military specialists in mountain training in higher educational institutions of the Russian Armed Forces / S. A. Skvortsov, S.A. Kuzenkov, T. A. Temirkhanov // Actual problems of the implementation of the educational process in higher educational institutions and general educational organizations of the Russian Defense Ministry: a collection of scientific articles of the Interuniversity scientific-practical conference. – St. Petersburg : MIPT, 2018. – P. 165-171.
3. Artemiev, K. S. Features of training Indian troops to conduct combat operations in mountainous, wooded and high-mountainous terrain / K. S. Artemiev, M. Yu. Bombina, S. A. Skvortsov // Collection of articles of the final

scientific conference of the military-scientific society of cadets of the Military Institute of Physical Training for 2018 / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 46-51.
4. Burian, V. V. Mountain training at the present stage of development of the Russian Armed Forces / V. V. Burian, S. A. Kuzenkov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2018. – No. 1. – P. 128-134.
5. Shashkin, G. A. The main results and perspective trends of scientific research in the field of mountain training in the Russian Armed Forces / G. A. Shashkin, S. A. Skvortsov, T. A. Temirkhanov, S. A. Kuzenkov // Collection of articles of the final scientific and practical conference for 2018, dedicated to the 65th anniversary of the Research Center (on physical training and military-applied sports in the Russian Armed Forces). – St. Petersburg, 2019. – P. 249-258.
6. Shashkin, G. A. Ways of mastering additional qualifications by MIPT cadets - specialist of mountain training in the integrated system of higher and additional professional education / G. A. Shashkin, S. A. Skvortsov, T. A. Temirkhanov // Scientific research in the field of physical training and sports in the Russian Armed Forces: Experience and Prospects. Proceedings of the All-Russian scientific-practical conference dedicated to the 95th anniversary of Tigran Tigranovich Dzhamgarov / Ed. by A. G. Shchurov, O. G. Rumba, A. A. Gorelov. – St. Petersburg, 2017. – P. 203-208.
7. Shashkin, G. A. Actual aspects of training cadets of the MIPT on the development of additional qualifications «Instructor of mountain training» in the educational process of the Institute / G. A. Shashkin, S.A. Trapeznikov, S.A. Skvortsov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2016. – No. 3. – P. 99-105.
8. Trapeznikov, S. A. Features of the processes of development of qualification requirements to the level of training a mountain training instructor / S. A. Trapeznikov, G. A. Shashkin, S. A. Skvortsov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 2. – P. 91-95.
9. Trapeznikov, S. A. Influence of normative-legal regulation of the system of additional professional education on the educational process of the Military Institute of Physical Training / S. A. Trapeznikov, G. A. Shashkin, S. A. Skvortsov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 1. – P. 10-15.
10. Zykov, A. V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the armed forces of Saudi Arabia / A. V. Zykov, O. S. Botsman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
11. Trapeznikov, S. A. Organization of physical training of military personnel of the armed forces of Great Britain / S. A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of power structures: problems, experience, prospects : Proceedings of the all-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 120-124.
12. Trapeznikov, S. A. Characteristics and combat capabilities of special operations units of the Iranian Navy / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 86-89.
13. Trapeznikov, S. A. Training system for officers of the Italian armed forces / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 52-55.
14. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of leading NATO countries : Monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
15. Shchegolev, V. A. Characteristics and main tasks of the units of the special operations forces of the Pakistan Army / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Suschenko // In the collection: Russian Defense Ministry : Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2020. – P. 268-272.

УДК 77.03.41

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ СОТРУДНИКОВ СИЛОВЫХ СТРУКТУР

Дутчак Павел Романович, кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Мифтахов Ренат Равильевич, соискатель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Цуркан Олег Валерьевич, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

CONCEPTUAL FRAMEWORK FOR SECURITY PERSONAL SECURITY OF LAW ENFORCEMENT OFFICERS

Dutchak P.R., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Professor at the Department of overcoming obstacles and hand-to-hand combat, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Miftakhov R.R., Applicant, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Tsurkan O.V., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Associate Professor at the Department of overcoming obstacles and hand-to-hand combat, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье проанализирована взаимосвязь понятий «безопасность», «угроза», «личная безопасность» применительно к деятельности сотрудников федеральных органов исполнительной власти в сфере безопасности и охраны правопорядка. Установлено, что личная безопасность сотрудников является компонентом профессиональной подготовки, а также одним из важных условий, обеспечивающих эффективность деятельности силовых структур. Рассмотрены компоненты системы обеспечения личной безопасности сотрудников силовых структур, факторы, воздействующие на компоненты данной системы, а также основные направления деятельности по обеспечению личной безопасности сотрудников.

Ключевые слова:

силовые структуры, безопасность, угроза, личная безопасность.

Abstract:

The article analyzes the relationship between the concepts of «security», «threat», and «personal security» in relation to the activities of employees of Federal Executive authorities in the field of security and law enforcement. It is established that the personal safety of employees is a component of professional training, as well as one of the important conditions for ensuring the effectiveness of law enforcement agencies. The components of the system for ensuring the personal safety of law enforcement officers, the factors affecting the components of this system, as well as the main activities for ensuring the personal safety of employees are considered.

Key words:

law enforcement agencies, security, threat, personal security.

ВВЕДЕНИЕ

Анализ доступной литературы по вопросаАнализ доступной литературы по вопросам безопасности показывает многозначность самого термина «безопасность». Применительно к конкретным видам человеческой деятельности безопасность как явление представляет собой сложную систему, структурные компоненты которой формируются и взаимодействуют под влиянием опасностей и угроз, характерных для данного вида деятельности. Диалектическая взаимосвязь системы безопасности с внешними и внутренними опасностями и угрозами является критерием эффективности систем безопасности, а также движущей силой их развития.

Вопросы безопасности личности в различных видах деятельности имеют свои отличительные особенности. С одной стороны – это функции различных структур (правоохрани-

тельных органов, служб безопасности, подразделений по охране труда и т. д.), направленные на обеспечение оптимальных условий деятельности человека (личности) или групп людей. С другой – это субъективное отношение и субъективная оценка потенциальных и реальных опасностей и угроз, а также готовность им противостоять, так называемый человеческий фактор.

При рассмотрении деятельности силовых структур в современных условиях представляется правомерным рассматривать вопросы обеспечения безопасности их сотрудников как актуальную научную и практическую задачу, способствующую созданию условий для успешного выполнения оперативно-служебных задач.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Учитывая широту и разнообразность трактовок понятия «безопасность», целесообразно определиться с терминами, которые используются нами для научного обоснования проблемы обеспечения личной безопасности сотрудников силовых структур. Под безопасностью мы понимаем состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз. Основные объекты безопасности: личность – ее права и свободы; общество – его материальные и духовные ценности; государство – его конституционный строй, суверенитет и территориальная целостность [1].

Несмотря на то, что данное определение дано в утратившей силу редакции Закона РФ «О безопасности», оно отражает:

– суть безопасности (защищенность от угроз);

– классификацию угроз по их направленности (внешние и внутренние);

– основные объекты безопасности.

В рамках нашего исследования изложенное определение позволяет сделать ряд выводов.

1. Состояние защищенности следует рассматривать не только как благоприятное стечение обстоятельств, а, в первую очередь, как результат целенаправленной деятельности по выявлению, предупреждению и пресечению угроз.

2. Личность (человек) является и объектом, и субъектом обеспечения безопасности. Безопасность личности – состояние защищенности жизни, здоровья, чести и достоинства человека, его прав и свобод.

3. Обеспечение безопасности личности – условие обеспечения безопасности других уровней (общества и государства), но положение личности обусловлено состоянием общества и государства. С другой стороны, и государственные структуры, и общественные институты реализуют свои функции по выявлению, предупреждению и пресечению угроз через уполномоченных лиц (сотрудников), которые в процессе профессиональной деятельности противостоят угрозам, подвергая опасности свою жизнь и здоровье.

4. В рамках обеспечения безопасности личности необходимо рассматривать вопрос личной безопасности сотрудников силовых структур:

– как компонент их профессиональной подготовки;

– как одно из условий, повышающих эффективность деятельности по предотвращению угроз или минимизации ущерба от их воздействия на объекты безопасности;

– как элемент собственной безопасности силовых структур.

В диалектической взаимосвязи с понятием «безопасность» находятся понятия «опасность», «угроза», «риск».

Словарь чрезвычайных ситуаций определяет опасность как потенциальную возможность возникновения процессов или явлений, способных вызвать поражение людей, наносить материальный ущерб и разрушительно воздействовать на окружающую атмосферу [2]. Другие определения данного понятия, отличаясь по формулировке, содержат, на наш взгляд, ключевую характеристику, выраженную словами: возможность, намерение, причина.

Угроза – это возможность причинения вреда, возможность наступления опасного сочетания ситуации и состояния взаимодействия объектов, которое делает опасность реальной [3]. И.В. Радиков характеризует угрозу как наиболее конкретную и непосредственную форму опасности, создаваемую целенаправленной деятельностью откровенно враждебных сил [4].

Рассматривая различия между опасностью и угрозой, И.В. Радиков отмечает, что последнюю отличает степень готовности к причинению того или иного ущерба. Угроза – это стадия крайнего обострения противоречий, непосредственно предконфликтное состояние, когда налицо готовность одного из субъектов применить силу в отношении другого

конкретного объекта для достижения целей. Угроза заключает в себе два компонента: намерения и возможность нанесения ущерба интересам безопасности, а опасность ограничивается наличием только одного из этих компонентов [4].

На наш взгляд, применительно к деятельности сотрудников силовых структур целесообразно рассматривать противодействие именно угрозам, поскольку при выполнении своих служебных обязанностей они напрямую сталкиваются с активным противодействием правонарушителей, способных причинить вред не только интересам общества и государства, но и непосредственно конкретному сотруднику.

Риск – понятие, которое имеет большое количество трактовок, в которых отражаются особенности того или иного вида деятельности. Общим положением, которое присутствует в многочисленных формулировках, является необходимость принятия решения. На наш взгляд, наличие реальных угроз здоровью и жизни сотрудников силовых структур в процессе выполнения должностных обязанностей дает основание рассматривать понятие риска с точки зрения психологической науки.

В психологии риск рассматривают как три основных взаимосвязанных значения:

– как мера ожидаемого неблагополучия при неуспехе в деятельности, определяемая сочетанием вероятности неуспеха и степени неблагоприятных последствий;

– как действие, в том или ином отношении грозящее субъекту потерей (проигрышем, травмой, ущербом);

– как ситуация выбора между двумя возможными вариантами действия: менее привлекательным, однако более надежным, и более привлекательным, исход которого проблематичен и связан с возможными неблагоприятными последствиями [5].

Риск – ситуативная характеристика поведения и деятельности, заключающаяся в принятии решения, которое, с одной стороны, заметно увеличивает предполагаемый выигрыш, с другой – уменьшает вероятность его достижения и увеличивают масштабы возможного проигрыша в случае неудачи. Как правило, риск в той или иной степени присутствует в процессе принятия решения в конфликтных ситуациях. Он связан с трудностями в прогнозировании ответной реакции оппонента, динамичностью, неопределенностью и сложностью конфликтной ситуации [5].

Именно трудности в прогнозировании поведения правонарушителя, возникновения и развития конфликтной ситуации, а также необходимость выбора способа противодействия правонарушителю (ситуации, где возможно применение физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия) являются наиболее значимой проблемой при обучении сотрудников силовых структур навыкам личной безопасности.

Таким образом, процесс обеспечения личной безопасности целесообразно рассматривать как совокупность мер, принимаемых организованно или инстинктивно лицом (группой лиц), для предотвращения угрозы здоровью и жизни человека, а также материального и морального ущерба.

Под обеспечением личной безопасности сотрудников силовых структур понимается специально разработанная система мер, направленная:

– на обеспечение социальной защищенности сотрудников и членов их семей;

– на предотвращение угрозы жизни и здоровью в процессе служебной деятельности;

– на профессиональную подготовку к эффективным действиям в условиях возможного применения физической силы специальных средств и огнестрельного оружия.

В данной системе системообразующим фактором выступают требования и условия оперативно-служебной деятельности той или иной силовой структуры. В качестве основных компонентов системы можно выделить: правовой, оперативный, психологический и тактико-технический.

Правовой компонент представлен функционированием в государстве нормативно-правовых актов, регламентирующих:

– деятельность федеральных органов исполнительной власти в сфере безопасности и охраны правопорядка, а также полномочия их сотрудников;

– вопросы применения оружия, специальных средств и физической силы, в том числе боевых приемов борьбы;

– социальные гарантии сотрудникам силовых структур, защиту их чести и личного достоинства;

– ответственность за превышение должностных полномочий сотрудниками силовых структур.

Оперативный компонент подразумевает средства, методы и тактику деятельности силовых структур в целом, отдельных структур-

ных подразделений, а также их особенности в процессе выполнения конкретных оперативно-служебных заданий.

Психологический компонент определен тем, что действия по предотвращению и преобразованию угроз представляют собой комплексную деятельность, требующую перцептивных, интеллектуальных и психомоторных знаний, навыков и умений. В подавляющем большинстве случаев эта деятельность протекает в вариативно конфликтных ситуациях, в которых каждая сторона пытается достичь цели, навязывая свою волю, используя свои преимущества и слабые стороны противника. Характерными особенностями таких ситуаций являются опасность, дефицит времени на принятие решений, недостаток информации о противнике, высокая эмоциональная напряженность. Формирование психологической готовности к действиям в экстремальных ситуациях остается актуальной задачей профессиональной подготовки сотрудников силовых структур.

Тактико-технический компонент предполагает:

– знание тактики индивидуальных и групповых действий в типовых ситуациях;

– наличие оптимального уровня развития основных физических качеств (выносливости, силы, быстроты, ловкости);

– владение минимально необходимым объемом прикладных двигательных навыков, в том числе применения оружия, специальных и подручных средств, а также боевых приемов борьбы.

Разделение на перечисленные компоненты достаточно условно, поскольку они тесно переплетаются в действиях, сопряженных с опасностью и дефицитом времени. Так, пробелы в профессиональной подготовке могут стать причиной возникновения угрозы со стороны правонарушителя. Незнание правил применения оружия может вызвать неуверенность в действиях сотрудника и привести к завладению оружием противной стороной. Чрезмерное эмоциональное возбуждение (гнев, страх) отрицательно влияет на точность и эффективность двигательных действий. Низкий уровень развития физических качеств и прикладных двигательных навыков могут быть причиной неуверенного поведения в сложной ситуации, влекущего за собой невыполнение поставленной задачи.

Система мер по обеспечению личной безопасности сотрудников может корректироваться под влиянием объективного и субъективного факторов. Изменение правовых норм, регулирующих деятельность силовых структур, условий применения оружия, специальных средств и физической силы, состояние и тенденции изменения криминальной обстановки в государстве, полнота и качество различных видов обеспечения деятельности силовых структур являются объективными условиями, влияющими на средства и формы обеспечения личной безопасности сотрудников.

Субъективный фактор воздействует на содержание каждого компонента личной безопасности сотрудников силовых структур. Он заключается во влиянии состояния здоровья, уровня профессиональной подготовленности, психологической устойчивости и физической тренированности на состояние личной защищенности сотрудника. Вместе с тем в процессе деятельности проявляется растущее противоречие между повышением уровня профессионального мастерства и возрастным снижением функциональных возможностей организма и физической подготовленности сотрудников.

Наличие субъективного фактора позволяет влиять на качество обеспечения личной безопасности сотрудников путем формирования специальных знаний, а также практических навыков и умений, позволяющих предотвращать угрозы жизни и здоровью, неприкосновенности оружия и оперативно-технических средств в процессе служебной деятельности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, обеспечение личной безопасности сотрудников силовых структур является одним из наиболее значимых условий, обеспечивающих эффективность профессиональной подготовки и оперативно-служебной деятельности федеральных органов исполнительной власти в сфере безопасности и охраны правопорядка.

Определение наиболее вероятных угроз, разработка тактики и техники действий по их предотвращению или устранению, обоснование методик подготовки сотрудников, внедрение методических разработок в практику профессиональной подготовки можно рассматривать как составную часть системы мер, направленных на обеспечение личной безопасности сотрудников силовых структур.

ЛИТЕРАТУРА

1. Закон РФ от 5 марта 1992 г. № 2446-I «О безопасности» (утратил силу) [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://base.garant.ru/10136200/ (дата обращения : 28.08.2020).
2. Словарь чрезвычайных ситуаций [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://dic.academic.ru/dic.nsf/emergency/1694/Опасность (дата обращения : 28.08.2020).
3. Российская энциклопедия по охране труда / Под ред. В. К. Варова, И. А. Воробьева, А. Ф. Зубкова, Н. Ф. Измерова. – М. : НЦ ЭНАС, 2007 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://labor_protection.academic.ru/1593 (дата обращения : 29.08.2020).
4. Радиков, И. В. Теория и политика национальной безопасности : материалы к лекциям / И. В. Радиков [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://docviewer.yandex.ru/view/25413969/?page=46&* (дата обращения : 14.08.2020).
5. Анцупов, А. Я. Словарь конфликтолога / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. – 2009 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://vocabulary.ru/termin/risk.htm (дата обращения : 30.08. 2020).

REFERENCES

1. The law of the Russian Federation of 5 March 1992 No 2446-I «On security» (expired). – Available at : https://base.garant.ru/10136200/.
2. Dictionary of emergency situations. – Available at : https://dic.academic.ru/dic.nsf/emergency/1694/Опасность.
3. Russian encyclopedia of occupational health and safety. – Moscow : RC ENAS, 2007/ Ed. V. K. Varov, I. A. Vorobyov, A. F. Zubkov, N. F. Izmerov. – Available at : https://labor_protection.academic.ru/1593.
4. Radikov, I. V. Theory and policy of national security : materials for lectures / I. V. Radikov. – Available at : https://docviewer.yandex.ru/view/25413969/?page=46&*.
5. Antsupov, A. Ya. Dictionary of conflictologist / A. Ya. Antsupov, A. I. Shipilov. – 2009. – Available at : https://vocabulary.ru/termin/risk.htm.

УДК: 799.311.21

СТРЕЛКОВАЯ ПОДГОТОВКА КУРСАНТОВ ВУЗОВ ФСИН РОССИИ СРЕДСТВАМИ СЛУЖЕБНОГО БИАТЛОНА

Елохов Иван Владимирович, старший преподаватель кафедры огневой и физической подготовки, Пермский институт Федеральной службы исполнения наказания России, Пермь;

Зубков Дмитрий Александрович, кандидат педагогических наук, доцент, Чайковский государственный институт физической культуры, Чайковский.

CADETS' SHOOTING TRAINING AT HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE FEDERAL PENITENTIARY SERVICE OF RUSSIA THROUGH SERVICE BIATHLON

Elokhov I.V., Senior lecturer at the Department of firearms and physical training, Perm Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia, Perm;

Zubkov D.A., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Tchaikovsky State Physical Education Institute, Tchaikovsky.

Аннотация:

В статье представлены результаты выполнения курсантами Пермского института Федеральной службы исполнения наказания России учебных стрельб из пистолета Макарова при реализации методики формирования стрелковой подготовленности курсантов вузов ФСИН России средствами служебного биатлона.

Ключевые слова:

стрельба из пистолета, стрелковая подготовка, огневая подготовка, пистолет Макарова, курсанты вузов ФСИН

Abstract:

The article presents the Makarov gun target practice results by students of the Perm Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia when implementing the methods for the cadets' shooting skills development at higher educational institutions of the FPS of Russia through service biathlon.

Key words:

gun shooting, marksmanship, firearms training, Makarov gun, cadets of higher educational institutions of the Federal Penitentiary Service

ВВЕДЕНИЕ

Одной из ключевых компетенций, которыми должен овладеть курсант вуза ФСИН России, является его способность к выполнению стрельбы из боевого оружия. В первую очередь, речь идет о пистолете Макарова [2].

Так как формирование стрелковой подготовленности у подавляющего большинства будущих сотрудников силовых ведомств и правоохранительных органов, в том числе будущих сотрудников ФСИН России, начинается в период получения профессионального образования в рамках дисциплины «Огневая подготовка», на первый план выходит вопрос повышения результативности и эффективности этого процесса [1].

В последнее время специалисты в области огневой подготовки склоняются к мысли, что ее целесообразно осуществлять средствами служебно-прикладных видов спорта, одним из которых является служебный биатлон. Его основное отличие от спортивного как раз и заключается в стрельбе из боевого табельного оружия – пистолета Макарова [3, 4].

Эта идея легла в основу проводимой нами опытно-экспериментальной работы по обоснованию и апробации методики формирования стрелковой подготовленности курсантов вузов ФСИН России средствами служебного биатлона.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

При определении цели и задач методики исходили из определения понятия «стрелковой подготовленности», под которой мы предлагаем понимать *«степень освоения теоретических знаний и сформированности навыков работы с огнестрельным оружием»*.

В содержание методики предусмотрели теоретическую, физическую, стрелковую и психологическую подготовку курсантов.

Физическую и стрелковую подготовку осуществляли сопряжено – курсанты выполняли стрельбу после кратковременной физической

нагрузки умеренной интенсивности.

Средствами служебного биатлона, которые составили основу методики являлись:

– стрелковые упражнения;

– педагогические и психологические средства воздействия на обучающихся;

– кратковременные упражнения с физической нагрузкой умеренной интенсивности.

Разработанная методика была реализована в рамках формирующего эксперимента, который состоялся на базе Пермского института ФСИН России с курсантами набора 2016 года.

Общее количество испытуемых составило 80 человек – две группы по 40 курсантов в каждой.

Учебные стрельбы курсанты выполняли из пистолета Макарова (выполняли 1 и 5 упражнения учебных стрельб). С каждой группой проходило два занятия в неделю на протяжении двух семестров.

По общему объему часов, по количеству занятий и часов в неделю, по тематическому содержанию программы, по числу подходов для выполнения учебных стрельб, по числу выстрелов в подходе и общему количеству произведенных выстрелов за занятие различий в организации стрелковой подготовки курсантов контрольной и экспериментальной групп не было.

Принципиальное отличие было только одно – курсанты экспериментальной группы перед непосредственным выполнением учебных стрельб получали кратковременную физическую нагрузку умеренной интенсивности.

Результаты реализации методики (относительно стрелковой подготовленности курсантов) представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Динамика результатов выполнения учебных стрельб курсантов контрольной и экспериментальной групп (% от числа курсантов в группе)

Контрольное испытание	Этап эксперимента	Уровни выполнения							
		«отлично»		«хорошо»		«удовлетворительно»		«неудовлетворительно»	
		КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
1 УУС	НЭ	20	22,5	25	22,5	20	22,5	35	32,5
	КЭ	25	37,5	30	32,5	20	20	25	10
5 УУС	НЭ	20	15	17,5	22,5	30	27,5	32,5	35
	КЭ	22,5	22,5	25	42,5	25	32,5	27,5	2,5
5 УУС полигон	НЭ	15	15	20	25	32,5	30	32,5	30
	КЭ	20	20	22,5	32,5	27,5	42,5	30	5

В начале эксперимента был проведен входной контроль, в виде учебных стрельб.

Для определения критериев и разбивки по результатам, было принято результаты по стрельбе разбивать на 4 критерия: «неудовлетворительно», «удовлетворительно», «хорошо» и «отлично», что соответствует действующему наставлению по огневой подготовке сотрудников.

В результате диагностики испытуемых по условиям выполнения 1 УУС в контрольной группе мы получили следующие результаты: процент выполнения на оценку «неудовлетворительно» составил 35, 20% получили оценку «удовлетворительно», оценку «хорошо» – 25% и оценку отлично получили – 20% испытуемых.

В результате диагностики испытуемых по условиям выполнения

1 УУС в экспериментальной группе мы получили следующие результаты: процент выполнения на оценку «неудовлетворительно» составил 32,5, 22,5% получили оценку «удовлетворительно», оценку «хорошо» – 22,5% и оценку отлично – 22,5% испытуемых.

По условиям выполнения 5 УУС в контрольной группе мы получили следующие результаты: процент выполнения на оценку «неудовлетворительно» составил 32,5%, 30% получили оценку «удовлетворительно», оцен-

ку «хорошо» – 17,5% и оценку отлично – 20% испытуемых.

По условиям выполнения 5 УУС в экспериментальной группе мы получили следующие результаты: процент выполнения на оценку «неудовлетворительно» составил 35%, 27,5 получили оценку «удовлетворительно», оценку «хорошо» – 22% и оценку отлично получили – 15% испытуемых.

По результатам выполнения 5 УУС в контрольной группе в условиях стрелкового полигона открытого типа мы получили следующие данные: процент выполнения на оценку «неудовлетворительно» составил 32,5%, 32,5% получили оценку «удовлетворительно», оценку «хорошо» – 20% и оценку отлично – 15% испытуемых.

По результатам выполнения 5 УУС в экспериментальной группе в условиях стрелкового полигона открытого типа мы получили следующие данные: процент выполнения на оценку «неудовлетворительно» составил 30%, 30 получили оценку «удовлетворительно», оценку «хорошо» – 25% и оценку отлично получили – 15% испытуемых.

В результате проведенного статистического анализа полученных данных нами было установлено, что достоверной разницы между результатами курсантов контрольной и экспериментальной групп выявлено не было, что позволило нам перейти к апробации методики.

В условиях тира перед выполнением стрельб курсанты выполняли комплекс упражнений, включающий в себя выпрыгивания в вверх из положения полного приседа, сгибания-разгибания рук в упоре лежа, челночный бег 3х25 метров. Последовательность выполняемых упражнений в ходе поведения экспериментальной части менялась с периодичностью один раз в неделю, с целью предотвращения адаптации организма к одинаковой нагрузке.

В условиях стрелкового полигона применяли бег на 300 метров, по завершении которого, испытуемый выполнял 3 прицельных выстрела в стандартную мишень, предусмотренную 1 УУС. Среднее время пробегания трёхсотметрового отрезка составляло 65 – 70 секунд.

По завершению эксперимента был проведен контрольный срез результатов выполнения 1 УУС, 5 УУС и 5 УУС в условиях полигона в контрольной и экспериментальной группах.

По условиям выполнения 1 УУС в контрольной группе мы получили следующие результаты: процент выполнения на оценку «неудовлетворительно» составил 25%, 20% получили оценку «удовлетворительно», оценку «хорошо» – 30% и оценку отлично получили – 25% испытуемых.

По условиям выполнения 1 УУС в экспериментальной группе результаты следующие: процент выполнения на оценку «неудовлетворительно» составил 10%, 20% получили оценку «удовлетворительно», оценку «хорошо» – 32,5% и оценку отлично у – 37,5% испытуемых.

За период эксперимента статистически значимые изменения произошли в результатах выполнения этого контрольного испытания у испытуемых обеих групп, но наблюдаемая между показателями двух групп разница является статистически достоверной и свидетельствует о более высоких результатах, продемонстрированных испытуемыми экспериментальной группы.

По условиям выполнения 5 УУС в контрольной группе мы получили следующие результаты: процент выполнения на оценку «неудовлетворительно» составил 27,5%, 25% получили оценку «удовлетворительно», оценку «хорошо» – 25% и оценку отлично получили – 22,5% испытуемых.

По условиям выполнения 5 УУС в экспериментальной группе мы получили следующие результаты: процент выполнения на оценку «неудовлетворительно» составил 2,5%, 32,5% получили оценку «удовлетворительно», оценку «хорошо» – 42,5% и оценку отлично получили – 22,5% испытуемых.

На момент окончания эксперимента наблюдаемые положительные сдвиги в обеих группах являлись статистически достоверными, однако также статистически достоверной оказалась разница в результатах, продемонстрированных испытуемыми контрольной и экспериментальной групп при более высоких значениях в последней.

По условиям выполнения 5 УУС полигон в

контрольной группе мы получили следующие результаты: процент выполнения на оценку «неудовлетворительно» составил 30%, 27,5% получили оценку «удовлетворительно», оценку «хорошо» – 22,5% и оценку отлично получили – 20% испытуемых.

По условиям выполнения 5 УУС полигон в экспериментальной группе мы получили следующие результаты: процент выполнения на оценку «неудовлетворительно» составил 5%, 42,5% получили оценку «удовлетворительно», оценку «хорошо» – 32,5% и оценку отлично получили – 20% испытуемых.

По итогам эксперимента статистически достоверные изменения были зафиксированы только в результатах, продемонстрированных испытуемыми экспериментальной группы.

Наблюдаемый прирост результатов испытуемых контрольной группы имеет характер устойчивой положительной тенденции, но не является статистически достоверным.

По окончании эксперимента курсанты экспериментальной группы стали демонстрировать более высокие результаты при выполнении этого контрольного испытания по сравнению с результатами курсантов контрольной группы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, можно говорить о положительном влиянии средств служебного биатлона на уровень стрелковой подготовленности курсантов вузов ФСИН России, в первую очередь, на результаты выполнения стрельбы при ограничении времени на ее осуществление.

Разработанная методика может быть реализована как в условиях стрелкового полигона, так и тира закрытого типа. Также ее целесообразно использовать в тренировочном процессе спортсменов, занимающихся прикладными видами спорта.

ЛИТЕРАТУРА

1. Теория и методика эффективного обучения курсантов и слушателей образовательных организаций Российской Федерации стрельбе из штатного оружия / Е. Ю. Архипов, Г. Н. Блахин, Г. Г. Дмитриев [и др.]. – СПб. : Свое издательство, 2018. – 280 с.
2. Гофман, А. А. Действующий курс стрельб из стрелкового оружия для сотрудников уголовно-исполнительной системы: целесообразность совершенствования / А. А. Гофман, Т. В. Степанова // Вестник Владимирского юридического института. – 2016. – № 1 (38). – С. 19-21.
3. Михеев, П. П. Эффективность комплексного применения физических упражнений в огневой подготовке курсантов и слушателей ВУЗов МВД России / П. П. Михеев, Е. В. Флусов // Актуальные проблемы социально-гуманитарных наук и образования. – Подольск, 2015. – С. 226-230.
4. Солоницин, Р. А. Направленное развитие двигательных способностей курсантов вузов ФСИН России для точной стрельбы в условиях утомления : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Солоницин Роман Аркадьевич. – Набережные Челны, 2011. – 196 с.

REFERENCES

1. Theory and methods of standard shooting weapons effective training of cadets and students of educational institutions of the Russian Federation / E. Yu. Arkhipov, G. N. Blakhin, G. G. Dmitriev [et al.]. – St. Petersburg : Svoye izdatelstvo, 2018. – 280 p.
2. Gofman, A. A. The current course in marksmanship of small arms for the employees of the penal system: the expediency of improving / A. A. Gofman, T. V. Stepanova // Bulletin of the Vladimir Law Institute. – 2016. – No. 1 (38). – P. 19-21.
3. Mikheev, P. P. The effectiveness of the integrated use of physical exercises for firearms training of cadets and students of higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia / P. P. Mikheev, E. V. Flusov // Actual problems of humanities, social sciences and education. – Podolsk, 2015. – P. 226-230.
4. Solonitsin, R. A. The directed development of motor abilities of cadets of higher educational institutions of the Federal penitentiary service of Russia for accurate shooting under the conditions of fatigue : PhD thesis (Pedagogy) : 13.00.04 / R. A. Solonitsin. – Naberezhnye Chelny, 2011. – 196 p.

УДК 796. 03

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА РЕЙНДЖЕРОВ В АРМИИ США

Зыков Андрей Викторович, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, кандидат педагогических наук, профессор, начальник Управления физической подготовки и спорта ВС РФ, Москва;

Трапезников Сергей Александрович, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, кандидат педагогических наук, доцент, заместитель начальника Военного института физической культуры по учебной и научной работе, Санкт-Петербург;

Щеголев Валерий Александрович, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Пашута Валерий Лукич, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

PROFESSIONAL TRAINING OF RANGERS IN THE US ARMY

Zykov A.V., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Candidate of Pedagogics, Professor, Head of the Department of Physical Training and Sports of the Russian Armed Forces, Moscow;

Trapeznikov S.A., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Deputy Head for academic and research work, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Shchegolev V.A., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Pashuta V.L., Honorary Higher Education Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

Анализ содержания и методики профессиональной подготовки подразделений рейнджеров свидетельствует о том, что в процессе обучения военнослужащие в таких подразделениях выполняют усложненную программу, которая осваивается рейнджерами в разведывательных ротах и в частях стратегического назначения.

Как отмечает ряд авторов, для большинства задач, решаемых рейнджерами, их подготовка носит выраженную интенсивную и разностороннюю направленность (Утенко В.Н., Щёголев В.А., Дмитриев Г.Г., Блахин Г.Н., Сущенко В.П., Рябчук В.В. Физическая подготовка иностранных армий. СПб., 2007. 272 с.).

При этом основное внимание обращается на достижение высокого уровня индивидуальной подготовленности и коллективного взаимодействия военнослужащих.

Ключевые слова:

профессиональная подготовка, подразделения рейнджеров, лидерские качества, коллективное взаимодействие.

Abstract:

Analysis of the content and methods of professional training of Ranger units indicates that in the course of training, military personnel in such units perform a complicated program that is mastered by Rangers in intelligence companies and in strategic units.

According to a number of authors, for most tasks solved by rangers, their training has a pronounced intensive and versatile orientation (Utenko V.N., Shchegolev V.A., Dmitriev G.G., Blakhin G.N., Sushchenko V.P., Ryabchuk V.V. Physical training of foreign armies. St. Petersburg, 2007. 272 p.).

At the same time, the main attention is paid to achieving a high level of individual preparedness and collective interaction of military personnel.

Key words:

professional training, ranger units, leadership qualities, collective interaction.

ВВЕДЕНИЕ

Результаты сравнительного анализа зарубежных и отечественных литературных источников [1-13] свидетельствуют о том, что при подготовке рейнджеров основное внимание обращается на достижение высокого уровня индивидуальной подготовленности и коллективное взаимодействие в решении поставленных задач. Ведущая роль принадлежит младшим командирам, которые нередко ассоциируются с тренерами или капитанами спортивных команд. Такой подход способствует созданию необходимого психологического настроя, духа азартности и сплоченности личного состава воинских подразделений.

При этом регулярно практикуется привлечение младших командиров к участию в руководстве и проведении учений ротного и даже батальонного звена. Это позволяет достаточно эффективно готовить рейнджеров к руководству личным составом подразделения.

Формирование и развитие у рейнджеров лидерских качеств – одна из ведущих задач их профессиональной подготовки. В подразделениях рейнджеров очень часто существует так называемая система «бадди» (приятель, напарник). Каждому рейнджеру, по договоренности, подбирается и назначается спарринг-партнер, который отвечает за его личную профессиональную подготовленность. Боевой опыт свидетельствует о целесообразности такого военно-педагогического приема в подготовке рейнджеров.

По мнению командиров, это способствует созданию у военнослужащих «чувства локтя», уверенности в себе в условиях боевой обстановки.

Интересной особенностью рейнджерских подразделений является то, что при проверке показателей их боевой подготовленности, в том числе и физической, первыми выполняют все контрольные упражнения проверяющие, которые должны показать результаты, соответствующие оценкам «отлично» или «хорошо».

Значимая роль в подготовке рейнджеров отводится приемам рукопашного боя, которые рассматриваются не только как военно-прикладные упражнения, но и как важное средство формирования психологической готовности к действиям в боевой обстановке.

Рукопашный бой выделен отдельным разделом в программе по боевой подготовке.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Программа профессиональной подготовки рейнджеров состоит из общих и специальных разделов. К общим разделам относятся:

– базовая физическая подготовка как составная часть профессиональной подготовки рейнджеров, обеспечивающая развитие их основных физических качеств и двигательных навыков;

– рукопашный бой без оружия и с различными видами оружия, направленный на развитие агрессивности, уверенности в своих силах и волевых качеств;

– разнообразные формы и методы скрытных действий в тылу противника, способы подготовки побега из плена, методы выживания в экстремальных условиях;

– навыки ориентирования на пересеченной местности и в различных условиях. Обучение чтению топографических карт;

– варианты подготовки индивидуальных и групповых укрытий, поиск и очистка питьевой воды, употребление в пищу разнообразных растений и животных;

– подготовка к действиям с применением разнообразных средств перемещения в водной среде: надувных лодок, байдарок, катеров и др.;

– способы преодоления различных препятствий, перемещения на узкой опоре и прыжки в воду с погружением на различные глубины;

– переправы через водные преграды вплавь и с помощью подручных средств;

– навыки преодоления полос прибоя и морских рифов при проведении амфибийных операций.

– посадка и высадка из самолетов и вертолетов, эвакуация по воздуху;

– горная подготовка – базовая техника скалолазания с использованием альпинистского снаряжения и без него;

– медицинская подготовка – умение оказывать первую помощь при ранениях и травмах, знание основных фармакологических и при-

родных лечебных средств.

Кроме перечисленных разделов учебной программы, весь личный состав рейнджерских подразделений обязан пройти базовую воздушно-десантную (5–6 прыжков с парашютом) и легководолазную подготовку – выполнение в водной среде различных операций с дыхательной трубкой и аквалангом. При этом физическая подготовка решает важнейшую задачу при обучении и воспитании личного состава, направленную на обеспечение физической готовности каждого рейнджера к выполнению боевых заданий в любых условиях внешней среды.

С этой целью установлена определенная периодичность пребывания рейнджеров в специальных учебных центрах и на полигонах, размещенных в различных климатических зонах:

- в джунглях – не реже одного раза в год (Панама, Флорида);
- каждые 12 месяцев в пустыне (Невада, Оклахома);
- ежегодно в горных условиях (Невада, Бавария);
- в условиях низких температур (Аляска) – каждые полтора года;
- в амфибийных условиях (Флорида) – каждые полтора года.

В зависимости от погодных условий и времени года лыжная подготовка рейнджеров может проводиться в Норвегии, Германии и на Аляске.

Обычно в ходе 8-недельного учебно-тренировочного курса выполняются следующие контрольные упражнения:

– перемещение на снегоступах по глубокому снегу на дистанцию 3 мили (4827 м) за 60 мин;

– передвижение на лыжах на 10 миль (16 км) со стрельбой (по 20 выстрелов на двух рубежах, зачет – 15 попаданий в серии);

Марш-бросок по азимуту на дистанцию 50 миль (80 км 450 м) с отклонением от объекта не более чем на 40 м;

переход на дистанцию 150 миль (более 240 км) по сильнопересеченной местности.

Большинство контрольных нормативов выполняется с оружием и снаряжением на фоне решения тактических задач.

Все рейнджеры проходят базовый курс воздушно-десантной подготовки и выполняют 5–6 прыжков с парашютом.

Усложненный курс десантной подготовки продолжительностью два месяца содержит прыжки с больших высот и с минимально допустимой высоты раскрытия парашюта.

Парашютные прыжки и занятия на тренажерах связаны с большими физическими и психическими нагрузками, поэтому физическая подготовка рейнджеров в свое содержание включаются бег на дистанции 2–4 мили (3,2–6,4 км) и так называемый «комплекс десантника» – 7–10 упражнений, выполняемых поточно-круговым методом в течение 15–20 мин.

Все упражнения выполняются 10–12 раз подряд. Темп их выполнения и количество повторений определяет руководитель занятия. Кроме того, каждый рейнджер в течение дня должен выполнить не менее 80 отжиманий в упоре лежа и 100 приседаний.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Выполненный анализ подготовки рейнджеров свидетельствует о том, что в содержание программ их профессионального обучения включаются специальные комплексы физической тренировки, направленные на развитие необходимых физических качеств и формирование двигательных навыков, обеспечивающих успешность действий в конкретной боевой обстановке.

Основное содержание контрольных проверок составляют физические упражнения «Армейского теста физической пригодности» (APFT).

В каждом контрольном упражнении необходимо набрать не менее 80 баллов. В содержание проверок включаются также: бег на дистанцию 5 миль (8450 м) за 40 мин, марш-бросок на 12 миль (19308 м) за 3 ч, подтягивание на перекладине не менее 12 раз и тест выживания на воде в боевых условиях (прыжки с высоты 10 футов в воду с завязанными глазами, с оружием и снаряжением).

ЛИТЕРАТУРА

1. Зыков, А. В. Характеристика и боевые возможности личного состава вооруженных сил Саудовской Аравии / А. В. Зыков, О. С. Боцман, В. А. Щеголев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 32-36.
2. Новосельцев, О. В. Подготовка спецподразделений иностранных армий для ведения боевых действий под водой и на ее поверхности / О. В. Новосельцев, В. А. Щёголев. – СПб. : ВИФК, 2010. – 106 с.
3. Утенко, В. Н. Физическая подготовка иностранных армий / В. Н. Утенко, В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев [и др.]. – СПб., 2007. – 272 с.
4. Утенко, В. Н. Боевая и физическая подготовка подразделений специального назначения ведущих зарубежных армий / В. Н. Утенко, В. А. Щеголев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2005. – 100 с.
5. Трапезников, С. А. Организация физической подготовки военнослужащих вооруженных сил Великобритании / С. А. Трапезников, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 120-124.
6. Трапезников, С. А. Характеристика и боевые возможности подразделений специальных операций военно-морских сил Ирана / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 86-89.
7. Трапезников, С. А. Система подготовки офицерского состава вооруженных сил Италии / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 52-55.
8. Щеголев, В. А. Опыт организации спортивной работы вооруженных сил ведущих стран НАТО / В. А. Щеголев, В. В. Рябчук // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2009. – № 4. – С. 156-161.
9. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка военнослужащих США : учеб. пособие / В. А. Щеголев, В. П. Сущенко. – СПб. : Изд-во Политехн. ун-та, 2017. – 113 с.
10. Щеголев, В. А. Характеристика и боевые возможности сил специальных операций военно-морского флота Италии / В. А. Щеголев, И. Н. Штамбург // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 2. – С. 94-98.
11. Щеголев, В. А. Оперативная физическая подготовка военнослужащих стран НАТО к выполнению служебно-боевых задач / В. А. Щеголев, Р. В. Кириченко, И. Е. Кабаев, О. И. Белоус // Неделя науки СПбПУ : мат-лы науч. конф. с междунар. участием (Институт физической культуры, спорта и туризма). – 2019. – С. 188-190.
12. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка подразделений сил специального назначения ведущих стран НАТО : монография / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко; Министерство обороны российской федерации, Военный институт физической культуры. – СПб., 2019. – 141 с.
13. Щеголев, В. А. Характеристика и основные задачи подразделений сил специальных операций армии Пакистана / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В. Л. Пашута. – СПб., 2020. – С. 268-272.

REFERENCES

1. Zykov, A. V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the armed forces of Saudi Arabia / A. V. Zykov, O. S. Botsman V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
2. Novoseltsev, O. V. Training of special forces of foreign armies for conducting combat operations under water and on its surface / O. V. Novoseltsev, V. A. Shchegolev. – St. Petersburg : MIPT, 2010. – 106 p.
3. Utenko, V. N. Physical training of foreign armies / V. N. Utenko, V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, G. N. Blakhin, V. P. Sushchenko, V. V. Ryabchuk. – St. Petersburg, 2007. – 272 p.
4. Utenko, V. N. Combat and physical training of special purpose units of leading foreign armies / V. N. Utenko, V. A. Shchegolev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2005. – 100 p.
5. Trapeznikov, S. A. Organization of physical training of military personnel of the armed forces of Great Britain / S. A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of power structures: problems, experience, prospects : Proceedings of the All-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 120-124.
6. Trapeznikov, S. A. Characteristics and combat capabilities of special operations units of the Iranian Navy / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law

enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 86-89.
7. Trapeznikov, S. A. Training system for officers of the Italian armed forces / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 52-55.
8. Shchegolev, V. A. Experience in organizing sports work of the armed forces of the leading NATO countries / V. A. Shchegolev, V. V. Ryabchuk // Actual problems of physical training of law enforcement agencies. – 2009. – No. 4. – P. 156-161.
9. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of US military personnel: training manual / V. A. Shchegolev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : publishing house of Polytechnic University, 2017. – 113 p.
10. Shchegolev, V. A. Characteristics and combat capabilities of the special operations forces of the Navy of Italy / V. A. Shchegolev, I. N. Shtamburg // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 2. – P. 94-98.
11. Shchegolev, V. A. Operational physical training of military personnel of NATO countries to perform service-combat tasks / V. A. Shchegolev, R. V. Kirichenko, I. E. Kabaev, O. I. Belous // The week of science of Saint Petersburg SPU : Proceedings of the scientific conference with international participation (Institute of physical training, sports and tourism). – St. Petersburg, 2019. – P. 188-190.
12. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of leading NATO countries : monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
13. Shchegolev, V. A. Characteristics and main tasks of the units of the special operations forces of the Pakistan Army / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Suschenko // Russian Defense Ministry : Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2020. – P. 268-272.

УДК. 796.01

ИЗМЕНЕНИЯ ТЕСТА ФИЗИЧЕСКОЙ И БОЕВОЙ ГОТОВНОСТИ В АРМИИ ВЕЛИКОБРИТАНИИ

Корчагин Игорь Викторович, кандидат педагогических наук, заместитель начальника НИО Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт- Петербург;

Антрофиков Сергей Анатольевич, кандидат педагогических наук, заместитель начальника НИО Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт- Петербург;

Мужчиль Ольга Александровна, научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Петрова Полина Сергеевна, кандидат филологических наук, младший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

THE PHYSICAL AND COMBAT FITNESS TEST CHANGES IN THE BRITISH ARMY

Korchagin I.V., Candidate of Pedagogics, Deputy Head of the Research Department of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Antrofikov S.A., Candidate of Pedagogics, Deputy Head of the Research Department of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Muzhchil O.A., Researcher of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Petova P.S., Candidate of Philology, Junior Researcher of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В данной статье авторами рассмотрены изменения, касающиеся тестов боевой и физической готовности личного состава армии Великобритании. Отдельное внимание уделено нововведениям, внесенным в тест физической подготовки для лиц гражданской молодежи, готовых к прохождению службы в рядах вооруженных сил Соединенного Королевства Великобритании. Авторы в своей статье подробно разобрали те изменения, которые произошли в системе физической подготовки командования Великобритании, в частности, изменение взглядов на физическую подготовку военнослужащих с учетом современных условий ведения боевых конфликтов и антитеррористической деятельности.

Ключевые слова:

физическая подготовка, тест физической готовности, тест боевой и физической готовности, Великобритания, изменения, рекруты.

Abstract:

This article is devoted to the physical and combat fitness test changes of the military personnel in the British army, particularly the physical training test modifications for civil youth who is going to serve in the British Armed Forces. The authors of this article carefully investigated the physical training system changes of the armed forces command, view to the servicemen physical training changes based on the current conditions of the prosecution of combat operations and anti-terrorism missions.

Key words:

physical training, test, test of alertness and physical fitness, the UK, changes, recruits.

ВВЕДЕНИЕ

Подход к физической подготовке военнослужащих Великобритании, как и физической подготовке Соединенных Штатов Америки в этом году претерпевают значительные изменения. Высшее командование Соединенного королевства делает упор на физическую подготовку военнослужащих, а именно на раз-

витие боевых физических качеств у личного состава, для успешного выполнения задач в зоне вооруженных конфликтов. Традиционно в армиях стран НАТО физическая и боевая готовности военнослужащих взаимозависимы. А поэтому вносимые изменения в тест физической готовности, порядок проверки и оценки – ожидаемый шаг в системе физической подготовки ведущих стран блока НАТО.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

До недавнего времени проверка физической подготовки военнослужащих в вооруженных силах Великобритании включала в себя следующие тесты: тест исходных физических возможностей (проводится в начале каждого периода обучения); тест базовой физической пригодности (проводился 2 раза в год); тест боевой физической готовности (проводился 2 раза в год), но тест базовой физической подготовки подвергся изменением и на его место приходит тест базовой физической пригодности. Результаты физической подготовки новобранцев оценивались выполнением основного комплексного упражнения, включающего бег по пересеченной местности (1,5 мили – 2,4 км), отжимание и приседание.

В случае имеющихся медицинских противопоказаний военнослужащие могли самостоятельно выбрать альтернативу кроссу: плавание (800 ярдов – 720 м) или гонка на велосипеде (6,2 мили – 10 км).

Упражнения выполнялись в полевой форме, при этом показатели должны быть не ниже следующих критериев:

– мужчины: отжимания – 33 раза, приседания – 40 раз, бег – не менее 12,30 минут (нормативы для возраста 21-40 лет).

– женщины: отжимания – 18 раз, приседания – 35 раз, бег – не менее 14,30 минут.

Между упражнениями давался отдых пять минут.

Проверка физической подготовки предусматривала также контроль за весом военнослужащих, осуществляемый по специальным таблицам. Нарушение норм весоростового соотношения наказывается в дисциплинарном или административном порядке.

Результаты всех видов проверки фиксируются в индивидуальной карточке физической готовности. Невыполнение контрольных нормативов базовой физической пригодности или боевой физической готовности влечет за собой снижение денежного содержания военнослужащих.

На данный момент военнослужащие – рекруты вооруженных сил Великобритании сдают измененный тест физической готовности, который в первую очередь определяет функциональное состояние новобранцев и физическое развитие основных физических качеств.

Тест состоит из трех упражнений:

– Бег на 2 км (1,2 мили). Успешное прохождение данного испытания предполагает преодоление дистанции в 2 км в спортивной форме одежды за 11 мин 15 с. В связи с ограничениями, введенными из-за пандемии COVID-19 данное упражнение заменяют на челночный бег дистанцией в 20 м. На границе дистанции располагаются две сигнальные стойки, которые издают сигнал, за который военнослужащий должен пробежать отрезок. Во время преодоления дистанции сигналы подаются с нарастающей частотой, поэтому военнослужащему приходится во время бега ускоряться. Подсчет балов за данный тест производится по специальной таблице.

– Метание метбола весом 4 кг. Данное упражнение выполняется сидя с упором спиной к стене. Военнослужащему необходимо от груди оттолкнуть метбол на минимальное расстояние 2,9 м. Данное упражнение позволяет оценить силу рук, мышц груди (рис. 1).



Рисунок 1 – Метание метбола весом 4 кг

– Становая тяга. Военнослужащий подходит к грифу штанги, установленной на специальной платформе, которая способна выставляться на необходимой высоте. Далее выполняет подъем грифа до середины бедра и его удержание в течение 5 с. На выполнение упражнения дается две попытки, лучшей результат идет в зачет (рис. 2).



Рисунок 2 – Становая тяга

Наряду с данным тестом физической готовности, военнослужащие Британских ВС сдают тест боевой и физической готовности. Условия выполнения данного теста претерпели ряд значительных изменений, а именно: тест сдается в военной форме одежды, со шлемом на голове, автоматом в руках и боевой разгрузкой. Перед выполнением теста военнослужащие выполняют марш-бросок на 4 км с грузом 40 кг и бег на 2 км с грузом 25 кг, дистанцию в 4 км необходимо преодолеть за 50 мин, а дистанцию бега на 2 км за 15 мин. Данные требования предъявляются к военнослужащим регулярных подразделений. А для военнослужащих подразделений специального назначения марш бросок на 4 км, весом 40 кг и бег на 2 км с весом 25 кг необходимо выполнить за 35 мин и 12 мин 30 с соответственно. Далее военнослужащие выдвигаются на подготовленную площадку для выполнения 5 обязательных упражнений.

1. Перебежки и переползания – необходимо выполнить на дистанцию 7,5 м с рядом тактических действий (принятия положений для стрельбы лежа с колена и т. д.), преодолеть дистанцию в 15 м по-пластунски и 15 м спринт. На выполнение упражнения отводится 55 с.
2. Перенос груза – военнослужащий берет груз массой 110 кг и перетаскивает его по земле на дистанцию 20 м. Время выполнения 35 с.
3. Перенос груза в руках – военнослужащий берет в обе руки груз 22 кг каждый и переносит его на 240 м. Время выполнения 4 мин.
4. Тяга – военнослужащий становится на тумбу 50 см и поднимает вес в 70 кг и удерживает его 3 с.
5. Подъем и перенос – выполнить перенос мешка весом 20 кг на дистанцию 30 м за 14 мин. Во время переноса мешок поднимают и опускают 20 раз.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Вносимые в систему физической подготовки упражнения лишь подтверждают тот факт, что физическая подготовка военнослужащих стран блока НАТО, других зарубежных армий все более приобретает специальную направленность [1-19]. Выбор упражнений для тестирования определяется упражнениями, которые наиболее часто военнослужащие выполняют при ведении боевых действий или повседневной деятельности. Акцент теста по физической готовности сделан на его возможное боевое применение, связано это также с реализацией основного принципа обучения, а именно, учить тому, что необходимо на войне. Ввод в тест по боевой и физической готовности марш-броска в полном боевом обмундировании, оружием и вещевым мешком весом до 40 кг демонстрирует нацеленность ВС Великобритании в боевых конфликтах, предполагающих полный спектр военных действий, в том числе с высадкой подразделений на территорию предполагаемого противника и ведением самостоятельных боевых действий до нескольких дней. Отметим, что ни одна из ведущих стран блока НАТО не отказывается от проведения марш-бросков в полной боевой выкладке и уделяет данному вопросу повышенное внимание [20].

ЛИТЕРАТУРА

1. [Электронный ресурс]. Режим доступа : http://www.army.mod.uk/physical-employment-standards/ (дата обращения : 08.09.20202).
2. [Электронный ресурс]. Режим доступа : http://www.army.mod.uk/people/join-well/physical-training-and-testing/ (дата обращения : 08.09.20202).
3. Корчагин, И. В. Армейский тест физической готовности армии США / И. В. Корчагин // Научный клуб: итоги выступлений за 2019 г. – СПб., 2019. – С. 23-26.
4. Попадьин, А. В. Способы диагностики физической подготовки военнослужащих в вооруженных силах стран НАТО / А. В. Попадьин, В. В. Попадьин, М. Ю. Бомбина // Сб. статей итог. науч. конф. воен. науч.

общества курсантов Воен. ин-та физ. культуры за 2018 г. (16-17 апреля 2019 г.) : Ч. 1 / Под ред. В. Л. Пашута. – СПб., 2019. – С. 107-110.
5. Корчагин, И. В. Перспективные научные подходы к физической подготовке, применяемые в вооруженных силах США / И. В. Корчагин, О. А. Мужчиль, М. Ю. Бомбина // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры (Санкт-Петербург, 1-2 окт. 2019 г.) : В 2 ч. Ч. 1; М-во обороны Рос. Федерации, Воен. ин-т физ. культуры / Под ред. В. Л. Пашута. – СПб., 2019. – С. 149-152.
6. Щеголев, В. А. Анализ результатов изучения и обобщения опыта физической подготовки иностранных армий / В. А. Щеголев, И. В. Корчагин, М. Ю. Бомбина // Перспективные направления научных исследований в области физической культуры и спорта (теория и практика) : сб. ст. итог. науч.-практ. конф. за 2018 г., посвящ. 65-й годовщине образования Научно-исследовательского центра (по физической подготовке и военно-прикладным видам спорта в ВС РФ) : В 2 ч. Ч. II. – СПб., 2019. – С. 274-281.
7. Корчагин, И. В. Становление и развитие физической подготовки в вузах вооруженных сил Соединенных Штатов Америки / И. В. Корчагин, О. А. Мужчиль, М. Ю. Бомбина // Актуальные проблемы реализации образовательного процесса в вузах и общеобразовательных организациях МО РФ // Сб. науч. статей межвуз. науч. практ. конф. – СПб. : ВИФК, 2018. – С. 88-92.
8. Корчагин, И. В. Физическая подготовка вооруженных сил Франции: настоящее и перспективы развития / И. В. Корчагин, О. А. Мужчиль // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С. 72-76.
9. Першин, Ю. Ю. Проблемы унификации требований к отбору и подготовке военнослужащих ССО стран НАТО / Ю. Ю. Першин, О. А. Мужчиль // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В.Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2020. – Ч. 2. – С. 70-76.
10. Корчагин, И. В. Действующие требования и перспективы развития теста физической готовности военнослужащих армии США / И. В. Корчагин, О. А. Мужчиль // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 4. – С. 5-11.
11. Корчагин, И. В. Семь принципов физической подготовки военнослужащих армии США, заложенных в Наставлении сухопутных войск (FM-7-22) / И. В. Корчагин, А. М. Фофанов, О. А. Мужчиль // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2018. – № 4. – С. 68-73.
12. Антрофиков, С. А. Организация физической подготовки как научно-практическая проблема / С. А. Антрофиков, А. В. Политов, О. А. Мужчиль // Перспективные направления научных исследований в области физической культуры и спорта (теория и практика) : сб. статей итог. науч.-практ. конф. за 2018 г., посвящ. 65-й годовщине образования Научно-исследовательского центра (по физической подготовке и военно-прикладным видам спорта в ВС РФ). В 2 ч. Ч. I. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 41-45.
13. Корчагин, И. В. Особенности программы подготовки боевых пловцов в учебных заведениях вооруженных сил Великобритании / И. В. Корчагин, М. Ю. Бомбина, О. А. Мужчиль // Актуальные проблемы современной системы физической подготовки в высших военно-учебных заведениях Министерства обороны Российской Федерации : Сб. статей заоч. Межвуз. науч.-практ. конф. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 88-92.
14. Зыков, А. В. Характеристика и боевые возможности личного состава вооруженных сил Саудовской Аравии / А. В. Зыков, О. С. Боцман, В. А. Щеголев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 32-36.
15. Трапезников, С. А. Организация физической подготовки военнослужащих вооруженных сил Великобритании / С. А. Трапезников, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Военный институт физической культуры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 120-124.
16. Трапезников, С. А. Характеристика и боевые возможности подразделений специальных операций военно-морских сил Ирана / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 86-89.
17. Трапезников, С. А. Система подготовки офицерского состава вооруженных сил Италии / С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3. – С. 52-55.
18. Щеголев, В. А. Профессиональная и физическая подготовка подразделений сил специального назначения ведущих стран НАТО : монография / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко. – СПб. : ВИФК, 2019. – 141 с.
19. Щеголев, В. А. Характеристика и основные задачи подразделений сил специальных операций армии Пакистана / В. А. Щеголев, Г. Г. Дмитриев, В. П. Сущенко // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В.Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 268-272.

20. Першин, Ю. Ю. Отбор, профессиональная и физическая подготовка подразделений специального назначения иностранных государств: теория и практика: монография: Ч. 1. Пеший марш / Ю. Ю. Першин, О. А. Мужчиль, И. Н. Дешевых. – СПб. : ВИФК, 2020. – 220 с.

REFERENCES

1. Available at : http://www.army.mod.uk/physical-employment-standards/.
2. Available at : http://www.army.mod.uk/people/join-well/physical-training-and-testing/.
3. Korchagin, I. V. The army test of physical fitness of the US army / I. V. Korchagin // Science club: results of reports 2019. – St. Petersburg, 2019. – P. 23-26.
4. Popadyin, A. V. Methods of diagnostics of physical training of military personnel in the armed forces of NATO countries / A. V. Popadyin, V. V. Popadyin, M. Yu. Bombina // Collection of articles of the final scientific Conference of the military scientific society of the Military Institute of Physical Training for 2018. Pt. 1 / V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2019. – P. 107-110.
5. Korchagin, I. V. Perspective scientific approaches to the physical training used in the US armed forces / I. V. Korchagin, O. A. Muzhchil, M. Yu. Bombina // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of law enforcement agencies: problems, experience, prospects : proceedings of the All-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th Anniversary of the Military Institute of Physical Training (Saint Petersburg, 1-2 Oct. 2019). In 2 parts. Pt. 1 / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2019. – P.149-152.
6. Shchegolev, V. A. Analysis of the study and generalization of experience of physical training in the foreign armies / V. A. Shchegolev, I. V. Korchagin, M. Yu. Bombina // Perspective areas of national research in the field of physical training and sports (theory and practice) : collection of articles of the final scientific and practical conference for 2018, dedicated to 65th Anniversary of the Research Center (of physical training and military applied sports in the Russian armed forces). In 2 parts. Pt. II. – St. Petersburg, 2019. – 308 p.
7. Korchagin, I. V. Formation and development of physical training in higher educational institutions of the US Army / I. V. Korchagin, O. A. Muzhchil, M. Yu. Bombina // Actual problems of educational process implementation in the higher educational institutions and educational organizations of the Russian Defense Ministry : Collection of scientific articles of the interuniversity scientific and practical conference. – St. Petersburg : MIPT, 2018. – P. 88-92.
8. Korchagin, I. V. French armed forces physical training: current state and perspectives of development / I. V. Korchagin, O. A. Muzhchil // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 4. – P. 72-76.
9. Pershin, Yu. Yu. Problems of requirements unification for the selection and training of the SOF military personnel of NATO countries / Yu. Yu. Pershin, O. A. Muzhchil // Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science. / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg : MIPT, 2020. – Pt. 2. – P. 70-76.
10. Korchagin, I. V. Current requirements and development perspectives of the US Army physical fitness test / I. V. Korchagin, O. A. Muzhchil // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 4. – P. 5-11.
11. Korchagin, I. V. The seven principles of the US Army physical readiness training set out in the US Army (Land forces) manual (FM-7-22) / I. V. Korchagin, A. M. Fofanov, O. A. Muzhchil // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2018. – No. 4. – P. 68-73.
12. Antrofikov, S. A. Physical training organization as a scientific and practical problem / S. A. Antrofikov, A. V. Politov, O. A. Muzhchil // Advanced research trends in the field of physical training and sports (theory and practice) : proceedings of the final Scientific Conf. dedicated to the 65th anniversary of the Research Center (on physical training and applied sports in the Armed Forces of the Russian Federation). In 2 pts. – St. Petersburg, 2019. – Pt. 1. – P. 41-45.
13. Korchagin, I. V. Training program features for combat swimmers in the educational institutions of the British Armed Forces / I. V. Korchagin, M. Yu. Bombina, O. A. Muzhchil // Actual problems of physical training modern system in higher military educational institutions of the Russian Defense Ministry : Proceedings of the Interuniversity scientific-practical. conf. – St. Petersburg : MIPT, 2020. – P. 88-92.
14. Zykov, A. V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the armed forces of Saudi Arabia / A. V. Zykov, O. S. Botsman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
15. Trapeznikov, S. A. Organization of physical training of military personnel of the armed forces of Great Britain / S. A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of power structures: problems, experience, prospects : materials of the all-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 120-124.

16. Trapeznikov, S. A. Characteristics and combat capabilities of special operations units of the Iranian Navy / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 86-89.
17. Trapeznikov, S. A. Training System for officers of the Italian armed forces / S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 52-55.
18. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of leading NATO countries : monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
19. Shchegolev, V. A. Characteristics and main tasks of the units of the special operations forces of the Pakistan Army / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Suschenko // Russian Defense Ministry : Proceedings of the Final scientific and practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg, 2020. – P. 268-272.
20. Pershin, Yu. Yu. Selection, professional and physical training of foreign special operation forces: theory and practice : monograph : Pt. 1. Foot Marching / Yu. Yu. Pershin, O. A. Muzhchil. I. N. Deshevykh. – St. Petersburg : MIPT, 2020. – 220 p.

УДК 355.233.22

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ СИЛ ОБОРОНЫ ФИНЛЯНДИИ

Политов Андрей Викторович, кандидат педагогических наук, начальник НИО Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Першин Юрий Юрьевич, доктор философских наук, доцент, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Зеленин Александр Владимирович, главный инспектор отдела физической подготовки, Управление физической подготовки и спорта Вооруженных Сил Российской Федерации, Москва.

PHYSICAL FITNESS ASSESSMENT OF THE FINNISH DEFENCE FORCES PERSONNEL

Politov A.V., Candidate of Pedagogics, Head of the Research Department of the Research Center, Military Institute of Physical Culture, St. Petersburg;

Pershin Yu.Yu., Doctor of Philosophy, Associate Professor, Senior Researcher of the Research center, Military Institute of Physical Culture, St. Petersburg;

Zelenin A.V., General Inspector of Physical Training Department, Department of Physical Training and Sports of the Russian Armed Forces, Moscow.

Аннотация:

В статье представлена система упражнений и нормативы тестирования физической подготовленности военнослужащих Сил обороны Финляндии. Протокол тестирования Сил обороны Финляндии основывается на изучении действий военнослужащих в реальных боевых условиях. Равнокомпонентная система оценки является индикатором для оценки готовности военнослужащих к выполнению задач, а также индикатором для отбора кандидатов в ряды Сил обороны Финляндии..

Ключевые слова:

Силы обороны Финляндии, комплексы упражнений, тестирование, нормативы.

Abstract:

The system of exercises and standards for testing the physical fitness of the military personnel of the Finnish Defense Forces is presented in the article. The Finnish Defense Forces testing protocol is based on the study of the actions of military personnel in real combat conditions. The peer assessment system is an indicator for assessing the readiness of military personnel to perform tasks, as well as an indicator for the selection of candidates for the Finnish Defense Forces.

Key words:

Finnish Defense Forces, exercise complexes, testing, standards.

ВВЕДЕНИЕ

В одной из статей мы уже писали о проблемах с набором военнослужащих в ВС США [1]. Однако проблемы с увеличением избыточного веса и снижением физической подготовленности (в том числе, проблемы с сердечно-сосудистой системой, молодых людей, поступающих или завербованных на военную службу (например, в Норвегии [8, 9], Германии [13], Финляндии [16], Швейцарии [18], Дании [3]), очевидно, стали актуальными и для стран Североатлантического альянса. Авторы, изучающие профессиональную и физическую подготовку военнослужащих Сил обороны Финляндии, считают, что нынешний характер ведения войн с применением значительного количества технических средств не снизил требований к физической подготовленности военнослужащих. Несмотря на достижения в области технического прогресса, военные операции и управление кризисными ситуациями по-прежнему являются весьма сложными и трудными задачами как для отдельных солдат, так и для их командиров. Следовательно, для успешного выполнения задач, выполняемых в различных условиях, требуется высокий уровень физической и психологической подготовленности.

Тестирование физической подготовленности профессиональных военнослужащих Сил обороны Финляндии является обязательным и проводится ежегодно. Это положение закреплено в законе о Силах обороны Финляндии (§43/2008), который гласит, что профессиональный военнослужащий должен развивать профессиональные навыки и уровень физической подготовленности, необходимые для выполнения своих служебных обязанностей. Основные навыки и уровень физической подготовленности, необходимые военнослужащим при выполнении различных боевых задач, а также тесты, необходимые для оценки уровней физической подготовленности, обычно устанавливаются указом Министерства обороны Финляндии [17].

Поэтому одной из повседневных задач, стоящей перед Силами обороны Финляндии является разработка оптимальных тренировочных программ и надежных протоколов тестирования физической подготовленности, связанных как с не внушающей оптимизма социальной динамикой в этой сфере, так и с требованиями к физической подготовленности военнослужащего, необходимой для успешного выполнения боевых задач. Кроме этого, как отмечают специалисты [11, 12, 14], хороший уровень физической подготовленности имеет важное значение не только для работоспособности военнослужащих, но и для профилактики травматизма.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Уровень физической подготовленности к несению службы, а также физическая работоспособность личного состава, т. е., профессиональных солдат, гражданских лиц, резервистов и призывников контролируется в Силах обороны Финляндии с использованием системы, состоящей из фитнес-тестов, измерительного оборудования, методов тестирования, кадровых ресурсов и программы базы данных, известной как PVSAP HCM MilFit.

Физическая работоспособность определяется тестами на аэробную и мышечную выносливость, а состав тела оценивается путем измерения роста, веса и окружности талии. Профессиональные военнослужащие также должны пройти тесты на пригодность к боевому дежурству, которые включают стрельбу, пешие марши и ориентирование (см. рисунок ниже). Тесты физической подготовленности, измерения состава тела призывников и резервистов, а также все тесты профессиональной и боевой подготовки стандартизированы в соответствии с административными документами, утвержденными строевым отделом Министерства обороны. Все фитнес-тесты проводятся лицензированными инструкторами, имеющими специальное образование.

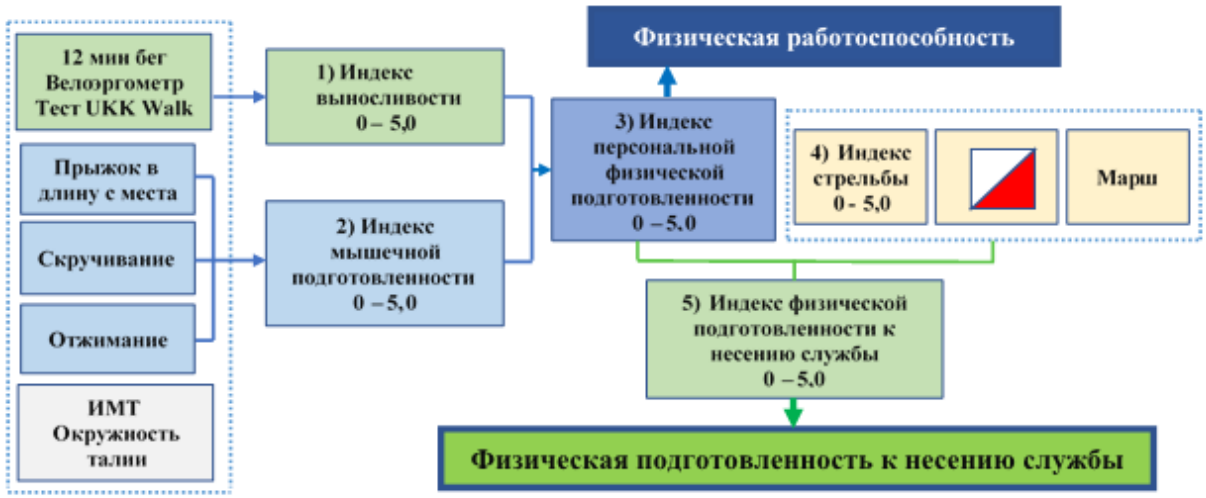


Рисунок 1 – Структура тестирования военнослужащих Сил обороны Финляндии

Оценка результатов испытаний основывается на определенных возрастными классами классификационных таблицах, предназначенных для профессиональных военнослужащих мужского и женского пола, а также гражданского персонала мужского и женского пола. Призывники и резервисты оцениваются в соответствии с их гражданской классификацией (возрастная группа 20-24 года).

Скрининг здоровья для обеспечения безопасности тестирования

Для того чтобы убедиться, что у военнослужащего нет острых медицинских проблем, которые могут помешать безопасному выполнению тестов, перед всеми тестами на пригодность проводится медицинский осмотр тестируемых. Тестирование на пригодность призывников всегда определяется медицинским осмотром, и испытуемые информируются об общих правилах безопасности [4] до проведения тестов на пригодность.

Участники аэробных фитнес-тестов, за исключением теста UKK (Urho Kaleka Kekkonen) Walk, перед тестами заполняют анкету стратификации риска для здоровья [4]. После этого тестируемые с двумя или более факторами риска направляются на медицинское обследование к врачу. Врач определяет соответствующий протокол тестирования для военнослужащего или предоставляет ему освобождение от проведения тестов на определенный период времени. Такая же процедура проводится, если у испытуемого был плохой результат в предыдущем тесте на аэробную выносливость. Тестируемый военнослужащий также может быть направлен на расширенное медицинское освидетельствование с целью определения трудоспособности в соответствии с его текущими обязанностями. Резервисты с двумя или более факторами риска для здоровья освобождаются от прохождения аэробных фитнес-тестов и направляются к врачу для медицинского обследования.

Инструкторам рекомендуется следить за реакцией испытуемых во время проведения фитнес-тестов. Если руководитель или испытуемый замечают появление какого-либо симптома, упомянутого в общих правилах безопасности, тест прерывается и испытуемому оказывается необходимая медицинская помощь. В сочетании со скринингом здоровья, в который также включаются результаты проведенных тестов, ежегодное тестирование на пригодность к военной службе выступает в качестве одной из форм профилактической профессиональной медицинской помощи. Врачи принимают окончательное решение о дальнейшей судьбе военнослужащего, в том числе и о медицинском лечении или реабилитационных мероприятиях для лиц с высоким риском для здоровья.

Оценка состава тела

Масса тела (МТ, англ.: – BM, Body Mass) у военнослужащих измеряется с помощью специальных весов с точностью до 100 г, при этом они находятся только в шортах. Высота тела военнослужащего фиксируется рулеткой в положении стоя с точностью до 5 мм, при этом он находится без обуви. Индекс массы тела (ИМТ, англ.: – BMI, Body Mass Index) военнослужащего рассчитывается по следующей формуле: число, показывающее вес, делится на число, получившееся в результате возведения показателя роста в квадрат. Окружность талии (ОТ, англ.: – Waist Circumference, WC) измеряется с помощью матерчатой рулетки в точке между нижним ребром и гребнем подвздошной кости после обычного выдоха. Обычно проводятся два измерения, а затем их среднее арифметическое используется для дальнейших вычислений [10].

Аэробные Фитнес-Тесты

12-минутный бег

Аэробная выносливость измеряется с помощью 12-минутного бегового теста Купера [7], который в основном выполняется на открытом воздухе. Однако в зимнее время по мере необходимости тестирование может проводиться в крытом помещении. Время и обстоятельства испытания унифицированы, а военнослужащие получают инструкции выполнить 12-минутный бег, прилагая максимальные усилия и постепенно увеличивая скорость бега. В целях безопасности испытуемым разрешается прекратить тестирование в любое время. Точность измерений составляет ±10 метров.

Таблица 1 – Квалификационные баллы военнослужащих-мужчин (возрастные группы от 20 до 64 лет). Тест: 12-минутный бег. Баллы определяются в соответствии с количеством метров, которые военнослужащий пробежал за 12 мин.

	баллы	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64
Отлично	5 4,75 4,5	3300 3250 3200	3200 3150 3100	3100 3050 3000	3000 2950 2900	2900 2850 2800	2800 2750 2700	2700 2650 2600	2600 2550 2500	2500 2450 2400
Очень хорошо	4,25 4 3,75 3,5	3150 3100 3050 3000	3050 3000 2950 2900	2950 2900 2850 2800	2850 2800 2750 2700	2750 2700 2650 2600	2650 2600 2550 2500	2550 2500 2450 2400	2450 2400 2350 2300	2350 2300 2250 2200
Хорошо	3,25 3 2,75 2,5	2950 2900 2850 2800	2850 2800 2750 2700	2750 2700 2650 2600	2650 2600 2550 2500	2550 2500 2450 2400	2450 2400 2350 2300	2350 2300 2250 2200	2250 2200 2150 2100	2150 2100 2050 2000
Удовлетворительно	2,25 2 1,75 1,5	2750 2700 2650 2600	2650 2600 2550 2500	2550 2500 2450 2400	2450 2400 2350 2300	2350 2300 2250 2200	2250 2200 2150 2100	2150 2100 2050 2000	2050 2000 1950 1900	1950 1900 1880 1860
Посредственно	1,25 1	2400 2200	2325 2150	2250 2100	2175 2050	2100 2000	2025 1950	1950 1900	1875 1850	1840 1820
Плохо	0,75 0,5 0,25	2000 1800 1780	1975 1800 1780	1950 1800 1780	1925 1800 1780	1900 1800 1780	1875 1800 1780	1850 1800 1780	1825 1800 1780	1800 1780 1780

Тестирование на велоэргометре.

Пиковое поглощение кислорода (VO2peak) военнослужащими и гражданскими лицами старше 45 лет измеряется с помощью велоэргометра. Начальная рабочая нагрузка теста составляет 50 Вт, которая увеличивается на 25 Вт через каждые две минуты до полного истощения. Частота сердечных сокращений непрерывно регистрируется с помощью пульсометра. Волевое утомление является главным критерием, указывающим на то, что было достигнуто пиковое значение VO2, за которое принимается самое высокое среднее значение VO2 за одну минуту. Максимальное поглощение кислорода оценивается по данным о ЧСС и выходной мощности [5] с помощью программного обеспечения Fitware (Финляндия).

Тест UKK Walk.

Тест UKK Walk [15] используется в качестве дополнительного аэробного фитнес-теста для гражданских лиц и резервистов старше 45 лет. Цель тестирования – определить начальный порог для тестирования физической подготовленности. Тест UKK Walk выполняется в виде марша на два километра с максимальной скоростью по ровной поверхности. Результат записывается как предполагаемый максимальный уровень поглощения кислорода VO2max, который рассчитывается на основе возраста человека, пола, роста, веса, времени, затраченного на прохождение двух километров и частоты сердечных сокращений в конце теста.

Таблица 2 – Тест: велоэргометр / тест ходьбы UKK для военнослужащих-мужчин (возрастные группы от 20 до 64 лет), ml × кг-1× мин-1

	баллы	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64
Отлично	5 4,75 4,5	62,4 61,3 60,2	60,2 59,1 57,9	57,9 56,8 55,7	55,7 54,6 53,5	53,5 52,4 51,2	51,2 50,1 49,0	49,0 47,9 46,8	46,8 45,7 44,5	44,5 43,4 42,3
Очень хорошо	4,25 4 3,75 3,5	59,1 57,9 56,8 55,7	56,8 55,7 54,6 53,5	54,6 53,5 52,4 51,2	52,4 51,2 50,1 49,0	50,1 49,0 47,9 46,8	47,9 46,8 45,7 44,5	45,7 44,5 43,4 42,3	43,4 42,3 41,2 40,1	41,2 40,1 39,0 37,8
Хорошо	3,25 3 2,75 2,5	54,6 53,5 52,4 51,2	52,4 51,2 50,1 49,0	50,1 49,0 47,9 46,8	47,9 46,8 45,7 44,5	45,7 44,5 43,4 42,3	43,4 42,3 41,2 40,1	41,2 40,1 39,0 37,8	39,0 37,8 36,7 35,6	36,7 35,6 34,5 33,4

Продолжение таблицы 2

Удовлетворительно	2,25 2 1,75 1,5	50,1 49,0 47,9 46,8	47,9 46,8 45,7 44,5	45,7 44,5 43,4 42,3	43,4 42,3 41,2 40,1	41,2 40,1 39,0 37,8	39,0 37,8 36,7 35,6	36,7 35,6 34,5 33,4	34,5 33,4 32,3 31,1	32,3 31,1 30,7 30,3
Посредственно	1,25 1	42,3 37,8	40,6 36,7	39,0 35,6	37,3 34,5	35,6 33,4	33,9 32,3	32,3 31,1	30,6 30,0	29,8 29,4
Плохо	0,75 0,5 0,25	33,4 28,9 28,5	32,8 28,9 28,5	32,3 28,9 28,5	31,7 28,9 28,5	31,1 28,9 28,5	30,6 28,9 28,5	30,0 28,9 28,5	28,5 28,9 28,5	28,9 28,5 28,5

Фитнес-тест на мышечную выносливость.

Тесты на мышечную выносливость состоят из упражнений на пресс (скручиваний), отжиманий от пола и прыжков в длину с места. Тест на пресс (скручивания) [19] используется для проверки выносливости мышц брюшного пресса и сгибателей бедра. Тест на количество отжиманий от пола [4] используется для проверки физической работоспособности верхних конечностей. Тест на прыжки в длину с места [6] используется для проверки выработки взрывной силы мышц-разгибателей ног.

Упражнение на пресс (скручивание) (рисунок 2)

Для измерения работоспособности мышц брюшного пресса и сгибателей бедер скручивания выполняются таким образом, чтобы в исходном положении испытуемые лежали на спине на полу, заложив руки за шею и выставив локти вперед. Колени согнуты под углом 90 градусов, а лодыжки поддерживаются ассистентом. Испытуемые поднимают верхнюю часть тела и касаются локтями колен. Результат теста выражается в количестве выполненных скручиваний в течение 60 сек [19].



Рисунок 2 – Упражнение на пресс (скручивание)

Таблица 3 – Скручивание (упражнение на пресс) для военнослужащих-мужчин (возрастные группы от 20 до 64 лет), количество квалификационных баллов зависит от количества повторений

	баллы	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64
Отлично	5 4,75 4,5	53 52 51	50 49 48	47 46 45	44 43 42	41 40 39	38 37 36	35 34 33	32 31 30	29 28 27
Очень хорошо	4,25 4 3,75 3,5	50 49 48 47	47 46 45 44	44 43 42 41	41 40 39 38	38 37 36 35	35 34 33 32	32 31 30 29	29 28 27 26	26 25 24 23
Хорошо	3,25 3 2,75 2,5	46 45 44 43	43 42 41 40	40 39 38 37	37 36 35 34	34 33 32 31	31 30 29 28	28 27 26 25	25 24 23 22	22 21 20 19

Продолжение таблицы 3

Удовлетворительно	2,25 2 1,75 1,5	42 41 40 39	39 38 37 36	36 35 34 33	33 32 31 30	30 29 28 27	27 26 25 24	24 23 22 21	21 20 19 18	18 17 16 15
Посредственно	1,25 1	34 29	31 26	28 23	25 20	22 17	19 14	16 11	13 8	10 5
Плохо	0,75 0,5 0,25	24 19 14	21 16 11	18 13 8	15 10 5	12 7 2	9 4 1	6 1 1	3 1 1	1 1 1

Отжимания от пола (рисунок 3).

Для измерения работоспособности мышц-разгибателей рук и плеч отжимания выполняются таким образом, чтобы испытуемые начинали с положения с полностью вытянутыми руками и прямым туловищем, руки на ширине плеч, пальцы направлены вперед, а ноги расположены параллельно. Затем туловище опускается до тех пор, пока угол локтя не достигнет 90 градусов. Результат этого теста выражается в количестве отжиманий, выполненных в течение 60 сек [4].



Рисунок 3 – Отжимания от пола

Таблица 4 – Отжимания военнослужащих-мужчин (возрастные группы от 20 до 64 лет). Количество баллов зависит от количества отжиманий за 60 сек.

	баллы	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64
Отлично	5 4,75 4,5	48 47 46	46 45 44	44 43 42	42 41 40	40 39 38	38 37 36	36 35 34	34 33 32	32 31 30
Очень хорошо	4,25 4 3,75 3,5	45 44 43 42	43 42 41 40	41 40 39 38	39 38 37 36	37 36 35 34	35 34 33 32	33 32 31 30	31 30 29 28	29 28 27 26
Хорошо	3,25 3 2,75 2,5	41 40 39 38	39 38 37 36	37 36 35 34	35 34 33 32	33 32 31 30	31 30 29 28	29 28 27 26	27 26 25 24	25 24 23 22
Удовлетворительно	2,25 2 1,75 1,5	37 36 35 34	35 34 33 32	33 32 31 30	31 30 29 28	29 28 27 26	27 26 25 24	25 24 23 22	23 22 21 20	21 20 19 18
Посредственно	1,25 1	29 24	27 22	25 20	23 18	21 16	19 14	17 12	15 10	13 8
Плохо	0,75 0,5 0,25	19 14 9	17 12 7	15 10 5	13 8 3	11 6 1	9 4 1	7 2 1	5 1 1	4 1 1

Прыжок в длину с места (рисунок 4).

Прыжок в длину с места используется для измерения выработки взрывной силы нижними конечностями. Прыжок (выполненный три раза) производится без разбега, ноги сведены вместе, ступни расположены параллельно. Мощное раскачивание верхней части тела и рук способствует взрывному прыжку, произведенному двумя ногами вместе. Приземление также выполняется на две ноги одновременно. Результатом наилучшего прыжка считается самое большое кратчайшее расстояние от стартовой линии до места приземления [6].



Рисунок 4 – Прыжок в длину с места

Таблица 5 – Прыжок с места военнослужащих-мужчин.
Количество баллов зависит от длины прыжка в метрах

	баллы	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64
Отлично	5 4,75 4,5	2,70 2,65 2,60	2,60 2,55 2,50	2,50 2,45 2,40	2,40 2,35 2,30	2,30 2,25 2,20	2,20 2,15 2,10	2,10 2,05 2,00	2,00 1,95 1,90	1,90 1,85 1,80
Очень хорошо	4,25 4 3,75 3,5	2,55 2,50 2,45 2,40	2,45 2,40 2,35 2,30	2,35 2,30 2,25 2,20	2,25 2,20 2,15 2,10	2,15 2,10 2,05 2,00	2,05 2,00 1,95 1,90	1,95 1,90 1,85 1,80	1,85 1,80 1,75 1,70	1,75 1,70 1,65 1,60
Хорошо	3,25 3 2,75 2,5	2,35 2,30 2,25 2,20	2,25 2,20 2,15 2,10	2,15 2,10 2,05 2,00	2,05 2,00 1,95 1,90	1,95 1,90 1,85 1,80	1,85 1,80 1,75 1,70	1,75 1,70 1,65 1,60	1,65 1,60 1,55 1,50	1,55 1,50 1,45 1,40
Удовлетвори-тельно	2,25 2 1,75 1,5	2,15 2,10 2,05 2,00	2,05 2,00 1,95 1,90	1,95 1,90 1,85 1,80	1,85 1,80 1,75 1,70	1,75 1,70 1,65 1,60	1,65 1,60 1,55 1,50	1,55 1,50 1,45 1,40	1,45 1,40 1,35 1,30	1,35 1,30 1,25 1,20
Посредственно	1,25 1	1,95 1,90	1,85 1,80	1,75 1,70	1,65 1,60	1,55 1,50	1,45 1,40	1,35 1,30	1,25 1,20	1,15 1,10
Плохо	0,75 0,5 0,25	1,85 1,80 1,75	1,75 1,70 1,65	1,65 1,60 1,55	1,55 1,50 1,45	1,45 1,40 1,35	1,35 1,30 1,25	1,25 1,20 1,15	1,15 1,10 1,05	1,05 1,00 0,95

Тесты на пригодность военнослужащих к несению службы.

Для того чтобы ежегодно оценивать пригодность военнослужащих к несению службы, для них проводятся основные полевые тесты, включающие марш, ориентирование на местности и стрельбу. На основе этих тестов определяется индекс пригодности к несению службы. Помимо того, практически все роды войск и виды вооруженных сил Финляндии имеют свои специфические задачи, связанные с полевыми испытаниями физической подготовленности военнослужащих, которые здесь не описываются.

Пеший марш.

В вооруженных силах стран, входящих в североатлантический блок, пешим маршам придается большое значение [2]. Маршевые тесты используются для оценки способности человека поддерживать свою работоспособность как во время, так и после длительной физической нагрузки. Маршевый тест военнослужащих сил обороны Финляндии выполняется на пересеченной местности, дистанция марша – 25 км, 30 км на лыжах или 80 км на велосипеде с боевым снаряжением и оружием. Тестирование должно быть завершено в течение шести часов.

Ориентирование на местности.

Навыки ориентирования оцениваются по результатам забега, при котором военнослужащий проводит ориентирование, с дистанцией не менее пяти километров в сложных лесных условиях и по пересеченной местности. В зимнее время тест может быть выполнен с использованием лыж. Тест по ориентированию на местности должен быть завершен в течение 90 минут днем или течение двух часов ночью.

Огневая подготовка.

Тестирование огневой подготовки включает в себя два теста по стрельбе штатной автоматической винтовки и два теста по стрельбе из пистолета. Стрельба из винтовки осуществляется на дистанцию 150 м, а из пистолета – на дистанцию 25 м. Тесты по стрельбе из винтовки и из пистолета включают как стандартные упражнения, так и упражнения по скоростной стрельбе.

Таблица 6 – Таблица для вычисления индекса стрельбы

Квалификационные баллы	Стрельба из винтовки 1 (очки)	Стрельба из винтовки 2 (очки)	Стрельба из пистолета 1 (очки)	Стрельба из пистолета 2 (очки)	Индекс стрельбы
5	93-100	17-18	89-100	9-10	Сумма квалификационных баллов четырех упражнений разделенная на 4. Общий индекс стрельбы может быть от 0 до 5.
4	86-92	14-16	77-88	7-8	
3	79-85	11-13	65-76	5-6	
2	72-78	8-10	53-64	3-4	
1	65-71	5-7	41-52	1-2	
0	0-64	0-4	0-40	0	

Плавание

Добровольные тесты по плаванию могут быть проведены для оценки навыков плавания и спасения на воде. Плавательные испытания рекомендуются для подразделений, несение службы которых связано с морем. Плавательные тесты можно пройти, выполнив заплыв Nordic на 200 м, проплыть 12 мин без остановки или совершить спасательный заплыв.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Финские специалисты следуют тенденции формирования прогностических моделей тестирования физической подготовленности военнослужащих Сил обороны Финляндии,

основанных на требованиях, предъявляемых к ним реальной современной боевой обстановкой. Эти модели могут быть полезны при подготовке военнослужащих к сложным боевым операциям, которые могут проводиться в суровых условиях.

Отдельно следует упомянуть, что в качестве двух видов деятельности, которую, по мнению специалистов, военнослужащие выполняют в боевых и/или приближенных к ним условиях, наряду с рытьем лопатой и переноской различных типов грузов, являются марш с нагрузкой и бег с нагрузкой, при этом последние широко используются в виде тестов физической работоспособности.

Помимо этого при проведении тестов широкого спектра, включая измерения состава тела, тестов силовой выносливости и взрывной силы нижней и верхней частей тела (вертикальный прыжок, медицинский мяч), а также теста аэробной выносливости, результаты тестирования аэробной выносливости и силы верхней части тела показали, что это – единственные способности военнослужащих, не воспроизводимые при типичной физической подготовке подразделений и при ведении боевых действий, так как их тестирование стабильно выявляло эффект детренированности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Першин, Ю. Ю. Проблема набора военнослужащих в вооруженные силы США как угроза национальной безопасности страны / Ю. Ю. Першин, А. В. Политов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 4. – С. 18-28.
2. Першин, Ю. Ю. Отбор, профессиональная и физическая подготовка подразделений специального назначения иностранных государств: теория и практика : монография : Ч. 1. Пеший марш / Ю. Ю. Першин, О. А. Мужчиль, И. Н. Дешевых. – СПб. : ВИФК, 2020. – 220 с.
3. Политов, А. В. Оценка физической подготовленности военнослужащих вооруженных сил Дании / А. В. Политов, Ю. Ю. Першин // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С. 23-30.
4. ACMS's guidelines for exercise testing and prescription. – Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins, 2000. – 368 p.
5. Åstrand, P.-O. A nomogram for calculation of aerobic capacity (physical fitness) from pulse rate during submaximal work / P.-O. Åstrand, I. Rhyming // Journal of Applied Physiology. – 1954. – No. 7. – P. 218-221.
6. Bosco, C. A simple method for measurement of mechanical power in jumping / C. Bosco, P. Luhtanen, P. V. Komi // European Journal of Applied Physiology. – 1983. – Vol. 50. – No. 2. – P. 273-282.
7. Cooper, K. H. A means of assessing maximal oxygen intake. Correlation between field and treadmill testing // Journal of American Medical Association. – 1968. – Vol. 203. – No. 3. – P. 201-204.
8. Dyrstad, S. M. Aerobic fitness in young Norwegian men: a comparison between 1980 and 2002 / S. M. Dyrstad, A. Aandstad, J. Hallén // Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports. – 2005. – Vol. 15. – No. 5. – P. 298-303.
9. Dyrstad, S. M. Physical fitness and physical training during Norwegian military service / S. M. Dyrstad, R. Soltvedt, J. Halle // Military Medicine. – 2006. – Vol. 171. – No. 8. – P. 736-741.
10. Fogelholm, M. Waist circumference and BMI are independently associated with the variation of cardiorespiratory and neuromuscular fitness in young adult men / M. Fogelholm, J. Malmberg, J. Suni [et al.] // International Journal of Obesity. – 2006. – No. 30. – P. 962-969.
11. Jones, B. H. Epidemiology of injuries associated with physical training among young men in the army / B. H. Jones, D. N. Cowan, J. P. Tomlinson [et al.] // Medicine and Science in Sports and Exercise. – 1993. – Vol. 25. – No. 2. – P. 197-203.
12. Knapik, J. J. Risk factors for training-related injuries among men and women in basic combat training / J. J. Knapik, M. A. Sharp, M. Canham-Chervak [et al.] // Medicine and Science in Sports and Exercise. – 2001. – No. 33. – P. 946-954.
13. Leyk, D. Physical performance, body weight and BMI of young adults in Germany 2000-2004: results of the physical-fitness-test study / D. Leyk, U. Rohde, W. Gorges [et al.] // International Journal of Sports Medicine. – 2005. – Issue 08. – Vol. 27. – P. 642-647.
14. Mattila, V. M. Risk factors for bone stress injuries: a follow up study of 102, 515 person-years / V. M. Mattila, M. Niva, M. Kiuru, H. Pihlajamäki // Medicine and Science in Sports and Exercise. – 2007. – Vol. 39. – No. 7. – P. 1061-1066.
15. Oja, P. A 2-km walking test for assessing the cardiorespiratory fitness of healthy adults / P. Oja, R. Laukkanen, M. Pasanen, T. Tyry, I. Vuori // International Journal of Sports Medicine. – 1991. – Issue 12. – Vol. 4. – P. 356-362.
16. Santtila, M. Physical fitness profiles in young Finnish men during the years 1975-2004 / M. Santtila, H. Kyröläinen, T. Vasankari [et al.] // Medicine and Science in Sports and Exercise. – 2006. – Vol. 38. – Issue 11. – P. 1990-1994.

17. Santtila, M. Basic Physical Fitness Tests in the Finnish Defence Forces / M. Santtila, H. Kyröläinen, K. Pihlainen // Physical Fitness Tests in the Nordic Armed Forces – A Description of Basic Test Protocols. J. Malmberg (Ed.) // Moving Soldiers – Soldaten i bevegelse. – 2011. – No. 01. – P. 36-45.
18. Staub, K. BMI distribution/social stratification in Swiss conscripts from 1875 to present / K. Staub, F.J. Ruhli, U. Woitek, C. Pfister // European Journal of Clinical Nutrition. – 2010. – No. 64. – P. 335-340.
19. Viljanen, T. Strength characteristics of a healthy urban adult population / T. Viljanen, J. T. Viitasalo, U. M. Kujala // European Journal of Applied Physiology and Occupational Physiology. – 1991. – Vol. 63. – Issue 1. – P. 43-47.

REFERENCES

1. Pershin, Yu. Yu. The US Armed Forces recruitment problem as a threat to the US national security / Yu. Yu. Pershin, A. V. Politov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 4. – P. 18-28.
2. Pershin, Yu. Yu. Selection, professional and physical training of foreign special operation forces: theory and practice : monograph : Pt. 1. Foot Marching / Yu. Yu. Pershin, O. A. Muzhchil. I. N. Deshevykh. – St. Petersburg : MIPT, 2020. – 220 p.
3. Politov A. V. Physical fitness assessment of the Danish armed forces personnel / A. V. Politov, Yu. Yu. Pershin // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – № 4. – P. 23-30.
4. ACMS's guidelines for exercise testing and prescription. – Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins, 2000. – 368 p.
5. Åstrand, P.-O. A nomogram for calculation of aerobic capacity (physical fitness) from pulse rate during submaximal work / P.-O. Åstrand, I. Rhyming // Journal of Applied Physiology. – 1954. – No. 7. – P. 218-221.
6. Bosco, C. A simple method for measurement of mechanical power in jumping / C. Bosco, P. Luhtanen, P. V. Komi // European Journal of Applied Physiology. – 1983. – Vol. 50. – No. 2. – P. 273-282.
7. Cooper, K. H. A means of assessing maximal oxygen intake. Correlation between field and treadmill testing // Journal of American Medical Association. – 1968. – Vol. 203. – No. 3. – P. 201-204.
8. Dyrstad, S. M. Aerobic fitness in young Norwegian men: a comparison between 1980 and 2002 / S. M. Dyrstad, A. Aandstad, J. Hallén // Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports. – 2005. – Vol. 15. – No. 5. – P. 298-303.
9. Dyrstad, S. M. Physical fitness and physical training during Norwegian military service / S. M. Dyrstad, R. Soltvedt, J. Halle // Military Medicine. – 2006. – Vol. 171. – No. 8. – P. 736-741.
10. Fogelholm, M. Waist circumference and BMI are independently associated with the variation of cardiorespiratory and neuromuscular fitness in young adult men / M. Fogelholm, J. Malmberg, J. Suni [et al.] // International Journal of Obesity. – 2006. – No. 30. – P. 962-969.
11. Jones, B. H. Epidemiology of injuries associated with physical training among young men in the army / B. H. Jones, D. N. Cowan, J. P. Tomlinson [et al.] // Medicine and Science in Sports and Exercise. – 1993. – Vol. 25. – No. 2. – P. 197-203.
12. Knapik, J. J. Risk factors for training-related injuries among men and women in basic combat training / J. J. Knapik, M. A. Sharp, M. Canham-Chervak [et al.] // Medicine and Science in Sports and Exercise. – 2001. – No. 33. – P. 946-954.
13. Leyk, D. Physical performance, body weight and BMI of young adults in Germany 2000-2004: results of the physical-fitness-test study / D. Leyk, U. Rohde, W. Gorges [et al.] // International Journal of Sports Medicine. – 2005. – Issue 08. – Vol. 27. – P. 642-647.
14. Mattila, V. M. Risk factors for bone stress injuries: a follow up study of 102, 515 person-years / V. M. Mattila, M. Niva, M. Kiuru, H. Pihlajamäki // Medicine and Science in Sports and Exercise. – 2007. – Vol. 39. – No. 7. – P. 1061-1066.
15. Oja, P. A 2-km walking test for assessing the cardiorespiratory fitness of healthy adults / P. Oja, R. Laukkanen, M. Pasanen, T. Tyry, I. Vuori // International Journal of Sports Medicine. – 1991. – Issue 12. – Vol. 4. – P. 356-362.
16. Santtila, M. Physical fitness profiles in young Finnish men during the years 1975-2004 / M. Santtila, H. Kyröläinen, T. Vasankari [et al.] // Medicine and Science in Sports and Exercise. – 2006. – Vol. 38. – Issue 11. – P. 1990-1994.
17. Santtila, M. Basic Physical Fitness Tests in the Finnish Defense Forces / M. Santtila, H. Kyröläinen, K. Pihlainen // Physical Fitness Tests in the Nordic Armed Forces – A Description of Basic Test Protocols. J. Malmberg (Ed.) // Moving Soldiers – Soldaten i bevegelse. – 2011. – No. 01. – P. 36-45.
18. Staub, K. BMI distribution/social stratification in Swiss conscripts from 1875 to present / K. Staub, F.J. Ruhli, U. Woitek, C. Pfister // European Journal of Clinical Nutrition. – 2010. – No. 64. – P. 335-340.
19. Viljanen, T. Strength characteristics of a healthy urban adult population / T. Viljanen, J. T. Viitasalo, U. M. Kujala // European Journal of Applied Physiology and Occupational Physiology. – 1991. – Vol. 63. – Issue 1. – P. 43-47.

УДК 355.233.22:796.093.35(23)

АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ НА УСПЕШНОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ УЧЕБНО-БОЕВЫХ ЗАДАЧ В УСЛОВИЯХ ГОРНОЙ И ВЫСОКОГОРНОЙ МЕСТНОСТИ

Скворцов Сергей Андреевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры горной и специальной подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Куштаев Егор Владимирович, преподаватель кафедры горной и специальной подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Темирханов Темирлан Абасович, заместитель начальника НИО Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Привалов Александр Алексеевич, преподаватель кафедры горной и специальной подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

ANALYSIS OF THE PHYSICAL FITNESS IMPACT ON THE SUCCESS OF PERFORMANCE OF TRAINING AND COMBAT TASKS IN THE CONDITIONS OF MOUNTAIN AND HIGH MOUNTAIN TERRAIN

Skvortsov S.A., candidate of pedagogical sciences, the Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Kushtaev E.V., Lecturer of the Department of Mountain and Special Training, Military Institute of Physical Culture, St. Petersburg;

Temirkhanov T.A., Deputy Head of the Research Department of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Privalov A.A., Lecturer at the Department of Mountain and Special Training, Military Institute of Physical Culture, St. Petersburg.

Аннотация:

В данной статье проанализирован уровень физической подготовленности военнослужащих, проходящих обучение по программе горной подготовки. Представлены оценочные показатели по программе обучения и сопоставлены данные уровня физической подготовленности и горной подготовки. Определена зависимость успешности прохождения программы горной подготовки от уровня физической подготовленности военнослужащих.

Ключевые слова:

физическая подготовленность, нормативы, программа горной подготовки, функциональное состояния, отбор, физическая подготовка, горная подготовка, анализ.

Abstract:

The level of physical fitness of servicemen undergoing training under the mountain training program is analyzed in this article. The estimated indicators for the training program are presented, and the data of the level of physical fitness and mountain fitness are compared. The dependence of the success of the mountain training program on the level of physical fitness of servicemen has been determined.

Key words:

physical fitness, standards, mountain training program, functional state, selection, physical training, mountain training, analysis.

ВВЕДЕНИЕ

В ближайшее десятилетие основной задачей, стоящей перед Министерством обороны Российской Федерации, является укрепление и развитие военного, технического и кадрового потенциала армии. Это, в свою очередь, повышает требования к качеству отбора и подготовки военных специалистов для выполнения задач в различных климатогеографических условиях.

Боевая деятельность в горах требует особой и более тщательной всесторонней подготовки военнослужащих. Опыт боевых действий за последние 10 лет, а также тревога Минобороны России, вызванная переброской в район

Нагорного Карабаха боевиков террористических группировок с Ближнего Востока, свидетельствует о том, что решение в 2006 году о создании горных воинских частей и включение в программу боевой подготовки для этих подразделений предмета «Горная подготовка» являлось своевременной мерой. В докладе заместителя начальника Управления физической подготовки и спорта ВС РФ «Об итогах горной подготовки ВС РФ за 2019 год» отмечается, что необходимо уделять внимание качественной характеристике привлекаемого личного состава для прохождения обучения по программе горной подготовки [1].

В настоящее время остро стоит вопрос, связанный с отбором военнослужащих для прохождения обучения в Центрах горной подготовки МО РФ. Анализ справок-докладов о результатах сборов по горной подготовке за последние три года показывает, что процент военнослужащих, не выполнивших программу обучения, не снижается и остается на недопустимо высоком уровне [2, 3].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В рамках научно-исследовательской работы шифр «Отбор» нами была проанализирована эффективность обучения военнослужащих в Центре горной подготовки и выживания «Терскол» Министерством обороны Российской Федерации. На рисунке 1 представлены причины отчисления обучающихся по программе горной подготовки на основе анализа справок-докладов о результатах сборов по горной подготовке.

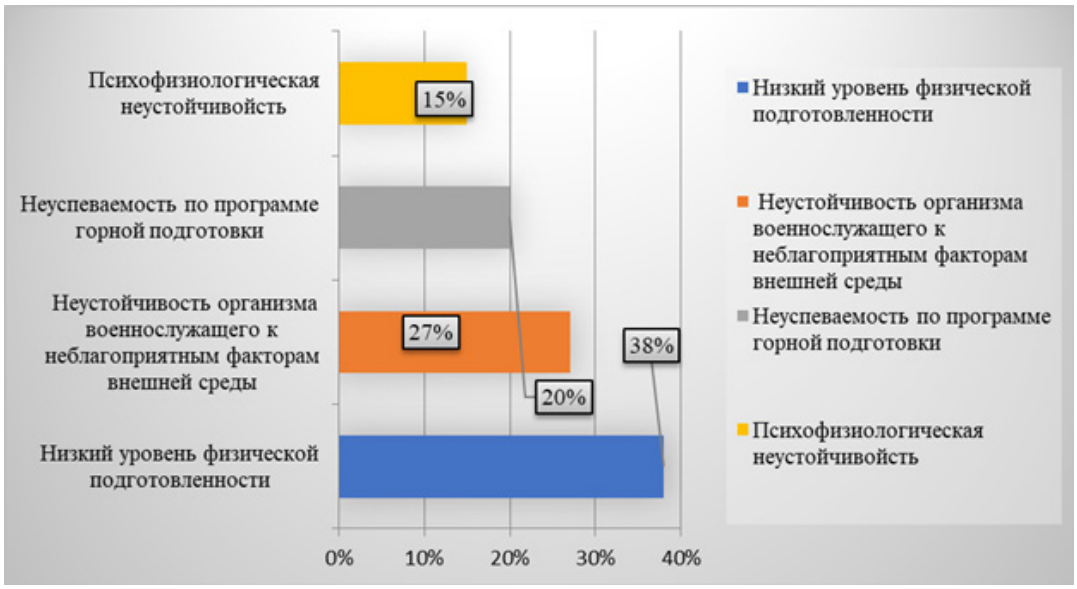


Рисунок 1 – Анализ факторов, связанных с отчислением военнослужащих от освоения программы горной подготовки

Как мы уже ранее отмечали в своих научных публикациях, основной причиной отчисления от прохождения программы обучения по горной подготовке является низкий уровень физической подготовленности военнослужащих [4, 5, 6, 7].

Для решения этой проблемы мы изучили и проанализировали порядок действий должностных лиц при отборе военнослужащих на обучение в Центр горной подготовки и выживания «Терскол» МО РФ. По результатам анализа нами было установлено, что каких-либо методических рекомендаций или требований к уровню физической подготовленности к кандидатам не существует. Данный факт дал нам основание для открытия научно-исследовательской работы 2 категории шифр «Отбор».

Для разработки методических рекомендаций нами были изучены материалы сводных ведомостей за последние 15 сборов. За этот период привлекалось к обучению более 1000 военнослужащих, а не завершило обучение более 10% военнослужащих. Для определения зависимости качества обучения по программе горной подготовке от уровня физической подготовленности мы распределили обучаемых по трем группам:

– военнослужащие, освоившие программу обучения на оценку «отлично» и «хорошо»;

– военнослужащие, освоившие програм-

му обучения на оценку «удовлетворительно»;

– военнослужащие, освоившие программу обучения на оценку «неудовлетворительно».

После распределения по группам военнослужащих по результатам их успеваемости нами были проанализированы результаты сдачи физической подготовленности по четырем упражнениям (табл. 1). Уровень физической подготовленности определялся по результатам сдачи следующих упражнений:

– бег на 3 км;
– подтягивание на перекладине;
– бег на 100 метров;
– передвижения по бревну или по узкой опоре.

Таблица 1 – Результаты сдачи физической подготовки

Наименование упражнений	Военнослужащие, освоившие программу обучения на оценку «отлично» и «хорошо»	Военнослужащие, освоившие программу обучения на оценку «удовлетворительно»	Военнослужащие, освоившие программу обучения на оценку «неудовлетворительно»
Упражнение № 4 Подтягивание на перекладине (кол. раз)	19,8±3,1	16,3±2,7	11,4±2,5
Упражнение № 41 Бег на 100 м (с)	13,1±0,8	14,3±1,1	15,8±0,9
Упражнение № 46 Бег на 3 км (с)	668±74	741±83	819±112
Упражнение № 22 Передвижение по бревну или по узкой опоре (с)	11,9±2,1	14,1±1,5	16,5±2,2

Анализ результатов, представленных в таблице 1, позволяет констатировать факт того, что уровень физической подготовленности влияет на успешность выполнения учебно-боевых задач в горной местности.

С целью более точного определения и объективности данного факта, нами было проведено дополнительное исследование в ходе сбора по горной подготовке, который проводился в период с 1 по 30 сентября 2020 года на базе Центра «Горной подготовки и выживания «Терскол» МО РФ.

В ходе исследования было проверено 98 человек, проходивших обучение по первому уровню горной подготовки (летнему). Военнослужащие были распределены на десять отделений, в девяти из которых было 10 человек, а в десятом 8 человек.

В соответствии с научно-исследовательской работой шифр «Отбор» перед убытием на сбор у военнослужащих была проверена физическая подготовленность по четырем упражнениям. Результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Проверка уровня физической и горной подготовленности перед началом сбора

Наименование упражнений	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
Количество человек	56 человек	24 человек	18 человек
Упражнение № 4 Подтягивание на перекладине (кол. раз)	18,8±3,1	14,3±2,7	10,4±2,5
Упражнение № 41 Бег на 100 м (с)	12,9±0,9	13,8±1,7	14,7±0,8
Упражнение № 46 Бег на 3 км (с)	670±76	743±85	820±114
Упражнение № 22 Передвижение по бревну или по узкой опоре (с)	12,1±1,8	13,9±1,7	15,9±2,8

В ходе исследования, используя метод наблюдения, велся контроль за военнослужащими на предмет резкого изменения их функционального состояния.

В процессе наблюдения нами выявлено, что в отделениях есть военнослужащие, которые явно отстают от основного состава отделения при перевальных походах и совершении восхождений. Наряду с этим, в отделениях выявились лидеры – военнослужащие с высоким уровнем физической подготовленности, которые задавали высокий темп и помогали явно отстающим в переноске их снаряжения. Основной контингент военнослужащих не имел явных признаков, по которым их можно было отнести к отстающим или лидерам.

Дополнительно в процессе обучения в ходе занятий, перевальных походов и восхождений военнослужащие выполняли нормативы по горной подготовке из «Руководства по горной подготовке Сухопутных войск». Результаты выполнения нормативов по горной подготовке представлены на таблице 3.

Таблица 3 – Результаты выполнения нормативов по горной подготовке

Оценка за выполнение норматива	Отлично и хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
Количество человек	58	24	16
№ 1. Вязка узлов (с)	242±31	281±22	312±23
№ 2. Надевание индивидуальной страховочной системы (ИСС) (с)	213±32	253±11	269±28
№ 7. Подъем по закрепленной веревке на различную высоту (с)	119±29	162±23	189±22
№ 8. Передвижение по П-образным перилам (с)	332±78	487±58	643±72

Анализ выполнения нормативов по горной подготовке и результаты физической подготовленности военнослужащих перед убытием на обучение показали, что военнослужащие, выполнившие нормативы по горной подготовке на оценку «хорошо» и «отлично», имеют высокую физическую подготовленность, что подтверждается результатами сдачи физической подготовки. Данные сдачи уровня физической подготовки во время прохождения сбора по горной подготовке представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты сдачи физической подготовки во время сбора по горной подготовке

Группы показателей ФП военнослужащих	Военнослужащие, освоившие программу обучения на оценку «отлично» и «хорошо»	Военнослужащие, освоившие программу обучения на оценку «удовлетворительно»	Военнослужащие, освоившие программу обучения на оценку «неудовлетворительно»
Упражнение № 4 Подтягивание на перекладине (кол. раз)	16,8±3,2	12,6±2,1	9,7±2,3
Упражнение № 41 Бег на 100 м (с)	13,6±0,8	14,8±1,1	15,9±0,7
Упражнение № 46 Бег на 3 км (с)	711±67	811±79	849±98
Упражнение № 22 Передвижение по бревну или по узкой опоре (с)	15,2±2,2	17,1±1,5	19,4±1,9

Анализ результатов, представленных в таблАнализ результатов, представленных в таблице 4, позволяет сделать следующие выводы:

– военнослужащие, сдающие физическую подготовку на оценки «отлично» и «хорошо», программу сбора по горной подготовке завершили успешно, а военнослужащие, сдающие физическую подготовку на «удовлетворительно» зачастую не осваивают программу сбора по горной подготовке;

– ухудшение результатов упражнений по физической подготовке связано с небольшим сроком нахождения в горной и высокогорной местности (до 3-х недель), а также с накопленной усталостью во время прохождения сбора по горной подготовке;

– выполнением упражнений на высоте 2100 метров над уровнем моря.

По итогам сбора военнослужащие из группы с низким функциональным состоянием были отчислены и не допущены к дальнейшему обучению.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное нами исследование подтвердило высокую значимость уровня физической подготовки и его положительное влияние на процесс горной подготовки. В рамках нашего исследования показатели уровня физической подготовленности станут одними из основных показателей, характеризующих направление профессионального отбора военнослужащих для прохождения ими программы горной подготовки.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кузенков, С. А. Анализ отечественного и зарубежного опыта подготовки военных специалистов по горной подготовке / С. А. Кузенков, Т. А. Темирханов, С. А. Скворцов // Культура физическая и здоровье. – 2018. – № 1 (65). – С. 107-111.
2. Шашкин, Г. А. Пути освоения курсантами ВИФК дополнительной квалификации - специалист горной подготовки в интегрированной системе высшего и дополнительного профессионального образования / Г. А. Шашкин, С. А. Скворцов, Т. А. Темирханов // Научные исследования в сфере физической подготовки и спорта в Вооруженных силах Российской Федерации: опыт и перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 95-летию Тиграна Тиграновича Джамгарова / Под ред. А. Г. Щурова, О. Г. Румба, А. А. Горелова. СПб., 2017. – С. 203-208.
3. Шашкин, Г. А. Актуальные аспекты обучения курсантов ВИФК по освоению дополнительной квалификации «Инструктор горной подготовки» в образовательном процессе института / Г. А. Шашкин, С. А. Трапезников, С. А. Скворцов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2016. – № 3. – С. 99-105.
4. Скворцов, С. А. Анализ факторов, отрицательно влияющих на военнослужащих, проходящих обучение по программе горной подготовки / С. А. Скворцов, Е. В. Куштаев, Т. А. Темирханов, М. А. Сибогатов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 3 – С. 82-85.
5. Бурьян, В.В. Роль медико-биологических показателей на этапе специального отбора военных специалистов горной подготовки / В. В. Бурьян, С. А. Скворцов, Т. А. Темирханов, Е. В. Куштаев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4 – С. 139-145.
6. Кузенков, С. А. О структуре подготовки военных специалистов в Вооруженных Силах Российской Федерации, привлекаемых к выполнению задач в горной местности и пути ее совершенствования / С. А. Кузенков, Т. А. Темирханов, С. А. Скворцов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2018. – № 4 (158). – С. 177-182.
7. Пашута, В. Л. Факторы, определяющие необходимость использования специального снаряжения для обучения военнослужащих ведению боевых действий / В. Л. Пашута, А. П. Греков // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2013. – № 4 (98). – С. 113-116.

REFERENCES

1. Kuzenkov, S. A. Analysis of domestic and foreign experience in training military specialists in mountain training / S. A. Kuzenkov, T. A. Temirkhanov, S. A. Skvortsov // Physical training and health. – 2018. – No. 1 (65). – P. 107-111.
2. Shashkin, G. A. Ways of mastering additional qualifications by MIPT cadets – specialists of mountain training in the integrated system of higher and additional professional education / G. A. Shashkin, S. A. Skvortsov, T. A. Temirkhanov // Scientific research in the field of physical training and sports in the Russian Armed Forces: Experience and Prospects. Proceedings of the All-Russian scientific-practical conference dedicated to the 95th anniversary of Tigran Tigranovich Dzhamgarov / Ed. by A. G. Shchurov, O. G. Rumba, A. A. Gorelov. – St. Petersburg, 2017. – P. 203-208.
3. Shashkin, G. A. Actual aspects of training MIPT cadets on mastering the additional qualification «Instructor of mountain training» in the educational process of the Institute / G. A. Shashkin, S. A. Trapeznikov, S. A. Skvortsov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2016. – No. 3. – P. 99-105.
4. Skvortsov, S. A. Analysis of Factors Affecting Military Personnel Undergoing Mountain Training Program / S. A. Skvortsov, E. V. Kushtaev, T. A. Temirkhanov, M. A. Sibogatov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 82-85.
5. Burian, V. V. The role of medical and biological indicators at the stage of special selection of military specialists in mountain training / V. V. Burian, S. A. Skvortsov, T. A. Temirkhanov, E. V. Kushtaev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 4. – P. 139-145.
6. Kuzenkov, S. A. On the structure of training military specialists in the Russian Armed Forces, involved in the performance of tasks in mountainous terrain and ways of improving it / S. A. Kuzenkov, T. A. Temirkhanov, S. A. Skvortsov // Uchyenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2018. – No. 4 (158). – P. 177-182.
7. Pashuta, V. L. Factors demanding the special equipment use for training the military personnel in performing combat operations / V. L. Pashuta, A. P. Grekov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2013. – No. 4 (98). – P. 113-116.

УДК [355.233.22:355.531/.541]:355.232.6

ПРОФЕССИОГРАММА ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ДЕСАНТНО-ШТУРМОВЫХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ ВДВ В ХОДЕ СОВРЕМЕННОЙ БОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ

Чернов Даниил Викторович, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры теории и управления физической подготовкой и спортом, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Кондрашов Сергей Александрович, преподаватель кафедры теории и управления физической подготовкой и спортом, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Матвеев Евгений Леонидович, преподаватель кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Данилов Александр Борисович, адъюнкт, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

JOB PROFILE OF AIRBORNE TROOPS SERVICEMEN IN TODAY'S COMBAT TRAINING

Chernov D.V., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Department of theory and management of physical training and sports, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Kondrashov S.A., Lecturer at the Department of theory and management of physical training and sports, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Matveev E.L., Lecturer at the Department of overcoming obstacles and hand-to-hand combat, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Danilov A.B., Postgraduate student, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье представлено описание исследований и профессиограмма военнослужащих ВДВ в ходе проведения тактических учений. Рассмотрены основные элементы военно-профессиональной деятельности в соответствии с военно-учетной специальностью, изучены физические нагрузки и нервно-эмоциональное напряжение, влияющие на десантников.

Ключевые слова:

физическая подготовка, Воздушно-десантные войска, профессиограмма.

Abstract:

The article presents the description of the research and job profile of airborne troops during tactical exercises. The main elements of military professional activity in accordance with the military accounting specialty are considered, physical loads and nervous and emotional stress affecting paratroopers are studied.

Key words:

physical training, airborne training, job analysis.

ВВЕДЕНИЕ

Для качественного решения задач обучения личного состава десантно-штурмовых подразделений Воздушно-десантных войск (далее – ВДВ) необходимо периодическое проведение профессиографических исследований, с целью разностороннего анализа выполнения военно-профессиональной деятельности военнослужащими в ходе современной боевой подготовки [2].

Результатом профессиографических исследований военнослужащих ВДВ является профессиограмма, которая с той или иной степенью отображает особенности выполнения военно-профессиональных действий в определенных условиях. Она помогает в разработке практических рекомендаций, как обеспечить взаимное соответствие военнослужащего и выполняемой им военно-профессиональной деятельности [7].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В ходе тактических учений для составления профессиограммы военнослужащих десантно-штурмовых подразделений ВДВ были

использованы следующие методы исследования:

– анализ руководящих документов боевой подготовки;

– требования к специалистам военно-учетных специальностей (ВУС) и к кандидатам, поступающим на военную службу в ВДВ по контракту;

– изучение биографических данных;

– уровень физического состояния военнослужащих с различным уровнем военно-профессиональной подготовленности;

– беседы и опросы методом анкетирования специалистов различных ВУС;

– наблюдение за выполнением военно-профессиональных приемов и действий ходе учений;

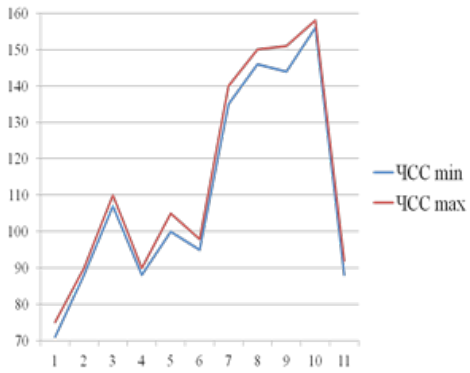
– хронометраж деятельности в ходе учений;

– различные измерения физиологических функций.

В результате проведенных исследований нами были выявлены основные элементы военно-профессиональной деятельности в соответствии с ВУС, изучены физические нагрузки и нервно-эмоциональное напряжение, влияющее на десантников в ходе их выполнения (табл. 1), а также были получены ответы на вопросы, которые помогли сформировать представление об оптимальном процессе физического совершенствования военнослужащих различных ВУС при выполнении военно-профессиональной деятельности в ходе учений (табл. 2).

Таблица 1 – Показатели хронометража деятельности военнослужащих подразделений ВДВ в ходе учений





№ п/п	Элементы веннопрофессиональной деятельности	время	ЧСС уд/мин
		час. мин.	x – x max
	Подъем, утренние мероприятия, завтрак	0.35	71-75
	Получение оружия, экипировки	0.40	88-90
	Пеший марш 4км	1.00	107-110
	Марш на транспортных средствах	1.00	88-90
	Предспусковая подготовка	1.00	100-105
	Погрузка в вертолет, вылет в район	0.30	95-98
	Вывешивание за борт	0.20	135-140
	Спуск на спусковых устройствах (высота 30м)	0.40	146-150
	Бег до окопа (500-1000м)	0.10	144-151
	Смена позиции «откат» (бег 500м)	0.10	156-158
	Погрузка, марш на транспортных средствах в ППД	1.40	88-92

Так в ходе исследования установлено, что основными элементами военно-профессиональной деятельности являлись: марш (16%), десантирование на спусковых устройствах (6%), смена позиции (2%). При этом самые большие физические и психические нагрузки десантники испытывали во время вывешивания за борт (ЧСС 135-140 уд./мин) и непосредственно спуска (ЧСС 146-150 уд./мин) (рис. 1).



Рисунок 1 – Вывешивание за борт и десантирование на спусковых устройствах

При выполнении данной работы десантник, сгибая ноги в коленях, нагружает подвесную систему, спусковое устройство и спусковую веревку, проверяя работоспособность спускового узла. Далее, не ослабляя нагрузки на спусковой конец, жестко фиксируя веревку, маятниковым движением выносит корпус спиной вперед за борт вертолета. Правая рука придерживает оружие, прижимая его к правому бедру. При этом ноги, выпрямленные в коленях, упираются серединами стоп в нижний обрез проема двери, стопы – на ширине плеч. Затем он начинает вытравливать веревку, опускаясь до тех пор, пока голова не окажется ниже уровня палубы вертолета. В момент прохождения этой точки десантник ослабляет фиксацию спусковой веревки, обеспечивая быстрое проскальзывание вниз, одновременно толкаясь двумя ногами от проема двери. Затем, выдерживая скорость спуска в диапазоне 2-3 м/с, десантник спускается по спусковой веревке, внимательно наблюдая за точкой приземления.

Выполнение данной работы характеризуется достаточно большой продолжительностью и очень интенсивной и затратной по режиму энергообеспечения мышечной работы деятельностью, а также большими психическими нагрузками (высота при десантировании беспарашютным способом составляет 25-30 м).

Основным ограничивающим фактором продолжительности интенсивной работы при выполнении десантирования на спусковых устройствах и вызывающим функциональные нарушения в мышце является снижение скорости ресинтеза аденозинтрифосфорной кислоты (АТФ). Это говорит о том, что процесс физического совершенствования военнослужащих, осуществляемый с целью достижения наилучшего результата и обеспечения необходимой работоспособности при выполнении военно-профессиональной деятельности десантника, должен опираться на различные системы энергообеспечения.

Основными группами мышц, задействованными при выполнении вышеописанной работы, являются мышцы рук и плечевого пояса, спины, пресса и ног.

Таблица 2 – Профессиограмма военно-профессиональной деятельности военнослужащих ВДВ в ходе учений (Д.В. Чернов, 2017 г.)

№ п/п	Компоненты профессиограммы	Содержание компонентов профессиограммы			
		Командиры рот, взводов, отделений, заместители командира боевых машин – наводчики-операторы, командиры отделений-командиры боевых машин	Разведчики, разведчики-операторы	Механики-водители	Номера расчетов, стрелки-саперы, стрелки-операторы, наводчики, наводчики-операторы, гранатометчики
1.	Общие данные по специальности				
	Категория комплектования	в/сл по контракту	в/сл по контракту	в/сл по контракту	в/сл по контракту
	Категория профессиональной деятельности*	1	1	1	1
	Упражнения при контроле ФП	ловкость, быстрота, сила, выносливость, военно-прикладной навык	ловкость, быстрота, сила, выносливость, военно-прикладной навык	ловкость, быстрота, сила, выносливость, военно-прикладной навык	ловкость, быстрота, сила, выносливость, военно-прикладной навык
2.	Содержание деятельности в процессе учений				
	Преимущественный тип деятельности;	управленческая, операторская	операторская	смешанная	динамическая
	Рабочая поза	стоя, стоя – согнувшись, бегом	стоя, стоя – согнувшись, бегом	бегом, сидя, ступни ног находятся на уровне тазобедренного сустава, руки вытянуты вперед	стоя, стоя – согнувшись, бегом
	Основные элементы УБД в ходе учений	• марш в район сосредоточения (4-6 км); • подготовка к десантированию; • беспарашютное десантирование на спусковых устройствах по канату; «откат» (бег 500м); • сбор на площадке приземления, захват площадок приземления; маневр, развертывание элементов боевого порядка.			

Продолжение таблицы 2

	Неблагоприятные факторы	• вибрация, шум, перепады давления и температур; • нарушение суточной периодики; • вес экипировки; • эмоциональное напряжение; • ударные и гравитационные перегрузки; • укачивание.	• вибрация, шум, перепады давления и температур; • нарушение суточной периодики; • вес экипировки; •эмоциональное напряжение; • усилия рычагов; • ударные и гравитационные перегрузки • укачивание	• вибрация, шум, перепады давления и температур; • нарушение суточной периодики; • загазованность воздуха; • эмоциональное напряжение; • ограниченность движений; • усилия рычагов и педалей; • ударные и гравитационные перегрузки	• вибрация, шум, перепады давления и температур; • нарушение суточной периодики; • эмоциональное напряжение; • вес и количество снарядов; • ударные перегрузки • ударные и гравитационные перегрузки
	Значение индивидуальной готовности в коллективных действиях	+	+	+	+
3.	Профессионально важные качества				
	Психические	• устойчивость и концентрация внимания; • высокая работоспособность; • устойчивость к • монотонии; хорошие показатели кратковременной памяти; • эмоциональная устойчивость • смелость, решительность. • психологическая совместимость.	• хорошие показатели кратковременной памяти; • устойчивость и концентрация внимания; • высокая работоспособность на фоне больших физических и психологических нагрузок; • эмоциональная устойчивость; • смелость, решительность • психологическая совместимость	• устойчивость и концентрация внимания; • высокая работоспособность при ограниченной подвижности; • устойчивость к монотонии; • хорошие показатели кратковременной памяти; эмоциональная устойчивость; • смелость, решительность. • психологическая совместимость	• устойчивость и концентрация внимания; • высокая работоспособность на фоне больших физических и психических нагрузок; • смелость, решительность. • психологическая совместимость
	Основные физические качества	• высокий уровень развития всех физических качеств, при преимущественном развитии силы, быстроты;	• высокий уровень развития всех физических качеств, при преимущественном развитии силы, быстроты;	• высокий уровень развития всех физических качеств, при преимущественном развитии силы, быстроты;	• высокий уровень развития всех физических качеств, при преимущественном развитии силы, быстроты;

Продолжение таблицы 2

	Специальные физические качества	• высокий уровень общей, скоростной и статической выносливости; • умение ориентироваться на местности;	• высокий уровень общей, скоростной и статической выносливости; • умение ориентироваться на местности;	• высокий уровень общей, скоростной и статической выносливости; • умение ориентироваться на местности;	• высокий уровень общей, скоростной и статической выносливости; • умение ориентироваться на местности;
	Специальные функциональные качества	• устойчивость к укачиванию и ударным перегрузкам на опорно-двигательный аппарат.	• устойчивость к укачиванию и ударным перегрузкам на опорно-двигательный аппарат.	• устойчивость к укачиванию и ударным перегрузкам на опорно-двигательный аппарат.	• устойчивость к укачиванию и ударным перегрузкам на опорно-двигательный аппарат.

*для проверки физической подготовленности

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенных исследований установлено, что от уровня физической подготовки и функционального состояния зависит и успешность выполнения военно-профессиональных действий во время учений, определены величина и направленность физической нагрузки, получаемой военнослужащими при выполнении военно-профессиональной деятельности в ходе учений, данная деятельность представляет собой физическую работу в сочетании с коллективными действиями, интенсивную и весьма продолжительную по объему, что требует от личного состава высокого уровня развития силовой выносливости, силы мышц рук, плечевого пояса, спины и ног.

Проанализировав профессиональные действия, осуществляемые десантниками в ходе учений, опираясь на полученные данные физиологических показателей, биомеханического анализа движений и рабочей позы, основных неблагоприятных факторов, на основе теории адаптации и переноса подготовленности необходимо подобрать средства и методы физической подготовки для военнослужащих десантно-штурмовых подразделений ВДВ с учетом общности ведущих структурных элементов и адекватности режимов функционирования специфических функциональных систем, формирующихся в процессе физической подготовки и проявляющихся в различных видах военно-профессиональной деятельности.

Выполнение военно-профессиональной деятельности предъявляет к физической готовности личного состава ВДВ ряд требований: иметь высокий уровень развития физических качеств при преимущественном развитии силы и силовой выносливости; высокий уровень функционального состояния и вестибулярной устойчивости; владеть навыками преодоления препятствий и рукопашного боя; быть смелым, решительным, эмоционально устойчивым; готовым к сплоченным и натренированным действиям в составе подразделения на фоне физических и психических нагрузок.

ЛИТЕРАТУРА

1. Чернов, Д. В. Исследования военнослужащих ВДВ в ходе тактических учений / Д. В. Чернов, М. А. Окишев // Научный клуб. – 2014. – № 3. – С. 78-84.
2. Чернов, Д. В. Профессиограмма военнослужащих артиллерийских подразделений ВДВ – основа определения содержания общей и специальной физической подготовки / Д. В. Чернов, С. М. Ившичев, С. Г. Черепанов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2017. – № 4 (27). – С. 54-61.
3. Щуров, А. Г. Результаты исследований динамики функционального состояния центральной нервной систе-

мы военнослужащих ВДВ в ходе тактических учений / А. Г. Щуров, Д. В. Чернов, М. А. Окишев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2014. – № 4 (27). – С. 145-154.
4. Приказ МО РФ 2009 г. № 200 «Об утверждении Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации» в редакции приказа МО РФ 2013 г. № 560 «О внесении изменений в Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации, утв. приказом Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. № 200».
5. Приказ Командующего ВДВ от 5 декабря 2013 г. № 255 г. Москва «Об утверждении Руководства по физической подготовке в воздушно-десантных войсках Вооруженных Сил Российской Федерации».
6. Программа боевой подготовки учебных подразделений Воздушно-десантных войск, Утверждена и введена в действие приказом Командующего Воздушно-десантными войсками от 2 октября 2015 г. № 282. – М. : 2015. – 234 с.
7. Жучков, Д. В. Научно-исследовательская деятельность с основами математической статистики в сфере физического воспитания, физической подготовки и спорта / Д. В. Жучков, Е. Н. Курьянович, Н. Ф. Лукиянец. – СПб. : ВИФК, 2019. – 110 с.
8. Министерство обороны Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://structure.mil.ru/ (дата обращения : 05.10.2020).

REFERENCES

1. Chernov, D. V. Studies on airborne troops during tactical exercises / D. V. Chernov, M. A. Okishev // Science club. – 2014. – No. 3. – P. 78-84.
2. Chernov, D. V. Job profile military personnel of artillery units of the airborne forces - the basis for determining the content of general and special physical training / D. V. Chernov, S. M. Ivshichev, S. G. Cherepanov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 1 (27). – P. 145-154.
3. Shchurov, A. G. Results of research on the dynamics of the functional state of the Central nervous system of airborne troops servicemen during tactical exercises / A. G. Shchurov, D. V. Chernov, M. A. Okishev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2014. – No. 4 (27). – P. 145-154.
4. The Russian Defense Ministry, 2009, No. 200 «On approval of the Instruction on physical training in the Russian Armed Forces» as amended by order of the Russian Defense Ministry, 2013, No. 560 «On amendments to the manual on physical training in the Russian Armed Forces, approved by order of the Russian Defense Minister of April 21, 2009 No. 200».
5. Order of the Commander of the airborne troops No. 255 of 5 December 2013, Moscow «On approval of the manual of physical training in the airborne troops of the Russian Armed Forces».
6. The program of combat training of training units of the Airborne troops, Approved and put into effect by order of the Commander of the Airborne forces of October 2, 2015 No. 282. – Moscow, 2015. – 234 p.
7. Zhuchkov, D. V. Research activities with the basics of mathematical statistics, in the field of physical education, physical training and sports / D. V. Zhuchkov, E. N. Kuryanovich, N. F. Lukyanets. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 110 p.
8. Russian Defense Ministry. – Available at : https://structure.mil.ru/.

УДК 378.01

ОРГАНИЗАЦИОННО-ФИЗИЧЕСКИЙ КОМПОНЕНТ ПРОФЕССИОГРАФИЧЕСКОЙ МОДЕЛИ СЛУЖЕБНО-БОЕВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОФИЦЕРОВ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ СИЛ СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ ВОЙСК НАЦИОНАЛЬНОЙ ГВАРДИИ РОССИИ

Черноиванов Александр Владимирович, преподаватель кафедры огневой подготовки, Новосибирский военный институт имени генерала армии И.К. Яковлева войск национальной гвардии Российской Федерации, Новосибирск;

Сидорина Татьяна Владимировна, профессор, Новосибирский военный институт имени генерала армии И.К. Яковлева войск национальной гвардии Российской Федерации, Новосибирск;

Сергиенко Сергей Витальевич, начальник кафедры физической подготовки и спорта, Новосибирский военный институт имени генерала армии И.К. Яковлева войск национальной гвардии Российской Федерации, Новосибирск.

ORGANIZATIONAL AND PHYSICAL COMPONENT OF JOB PROFILE MODELS OF MILITARY SERVICE AND OFFICERS OF THE UNITS OF SPECIAL FORCES OF RUSSIAN NATIONAL GUARD TROOPS

Chernoivanov A.V., Lecturer at the Department of fire training, the Novosibirsk Yakovlev Military Institute of the Russian National Guard, Novosibirsk;

Sidorina T.V., Professor, the Novosibirsk Yakovlev Military Institute of the Russian National Guard, Novosibirsk;

Sergienko S.V., Head of the Department of physical training and sports, the Novosibirsk Yakovlev Military Institute of the Russian National Guard, Novosibirsk;

Аннотация:

Статья раскрывает важность организационно-физического компонента Профессиографической модели служебно-боевой деятельности офицеров подразделений сил специального назначения войск национальной гвардии России, значимость базового аспекта профессиональной подготовки, обеспечивающего готовность к военно-профессиональной деятельности в частях и подразделениях сил специального назначения воск национальной гвардии России.

Ключевые слова:

компонент, организационно-физический компонент, модель, адаптация, служебно-боевая деятельность, офицеры, силы специального назначения, военно-профессиональная подготовка.

Abstract:

The article reveals the importance of organizational-physical component of a professional graphic model of military service and officers of the units of special forces of national guard troops of Russia, the significance of the basic aspects of professional training, providing readiness for military-professional activity in the units of special forces of the Russian national guard troops.

Key words:

component, organizational and physical component, model, adaptation, service and combat activities, officers, special forces, military professional training.

ВВЕДЕНИЕ

Войска национальной гвардии России (ВНГ России) переживают весьма сложный период своей истории. Все это происходит на фоне нестабильной геополитической и социально-экономической обстановки в стране и мире. Продолжается совершенствоваться не только организационно-штатная структура, но и вся система военно-профессиональной подготовки. Войска испытывают острую потребность в военных профессионалах, способных быстро адаптироваться к резко изменяющимся условиям и оптимально управлять служебно-боевой деятельностью (СБД) под-

разделения сил специального назначения ВНГ России (подразделения ССпН).

Физическая подготовка в подразделениях ССпН является одним из главных элементов боевой, профессиональной и специальной подготовки к выполнению задач служебно-боевой деятельности, а также направлением повышения боевой готовности. Достижение цели высокой физической подготовленности личного состава становится еще более актуальной в связи с развитием Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации (Росгвардии), этому способствует «Концепция развития физической культуры и спорта в войсках национальной гвардии Российской Федерации до 2020 года», разработанная спортивным комитетом Федеральной службы войск национальной гвардии Главным управлением подготовки войск [1].

Проблема исследования состоит в том, что объективная необходимость оптимизации военно-профессиональной подготовки будущих офицеров к службе в подразделениях ССпН сдерживается не только отсутствием инструмента профессиональной адаптации курсантов к специфике будущей службы, но и не достаточным уровнем их физической подготовки.

При постановке задач исследования нами учитывался тот факт, что профессиональная деятельность офицера – это, прежде всего, трудовая деятельность, для осуществления которой необходима серьезная физическая подготовка. Военный труд обладает своими особенностями, непредсказуемостью по времени и физической насыщенности, предопределяющими своеобразие природы военно-профессиональной деятельности. Здесь мы говорим об уже сложившейся системе формирования личности будущих офицеров к дальнейшей военно-профессиональной деятельности в подразделениях ССпН в условиях военного института. Исходя из вышесказанного, констатируем факт, что перед военно-образовательными организациями высшего образования ВНГ РФ стоит весьма сложная задача – оптимальная физическая подготовленность будущих офицеров к организации служебно-боевой деятельности подразделений ССпН. В квалификационных требованиях ВУС 370304 «Служебно-боевое применение частей и подразделений ССпН ВНГ» и ВУС 097600 «Применение разведывательных воинских частей и подразделений ВНГ» среди компетенций, которыми должен обладать выпускник военного института ВНГ РФ, указано: «способность иметь высокий уровень военно-профессиональной подготовки, постоянно совершенствовать физический уровень развития (ВПК-2)».

Говоря о методологии и методике исследования отмечаем, что для достижения цели исследования были применены комплексный и личностно-ориентированный подходы.

В 2014, 2016 и 2017 гг. проведены социально-психологические исследования по изучению военно-профессионального становления офицеров-выпускников в: в/ч 3111 ОДОН ВВ МВД России (г. Балашиха-15), в/ч 5401 ЦРК ВВ МВД России (г. Москва), в/ч 3274 ПривРК ВВ МВД России (г. Саров), в/ч 3025 (г. Грозный) и в/ч 6752 (г. Махачкала) СКРК ВВ МВД России. В исследованиях приняли участие около 700 офицеров – выпускников военных институтов и около 600 офицеров-экспертов [2]. Крупномасштабное исследование продемонстрировало уровень сформированности профессиональных качеств молодых офицеров к выполнению задач СБД в целом, и к выполнению организационно-физических задач, в частности, так как именно они позволяют быть постоянно максимально собранным и сосредоточенным, в оптимальной физической форме при выполнении служебно-боевых задач (СБЗ) в любых условиях обстановки.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Физическая подготовка офицеров, по мнению И.А. Авдеенко, О.И. Белоус, С.С. Жолоб, И.Е. Кабаева, Р.В. Кириченко, В.Б. Колгина, В.А. Щеголева, В.Л. Пашута и др., убеждает в ее серьезной значимости для управления СБД подразделений ССпН. В силовых структурах РФ «физическая подготовка всегда была и остается одним из основных элементов боевой подготовки военнослужащих и сотрудников к выполнению задач СБД, а также одним из направлений повышения боевой готовности войск» [3, 4, 5, 11]. Исследователи подчеркивают, что личный состав подразделений специального назначения должен обладать особой двигательной готовностью, которая понимается как комплексное свойство, позволяющее решать двигательные задачи в экстремальных условиях [5, 6, 7].

Характеризуя специфику деятельности офицера подразделения ССпН, В.А. Юматов утверждает, что «боевая подготовка в подразделениях ССпН превышает объем учебной

нагрузки в других частях, причем большинство занятий проводится в ночное время и в сложных условиях. А при выполнении СБЗ специфика деятельности характеризуется пребыванием на ограниченной территории, в условиях риска; нарушением инстинкта самосохранения, как принципа опасной профессии и др.» [8].

В результате наших исследований разработана Профессиографическая модель служебно-боевой деятельности офицеров подразделений ССпН ВНГ России, реализуемая в Новосибирском военном институте имени генерала армии И.К. Яковлева ВНГ России. Первый компонент которой, организационно-физический, представлен на рисунке 1.

Каждый компонент Профессиографической модели, и организационно-физический в том числе, реализуется комплексом выявленных нами педагогических условий:

1. Построение образовательной деятельности факультета ССпН с опорой на Профессиографическую модель СБД офицеров подразделений ССпН ВНГ России.

2. Диагностика успешности ПА будущих офицеров к специфике службы в подразделениях ССпН.

3. Психолого-педагогическая помощь на основании принципа тьюторства в преодолении трудностей ПА к специфике службы в подразделениях ССпН у будущих офицеров в условиях военного института.

4. Дополнение содержания процесса воспитания и обучения будущих офицеров информацией по истории создания, развития и применения подразделений ССпН.

5. Развитие традиций НВИ опытом действующих офицеров подразделений ССпН, участвовавших в разрешении локальных конфликтов.

6. Методическое усиление практической направленности учебной деятельности курсантов факультета ССпН НВИ.

Такая компоновка дала возможность выявить два комплекса в логике организационно-физического компонента: образовательный потенциал НВИ и адаптивные возможности курсантов факультета ССпН НВИ.

Организационно-физический компонент включает комплекс требований к физической подготовке курсантов: организационную готовность подразделений ССпН к выполнению задач СБД; разумную инициативу и самостоятельность в принятии решений в управлении физическим развитием подразделения ССпН; поддержание работоспособного (функционального) состояния организма военнослужащих; готовность к физическим нагрузкам высокой интенсивности; сформированность навыков ведения рукопашного боя в различных условиях боевой обстановки; готовность к психо-физиологической выносливости в противостоянии негативным факторам СБД и ряд других, на основании требований руководящих документов [9, 10].

Практическая готовность будущих офицеров обеспечивалась в соответствии с этапами: на 1-м курсе – в объеме обязанностей рядового; на 2-м курсе – в объеме обязанностей командира отделения; на 3-м курсе – в объеме обязанностей командира взвода; на 4-м курсе – в объеме обязанностей командира роты; на 5-м курсе – с учетом подготовки специалиста по предназначению.



Рисунок 1 – Организационно-физический блок профессиональной адаптации будущих офицеров к специфике службы в подразделениях ССпН ВНГ России

Основные положения характеристики критериев организационно-физического компонента включают: оценку умения будущего офицера управлять подготовкой подразделения ССпН к выполнению задач СБД, проявляя при этом разумную инициативу и самостоятельность. Так как СБД подразделений ССпН требует от всего личного состава способности противостоять физическим нагрузкам высокой интенсивности, то немаловажным фактором для будущего офицера является оценка способности организовывать на высоком уровне сложности занятия по физической подготовке, показывая при этом образец выносливости, физическую готовность к выполнению напряженной нагрузки, учебной в том числе; способность будущего офицера противостоять негативным факторам при организации СБД подразделения ССпН (табл. 1), что позволяет оценивать уровни проявления готовности.

Таблица 1 – Критерии, показатели и уровни оценки организационно-физической готовности будущих офицеров к специфике службы в подразделениях ССпН ВНГ России

Критерии	Показатели	Уровни проявления показателей ПА		
		Критический (0 баллов)	Допустимый (1 балл)	Оптимальный (2 балла)
1. Организационно-физическая готовность	1. Готовность организовывать занятия по физической подготовке (ФП) на высоком уровне сложности. 2. Готовность управлять организационно-физической подготовкой подразделения 3. Готовность показать образец выносливости 4. Готовность проявлять самостоятельность при организации СБД подразделения	Не сформированы способности организовывать занятие по ФП на высоком уровне сложности. Не сформировано умение управлять подготовкой подразделения ССпН. Не сформировано умение показа образца выносливости при управлении СБД подразделения. Отсутствует самостоятельность в организации подразделения	Недостаточно сформированы способности организовывать занятия по ФП на выском уровне сложности. Недостаточно сформировано умение управлять подготовкой подразделения ССпН к выполнению задач СБД. Недостаточно сформировано умение показа образца выносливости при управлении СБД подразделения. Недостаточная самостоятельность в организации подразделения	Сформированы способности организовывать занятия по ФП на высоком уровне сложности. Сформировано умение управлять подготовкой подразделения ССпН к выполнению задач СБД. Сформировано умение показа образца выносливости при управлении СБД подразделения. Сформирована самостоятельность в организации подразделения

В целом в логике исследования мы ориентировались на необходимость наличия в составе Профессиографической модели СБД офицеров подразделений ССпН ВНГ России характерных компонентов, которыми являются: организационно-физический, военно-прикладной, командно-управленческий, социально-психологический и культурно-коммуникативный, базовым и первым из которых является организационно-физический.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Системный и практико-ориентированный характер организационно-физической готовности будущих офицеров подразделений ССпН является основой качественного выполнения ими задач СБД, так как служба в подразделениях ССпН носит ярко выраженный государственный характер, а военнослужащие, в соответствии с законодательно закрепленными функциями, действуют от имени и в интересах государства. Личному составу подразделений ССпН жизненно необходимо иметь высокий уровень организационно-физической подготовки, чтобы быть постоянно готовыми на основе знаний правовых норм применять физическую силу, оружие и специальные средства. Это подчеркивает значимость базового аспекта профессиональной подготовки будущих офицеров, обеспечивающего готовность к военно-профессиональной деятельности в частях и подразделениях ССпН – организационно-физического.

ЛИТЕРАТУРА

1. Росгвардия [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://rosgvard.ru/ru/page/index/fizicheskaya-podgotovka.
2. Справка заместителю главнокомандующего внутренними войсками МВД России – начальнику управления по работе с личным составом за 2016 г.
3. Жолоб, С. С. Методическое обеспечение профессиональной подготовки личного состава подразделений специального назначения Вооруженных сил РФ : автореф. дис … канд. пед. наук / С. С. Жолоб. – СПб., 2005. – 21 с.
4. Кириченко, Р. В. Физическая подготовка разведывательных подразделений Внутренних войск МВД России к боевым действиям в Северо-Кавказском регионе : автореф. дис. … канд. пед. наук : 13.00.08 / Р. В. Кириченко. – СПб. : ВИФК, 2009. – 28 с.
5. Кузнецов, Б. В. Адаптация курсантов первого курса к образовательному процессу военизированных учебных заведений средствами физической культуры (на примере Воронежского института ГИС МЧС РФ) : автореф. дис. … канд. социол. наук / Б. В. Кузнецов. – СПб., 2015. – 25 с.
6. Огородников, А. В. Профессиональная адаптация курсантов – будущих оперативных сотрудников средствами профессионально-прикладной физической подготовки : автореф. дис. … канд. пед. наук / А. В. Огородников. – Самара, 2013. – 21 с.
7. Солонский, В. Ю. Психологические характеристики курсантов военного вуза как субъектов учебной деятельности и их развитие средствами физической культуры : автореф. дис. … канд. психол. наук / В. Ю. Солонский. – СПб., 2012. – 23 с.
8. Юматов, В. А. Особенности профессиональной подготовки курсантов к службе в подразделениях специального назначения / В. А. Юматов // Приволжский научный вестник. – 2012. – № 2 (6). – С. 76-77.
9. Приказ Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации от 31.05. 2018 г. № 3 (дсп) «Об утверждении Сборника упражнений и нормативов по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации».
10. Приказ Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации от 29.03.2018 г. № 100 «Об утверждении Наставления по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации».
11. Пашута, В. Л. Факторы, определяющие необходимость использования специального снаряжения для обучения военнослужащих ведению боевых действий / В. Л. Пашута, А. П. Греков // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2013. – № 4 (98). – С. 113-116.

REFERENCES

1. Rosgvardiya. – Available at : https://rosgvard.ru/ru/page/index/fizicheskaya-podgotovka.
2. The reference of the Deputy Commander-in-Chief of Russian Internal troops to Head of the Department for working with personnel for 2016.
3. Zholob, S. S. Methodological provision of professional training of the personnel of special purpose units of the Russian Armed Forces : Abstract of PhD thesis (Pedagogy) / S. S. Zholob. – St. Petersburg, 2005. – 21 p.
4. Kirichenko, R. V. Physical training of intelligence units of Russian Interior Ministry Troops to combat actions in Northern Caucasian region : Abstract of PhD thesis (Pedagogy) : 13.00.08 / R. V. Kirichenko. – St. Petersburg : MIPT, 2009. – 28 p.
5. Kuznetsov, B. V. Adaptation of first-year cadets to the educational process of military educational institutions using physical training means (based on the Voronezh Ministry of Emergency Situations : Abstract of PhD thesis (Sociology) / B. V. Kuznetsov. – St. Petersburg, 2015. – 25 p.
6. Ogorodnikov, A. V. Professional adaptation of cadets – future field officers by means of professionally applied physical training : Abstract of PhD thesis (Pedagogy) / A. V. Ogorodnikov. – Samara, 2013. – 21 p.
7. Solonsky, V. Yu. Psychological characteristics of military higher educational institutions cadets as subjects of educational activity and their development by means of physical training : Abstract of PhD thesis (Psychology) / V. Yu. Solonsky. – St. Petersburg, 2012. – 23 p.
8. Yumatov, V. A. Specificities of professional training of cadets to the service of special units / V. A. Yumatov // Privolzhsky nauchny vestnik. – 2012. – No. 2 (6). – P. 76-77.
9. Order of the Federal Service of the National Guard of Russia of 05/31/2018 No. 3 (FSP) «On approval of the Collection of exercises and standards for physical training in the troops of the Russian National Guard Troops».
10. Order of the Federal War Service of the National Guard of the Russian Federation of March 29, 2018 No. 100 «On the approval of the Manual on physical training in the troops of the National Guard of the Russian Federation».
11. Pashuta, V. L. Factors demanding the special equipment use for training the military personnel in performing combat operations / V. L. Pashuta, A. P. Grekov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2013. – No. 4 (98). – P. 113-116.

УДК 355.233.22:796.093.35(23)

ОСОБЕННОСТИ ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ЗАДАЧ В ГОРНОЙ И ВЫСОКОГОРНОЙ МЕСТНОСТИ

Шашкин Геннадий Анатольевич, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Скворцов Сергей Андреевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры горной и специальной подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Резниченко Сергей Сергеевич, заместитель начальника центра, ФГКУ «Центр горной подготовки и выживания «Терскол», Кабардино-Балкарская Республика;

Куштаев Егор Владимирович, преподаватель кафедры горной и специальной подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

PECULIARITIES OF MILITARY-PROFESSIONAL ACTIVITIES OF MILITARY SERVICES DURING FULFILLING TASKS IN MOUNTAIN AND HIGH MOUNTAIN TERRAIN

Shashkin G.A., Doctor of Pedagogics, Professor, Professor at the Department of Humanities and Socio-Economic Disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Skvortsov S.A., Candidate of Pedagogics, Associate Professor at the Department of Mountain and Special Training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Reznichenko S.S., Deputy Head of the Center, Federal State Institution «Center for Mountain Training and Survival «Terskol», Kabardino-Balkar Republic;

Kushtaev E.V., Lecturer at the Department of Mountain and Special Training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В данной статье рассмотрены особенности военно-профессиональной деятельности военнослужащих, привлекаемых к задачам в горной и высокогорной местности. Определены и раскрыты пять основных особенностей военно-профессиональной деятельности военнослужащих, выполняющих учебно-боевые задачи в горной местности.

Ключевые слова:

военно-профессиональная деятельность, горная и высокогорная местность, факторы, боевые действия, боевая задача.

Abstract:

The specificities of the military-professional activity of servicemen involved in tasks in mountainous and high-mountainous areas are analyzed in the article. The five main features of the military-professional activity of servicemen performing combat training tasks in mountainous areas have been identified and revealed.

Key words:

military-professional activity, mountainous and high-mountainous terrain, factors, hostilities, combat mission.

ВВЕДЕНИЕ

В период с 2006 по 2013 гг. развитием горной подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации занимались различные центральные органы военного управления, в том числе Управление физической подготовки и спорта ВС РФ (далее – УФП и С ВС РФ) [1, 2].

В настоящее время горная подготовка военнослужащих в повседневной учебно-боевой деятельности войск рассматривается как одно из направлений повышения боеспособности ВС РФ. В соответствии с Концепцией о развитии горной подготовки в ВС РФ до 2020 года, УФП и С ВС РФ осуществляется планомерная работа по совершенствованию направлений, связанных с популяризацией и повышением привлекаемости военной службы в горных (высокогорных) подразделениях ВС РФ, с нормативно-правовой базой, со спортивно-массовой работой, с подготовкой кадров, с учебно-материальной базой и т. д.

Вместе с тем, недостаточно проработанным остается вопрос подготовки военных специалистов по горной подготовке [3].

Ни одна большая война не проходила без боевых действий в горах. История войн изобилует бесчисленными примерами, говорящими об огромных трудностях боевых действий в горных условиях. Героический поход Суворова через Альпы, турецкие кампании, боевые действия на Балканах во время первой мировой войны, боевые действия на Кавказе в период с июля 1942 по февраль 1943 года во время Великой Отечественной войны являются общеизвестными.

Опыт прошлых войн показывает, что в горах небольшие подразделения и даже отдельные военнослужащие, отлично владеющие техникой преодоления различных горных препятствий, умеющие использовать особенности горной местности и хорошо физически подготовленные, способны уничтожить численно превосходящего противника. Вместе с тем боевая деятельность в горах требует исключительно тщательной и всесторонней подготовки личного состава, снаряжения, оружия, боевой техники.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Организуя бой в горах, применяя здесь те или иные способы боевых действий, надо всякий раз тщательно учитывать условия местности, погоды и климата и принимать меры к уменьшению отрицательного влияния их на личный состав и боевую технику, умело использовать положительные факторы для нанесения внезапных и решительных ударов по противнику.

Командиры подразделений всегда должны иметь в виду, что боевые действия в горах требуют от войск повышенного физического и морального напряжения. В связи с этим, организуя бой, они особое внимание должны уделить воспитанию у личного состава способности мужественно преодолевать трудности, вызываемые специфическими условиями местности, проявлению инициативы и решительности при выполнении боевых задач. Вместе с тем они должны проявлять постоянную заботу о сохранении сил и здоровья личного состава, о бесперебойном обеспечении подразделений боеприпасами, продовольствием, водой, топливом, теплым обмундированием и другим специальным снаряжением.

К особенностям военно-профессиональной деятельности военнослужащих при выполнении задач в горной и высокогорной местности относятся [4]:

– влияние природных факторов;

– удаленность действий от основных подразделений;

– ограниченный состав сил и материальных средств;

– широкий круг решаемых задач;

– большие физические и психологические нагрузки на личный состав.



Рисунок 1 – Особенности военно-профессиональной деятельности военнослужащих при выполнении задач в горной местности

1. Влияние природных факторов:

- воздействие высоты;

Недостаток кислорода в воздухе, низкое барометрическое давление в сочетании с большими физическими нагрузками, вызванными передвижением по местности со сложным горным рельефом, неблагоприятно сказываются на состоянии организма и ведут к развитию кислородного голодания, ухудшают физическую и умственную работоспособность, снижают психическую устойчивость, повышают вероятность ошибочных действий и возникновения несчастных случаев на крутых подъемах и спусках.

Неблагоприятные реакции организма развиваются в первую очередь у людей, неадаптированных к жизнедеятельности в горных условиях. Явления острой горной болезни (быстрая утомляемость, одышка, головокружение, сердцебиение, головные боли) нередко наблюдаются у них уже на высотах 2000-2500 м. На высотах свыше 3500 м у адаптированных лиц они могут развиться на 3-4 день пребывания [5].

Острая горная болезнь может развиться у 30-40% военнослужащих, неадаптированных к горным условиям, при быстром подъеме на высоту свыше 3500 м (доставка вертолетом, самолетом). Ведение боевых действий в условиях высокогорья в первые 7-10 суток осложнено вследствие ухудшения физической работоспособности. По этой причине снижается скорость передвижения по местности, уменьшается продолжительность суточных переходов, ухудшается точность стрельбы из личного оружия на 10-35%, увеличивается число ошибок операторов средств связи на 40%, возрастают сроки выполнения временных нормативов боевых подразделений на 20-30%, уменьшается эффективность огневого воздействия на 20-30%. В подразделениях, не прошедших высотной тренировки, в течение первых 7-8 суток, более чем у 50% личного состава может снизиться боеспособность [4].

- воздействие климатических факторов и погодных условий;

Большое влияние на боевые действия войск оказывает своеобразный горный климат. В большинстве горных районов климат резко континентальный. Он характеризуется значительными колебаниями не только в разные времена года, но и в течение суток. Горные районы характеризуются пониженным атмосферным давлением, недостатком кислорода в воздухе, низкими температурами и большой сухостью воздуха, значительными перепадами дневной и ночной температур, сильными порывистыми ветрами (особенно в горных проходах, на перевалах) и высокой солнечной радиацией. Разряженность воздуха увеличивает его прозрачность и способствует возникновению ошибок при определении расстояний («скрадывает дальность»).

Особенно неблагоприятную роль играет резкая изменчивость погоды с неожиданным возникновением туманов, снегопада с метелью, шквального ветра, падением температуры воздуха до минус 20-40°С (В.В. Голуб, В.П. Коваленко, 1989). Порывистый, шквальный ветер способен затруднить передвижение, сбить человека с ног, часто бывает причиной обморожений. На снежных склонах сильный ветер, перенося с большой скоростью значительные массы снега, даже в ясную погоду может создать условия бурана, замести следы, засыпать снегом и порвать палатку. Грозовая активность и вероятность разряда молнии в горных районах больше, по сравнению с равнинными, причем грозы в горах продолжительнее. В непогоду возрастает опасность лавин, селей, камнепадов.

В условиях резкой изменчивости погодных условий усугубляются опасности, связанные с горным рельефом, увеличиваются технические трудности, особенно на скалах, сокращается видимость и затрудняется ориентировка, маскируются опасные места, искажаются очертания и размеры предметов, нарушается зрительная связь между личным составом, осложняется управление, создаются условия для возникновения психологической депрессии.

Повышенная солнечная радиация ослабляет физические силы, а внезапные изменения погоды и резкие колебания температуры ночью препятствуют нормальному отдыху войск.

Анализ прохождения обучения военнослужащих в «Центре горной подготовки и выживания «Терскол»» показал, что 27% отчисляемых обучаемых были исключены из группы по причине неустойчивости организма к неблагоприятным факторам окружающей среды.

- особенности рельефа горной местности.

Горная местность – это местность с абсолютными высотами над уровнем моря свыше 500 м. Разновидностями горной местности являются горно-лесистая (горы, в значитель-

ной степени покрытые древесной растительностью) и горно-пустынная местности (горы, почти лишенные растительности).

По своим природно-климатическим условиям горная местность значительно отличается от равнинной. Наиболее общими и характерными особенностями, оказывающими существенное влияние на боевые действия войск, являются: резкая пересеченность рельефа, наличие труднопроходимых естественных препятствий и разобщенных направлений; ограниченное количество дорог и населенных пунктов; преобладание твердых (каменистых и скальных) грунтов; исключительное разнообразие климата и растительности; возможность обвалов, камнепадов и осыпей. Кроме того, следует учитывать отрицательное влияние гор на работу радио- и радиоэлектронных средств.

В зависимости от высоты и характера рельефа горы подразделяются на:

-низкие горы (низкогорье) – 500–1000 м;

-средневысотные горы (среднегорье) – 1000–2000 м;

-высокие горы (высокогорье) – свыше 2000 м.

Наиболее проходимы и доступны для действий войск низкие горы. Преобладающая крутизна их скатов не превышает обычно 5-10°. Сеть дорог здесь наиболее развита. Однако в ряде районов горы почти сплошь покрыты лесами, что создает дополнительные трудности для войск.

Средние горы чаще всего имеют пологие и округленные формы рельефа с крутизной скатов порядка 10-25°. Местами они прорезаны узкими и глубокими ущельями и имеют скальные участки. В большинстве своем они покрыты лесами или кустарниками, или имеют луговой покров.

Высокие горы представляют собой скалистые горные хребты с крутыми (свыше 25°) скатами, покрытые на высоте свыше 2500–3000 м вечными снегами или ледниками. Действия войск здесь ограничиваются отдельными наиболее доступными направлениями.

Резкая пересеченность горного рельефа создает обилие мертвых пространств и скрытых подступов. Здесь затруднено ориентирование и наблюдение.

Серьезным препятствием для действий войск в горах являются реки. Их режим своеобразен. Они имеют большую скорость течения, обрывистые берега, каменистое неровное дно. Режим течения горных рек подчинен суточному циклу интенсивности таяния ледников и снега в истоках. В теплые месяцы лета суточные колебания уровня воды в реке могут быть очень значительными – до 1,5 м. Суточный цикл и колебания уровня воды могут нарушаться в зависимости от погоды и условий освещения областей таяния. Вода горных рек очень холодна. В верховьях ее температура колеблется в пределах 3-7°С, не прогреваясь даже в относительно мелких местах. Скорость течения достигает 10 м/сек. При такой скорости течения горный поток может сбить человека даже при глубине по колено.

При действиях в горных и особенно высокогорных районах необходимо учитывать такие природные явления, представляющие опасность для войск, как возможность образования камнепадов, снежных лавин, селевых потоков и ледовых обвалов. Это требует принятия необходимых мер безопасности и в то же время может быть использовано войсками для нанесения решительного поражения противнику.

В горных районах дорожная сеть, как правило, развита слабо. Нередко встречаются такие участки, где на много десятков и даже на сотни километров совсем нет дорог. Только редкие горные тропы пересекают хребты, но по тропам возможно движение лишь в пешем порядке и на вьючных животных. Большинство горных дорог имеют небольшую ширину, крутые подъемы и спуски проходят по долинам, ущельям и косогорам. Они обладают ограниченной пропускной способностью. Многие участки дорог, особенно на карнизах и в тоннелях, легко поддаются разрушению.

Боевые действия войск в горах ведутся по разобщенным, наиболее доступным направлениям. Значительно усложняется маневр войск на другие направления, управление ими в ходе боя и взаимодействие. Вместе с тем умелое использование условий горной местности, хорошая специальная подготовка, натренированность личного состава в преодолении естественных препятствий дают значительные преимущества подразделениям и при смелых и инициативных действиях способствуют достижению решительного успеха в бою.

Боевые действия в горах зимой ведутся в условиях глубокого снежного покрова (в низовьях и оврагах – до 5-6 м). Подъемы и спуски по склонам, покрытые глубоким снегом, требуют от личного состава твердых навыков в передвижении с использованием горных лыж. Отдельные места, трудно проходимые

летом, зимой, будучи засыпаны снегом, легко преодолеваются на лыжах. Поэтому подразделения, предназначенные для действий в горных условиях, должны обладать достаточными навыками в передвижении на лыжах.

Горная местность создает значительные трудности в использовании средств связи. Для обеспечения надежной устойчивой связи в горах могут использоваться все виды и средства связи – радио, проводные, подвижные, а также сигнальные. Основным средством связи является радио, обеспечивающее наиболее устойчивое и надежное управление подразделениями во всех видах боевых действий. Но организация радиосвязи вследствие экранирующего действия гор затрудняется. Поэтому требуется принятие необходимых мер для уменьшения этого влияния путем умелого выбора мест расположения радиостанций. Опыт учений показывает, что наиболее выгодно размещать их на вершинах высот: это обеспечивает наибольшую дальность и более устойчивую связь. Если такое размещение невозможно, то радиостанции следует устанавливать на пологих горных скатах или в долинах так, чтобы экранирующая преграда была на возможно большем расстоянии от радиостанции. При вынужденном размещении радиостанций в оврагах или глубоких ущельях (каньонах) для обеспечения наибольшей устойчивости радиосвязи выгодно применять лучевые антенны или развертывать антенны зенитного излучения.

2. Удаленность действий от основных подразделений.

Опыт прошлых воин и военных конфликтов (война в Афганистане, боевые действия на Северном Кавказе, первая и вторая чеченские кампании, вооруженные конфликты в Южной Осетии и Абхазии) показывает, что на первый план выходят действия личного состава малых групп – мотострелковых взводов (горных), групп специального назначения. Это связано с тем, что боевые действия войск в горах ведутся по разобщенным, наиболее доступным направлениям, на сильно пересеченном рельефе, затрудняющем, а зачастую и исключающем как зрительную, так и радиосвязь, ограничивающем маневр. При выполнении задач в условиях горной местности особое значение придается обеспечению тактической самостоятельности подразделений. Наряду с этим следует учитывать, что при выполнении задач в горах затруднена, либо исключена, возможность организации пополнения материальных запасов подразделения, эвакуации раненых (пострадавших).

3. Ограниченный состав сил и материальных средств.

Выполнение задач в условиях горной местности на значительном удалении от основных подразделений, без возможности оперативного пополнения материальных запасов предполагает выполнение задач в режиме автономного существования. Ограниченное количество личного состава, вооружения, боеприпасов, инженерных средств, средств связи и источников питания к ним, специального и альпинистского имущества и снаряжения, средств жизнеобеспечения сужает возможности подразделения, а суммарный вес переносимого вооружения и материально-технических средств напрямую влияет на маневренность подразделения, скорость передвижения по местности, продолжительность суточных переходов. При выполнении боевых задач на сложном рельефе отсутствует возможность преодоления горных препятствий одновременно всем личным составом, так как часть подразделения ведет наблюдение за местностью и осуществляет прикрытие подразделения. В данном случае из состава подразделения выделяются наиболее подготовленные военнослужащие, которые выполняют наиболее сложные технические действия на рельефе (организуют страховку, прокладывают веревочные перила, организуют переправу) и обеспечивают быстрое и безопасное преодоление опасных участков личным составом подразделения.

4. Широкий круг решаемых задач.

Действие подразделений в автономном режиме в горах с ограниченным составом сил и материально-технических средств выдвигает на первый план задачу обеспечения высокого уровня боеспособности военнослужащих и подразделений, выполняющих специфические задачи малочисленным составом в сложных условиях обстановки в горной местности. Решение этой задачи предполагает выполнение военнослужащими широкого круга разнообразных задач. Каждый военнослужащий помимо выполнения основной боевой задачи, должен уметь передвигаться по различным формам горного рельефа, осуществлять страховку, выбирать наиболее рациональный и безопасный путь движения, проводить разведку местности, оценивать возможные опасности на маршрутах выполнения задач, выполнять задачи в качестве наблюдателя, в

составе охранения, проводить разведку источников воды, добывать и обеззараживать воду, добывать пищу, оборудовать места расположения на месте, оказывать первую помощь и проводить транспортировку раненых (пострадавших). Помимо вышеперечисленного, каждый военнослужащий при возникновении нештатных ситуаций должен быть готов в случае необходимости приступить к выполнению обязанностей своего непосредственного командира [6].

5. Большие физические и психологические нагрузки на личный состав.

В горах личный состав будет испытывать значительно большие физические и нервно-психические напряжения и нагрузки, чем в ходе боевых действий на равнине.

При выполнении боевых задач в горах военнослужащим приходится часами, сутками, а иногда и более продолжительное время выдерживать предельное нервное и физическое напряжение; передвигаться скрытно по сложному горному рельефу; стойко переносить холод, жару, голод, жажду и отсутствие удобств и комфорта во время сна; быстро приспосабливаться к лишениям; довольствоваться максимально короткими сроками отдыха (зачастую в неудобном положении) и иногда после частичного восстановления снова выполнять учебно-боевые задания.

Военнослужащим в горной местности в основном приходится совершать следующие движения и действия: ходьбу с рюкзаком, снаряжением и боеприпасами весом от 25 до 35 кг по неудобной, а порой и малоустойчивой площади опоры. Ходьба в горах будет происходить вверх и вниз по травянистым, снежным и ледовым склонам, осыпям, по скалам различной трудности, часто с помощью рук для удержания равновесия с захватом только пальцами за неудобные и небольшие выступы.

Все движения военнослужащего в горах должны быть плавными и легкими. Ходьба и действия со снаряжением (веревкой, ледорубом, телескопическими палками) не должны вызывать возникновение камнепадов и демаскировать подразделение. При движении по любым формам горного рельефа, перед постановкой ноги или нагрузки зацепки (опоры) рукой, военнослужащий должен опробовать прочность опоры и убедиться в ее надежности.

Выполнение задач в горах часто связано с умением выдерживать длительное статистическое напряжение: военнослужащий должен часами сидеть, лежать (часто в согнутом и неудобном положении), вести наблюдение за противником, просматривать маршрут предстоящего движения, следить за лавиноопасными местами, сходом снежных лавин и местами камнепадов. Зачастую в горах приходится переключаться с одного вида действий на другой, переходить от малоподвижных положений к быстрому продвижению, к моментальной остановке в различных положениях для внезапной страховки товарища или самостраховки, к быстрому применению оружия или метанию гранат. Кроме того, специфика действий военнослужащего в горах требует от каждого человека умения сосредоточивать свое внимание одновременно на разнообразных объектах и действиях. Например, при движении по скалам военнослужащий должен одновременно следить за точностью постановки ног и работой рук, за положением веревки, за ограничивающими продвижение нависающими участками скалы, непрочно лежащими камнями, за действиями противника.

Преодоление разнообразных горных препятствий, совершение обходов и охватов, ведение огня по цели с различными углами места, метание ручных гранат и другие действия во многом зависят от физических, морально-психологических и военно-профессиональных качеств, многие из которых развиваются и совершенствуются на занятиях по физической и специальной подготовке войск [7, 8].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Перечисленные особенности военно-профессиональной деятельности при выполнении учебных и боевых задач в условиях горной и высокогорной местности требуют от военнослужащих твердых навыков в преодолении различных горных препятствий на всех видах горного рельефа как с использованием штатного специального и альпинистского имущества и снаряжения, так и с минимальным количеством снаряжения; знаний особенностей горной местности и опасностей в горах; умения определять расстояния и ориентироваться в горах, особенно ночью и в тумане; умения действовать и выживать в экстремальных ситуациях в условиях гор; навыков в проведении спасательных работ и транспортировке пострадавших на различных видах горного рельефа в различных погодных условиях, оказании помощи при обморожениях, солнечных

ударах, горной болезни и травмах; организации размещения на месте личного состава и оборудования бивуаков; выработки умения сохранять силы и здоровье.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кузенков, С. А. О структуре подготовки военных специалистов в Вооруженных силах Российской Федерации, привлекаемых к выполнению задач в горной местности и пути ее совершенствования / С. А. Кузенков, Т. А. Темирханов, С. А. Скворцов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 1. – С. 177-182.
2. Кузенков, С. А. Горная подготовка как основной предмет боевой подготовки и учебная дисциплина в вузах Министерства обороны Российской Федерации на современном этапе / С. А. Кузенков, С. В. Левин, С. А. Скворцов // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2019. – Т. 4. – № 2. – С. 144-148.
3. Скворцов, С. А. К вопросу о модели обучения военных специалистов по горной подготовке в вузах Вооруженных силах Российской Федерации / С. А. Скворцов, С. А. Кузенков, Т. А. Темирханов // Актуальные проблемы реализации образовательного процесса в вузах и общеобразовательных организациях МО РФ. – 2018. – С. 165-171.
4. Шашкин, Г. А. Основные результаты и перспективные направления научных исследований в области горной подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации / Г. А. Шашкин, С. А. Скворцов, Т. А. Темирханов, С. А. Кузенков // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. за 2018 г., посвящ. 65-й годовщине образования Научно-исследовательского центра (по физической подготовке и военно-прикладным видам спорта в ВС РФ). – СПб., 2019. – С. 249-258.
5. Скворцов, С. А. Анализ факторов, отрицательно влияющих военнослужащих, проходящих обучение по программе горной подготовки / С. А. Скворцов, Е. В. Куштаев, Т. А. Темирханов, М. А. Сибогатов //Актуальные проблемы реализации образовательного процесса в вузах и общеобразовательных организациях МО РФ. – 2018. – С. 165-171.
6. Артемьев, К. С. Особенности подготовки индийских войск ведению боевых действий в условиях горной-лесистой и высокогорной местности / К. С. Артемьев, М. Ю. Бомбина, С. А. Скворцов // Сб. статей итог. науч. конф. воен.-науч. общества курсантов Воен. ин-та физ. культуры за 2018 год / Под ред. В. Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 46-51.
7. Кузенков, С. А. Анализ отечественного и зарубежного опыта подготовки военных специалистов по горной подготовке / С. А. Кузенков, Т. А. Темирханов, С. А. Скворцов // Культура физическая и здоровье. – 2018. – № 1 (65). – С. 107-111.
8. Пашута, В. Л. Факторы, определяющие необходимость использования специального снаряжения для обучения военнослужащих ведению боевых действий / В. Л. Пашута, А. П. Греков // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2013. – № 4 (98). – С. 113-116.

REFERENCES

1. Kuzenkov, S. A. The structure of training military specialists in the Russian Armed Forces involved in the performance of tasks in mountainous terrain and ways to improve it / S. A. Kuzenkov, T. A. Temirkhanov, S. A. Skvortsov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2018. – No. 1. – P. 177-182.
2. Kuzenkov, S. A. Mountain training as the main subject of combat training and an educational discipline in the higher educational institutions of the Russian Defense Ministry at the present stage / S. A. Kuzenkov, S. V. Levin, S. A. Skvortsov // Physical training. Sport. Tourism. Motor recreation. – 2019. – Vol. 4. – No. 2. – P. 144-148.
3. Skvortsov, S. A. The model of training military specialists in mountain training in the higher educational institutions of the Russian Armed Forces / S. A. Skvortsov, S. A. Kuzenkov, T. A. Temirkhanov. // Actual problems of the implementation of the educational process in higher educational institutions and general education organizations of the Russian Ministry of Defense. – 2018. – P. 165-171.
4. Shashkin, G. A. The main results and perspective trends of scientific research in the field of mountain training in the Russian Armed Forces / G. A. Shashkin, S. A. Skvortsov, T. A. Temirkhanov, S. A. Kuzenkov // Collection of articles of the final scientific and practical conference for 2018, dedicated to the 65th anniversary of the Research Center (on physical training and military-applied sports in the Russian Armed Forces). – St. Petersburg, 2019. – P. 249-258.
5. Skvortsov, S. A. Analysis of factors affecting servicemen undergoing training under the mountain training program / S. A. Skvortsov, E. V. Kushtaev, T. A. Temirkhanov, M. A. Sibogatov // Actual problems of the implementation of the educational process in higher educational institutions and general education organizations of the Russian Defense Ministry. – 2018. – P. 165-171.

6. Artemiev, K. S. Specificities of training Indian troops to conduct combat operations in mountainous-wooded and high-mountainous terrain / K. S. Artemiev, M. Yu. Bombina, S. A. Skvortsov // Collection of articles of the final scientific conference of the military-scientific society of cadets of the Military Institute of Physical Training for 2018 / Ed. by V. L. Pashuta. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 46-51.
7. Kuzenkov, S. A. Analysis of domestic and foreign experience of training military specialists in mining training / S. A. Kuzenkov, T. A. Temirkhanov, S. A. Skvortsov // Physical training and health. – 2018. – No. 1 (65). – P. 107-111.
8. Pashuta, V. L. Factors demanding the special equipment use for training the military personnel during performing combat operations / V. L. Pashuta, A. P. Grekov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2013. – No. 4 (98). – P. 113-116.

УДК 796.41:355.233.22(4/9); 796.093.35(23)

ПЕРЕСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ ИНОСТРАННЫХ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПО ПРОГРАММАМ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ГОРНОЙ ПОДГОТОВКИ

Шашкин Геннадий Анатольевич, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Бурьян Виктор Владимирович, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры горной и специальной подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Скворцов Сергей Андреевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры горной и специальной подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Багреев Сергей Романович, старший помощник начальника учебно-методического отдела, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

PERSPECTIVES OF TRAINING THE FOREIGN MILITARY IN THE FRAMEWORK OF ADDITIONAL OCCUPATIONAL EDUCATION PROGRAM IN THE FIELD OF MOUNTAIN TRAINING

Shashkin G.A., Doctor of Pedagogics, Professor, Professor at the Department of Humanities and Socio-Economic Disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Buryan V.V., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Department of Mountain and Special Training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Skvortsov S.A., Candidate of Pedagogics, Associate Professor at the Department Mountain and Special Training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Bagreev S.R., Senior Assistant of the Head of the Educational and Methodological Department, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматривается замысел подготовки иностранных военнослужащих по программам дополнительного профессионального образования в сфере горной подготовки. Раскрываются особенности и порядок прохождения обучения иностранных военнослужащих по программам профессиональной переподготовки и повышения квалификации.

Ключевые слова:

дополнительное профессиональное образование, профессиональная переподготовка, повышение квалификации, иностранные военнослужащие, горная подготовка, Содружество Независимых Государств).

Abstract:

The article discusses the concept of training foreign military personnel under the programs of additional professional education in the field of mountain training. The article reveals the peculiarities and procedure for the training of foreign military personnel under the programs of professional retraining and advanced training.

Key words:

additional professional education, professional retraining, advanced training, foreign servicemen, mountain training, the Commonwealth of Independent States.

ВВЕДЕНИЕ

Система военного образования построена по принципу – «образование через всю жизнь» – система многоуровневого, многоступенчатого, непрерывного обязательного дополнительного образования в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами, квалификационными требованиями и должностным предназначением выпускников.

Проблемы, поднимаемые в данной статье, нашли свое отражение в ряде публикаций, в которых рассматривалось научное, организационное и правовое обоснование обучения военнослужащих в системе дополнительного профессионального в области горной подготовки [1-5].

Дополнительное профессиональное образование (далее – ДПО) для иностранных военнослужащих в российских военных вузах является важным направлением военного сотрудничества Минобороны России с зарубежными странами.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

С 31 мая 2013 г. по решению Совета глав правительств Содружества Независимых Государств (далее – СНГ) Военному институту физической культуры (далее – институт, ВИФК) как единственному и одному из старейших в России военно-учебных заведений, осуществляющему подготовку и переподготовку специалистов в области физической культуры и спорта, служебно-прикладной физической подготовки, придан статус базовой организации государств – участников СНГ по подготовке специалистов по физической культуре и спорту для вооруженных сил государств – участников СНГ.

Базовая организация была создана в интересах:

дальнейшего развития сотрудничества в области подготовки кадров вооруженных сил государств – участников СНГ;

обеспечения государств – участников СНГ специалистами по физической подготовке и спорту с учетом потребностей национальных вооруженных сил государств Содружества;

апробации и внедрения передовых образовательных технологий и инновационных методик в процесс подготовки, профессиональной переподготовки, повышения квалификации специалистов по физической подготовке и спорту.

В настоящее время в институте ведется подготовка военнослужащих для государств – членов ОДКБ и СНГ. И это не случайно. Ведь одним из основных направлений международной деятельности российского военного ведомства остается сотрудничество с этими государствами [6].

Цель такого сотрудничества – всестороннее развитие и углубление военной интеграции России со странами Содружества и странами-участниками ОДКБ, предотвращение возможных угроз интересам и безопасности России, формирование единого оборонного пространства. Тем более, что сегодня подавляющее большинство стран Содружества в той или иной степени столкнулось с угрозой терроризма и экстремизма. И далеко не последнюю роль в противостоянии этой угрозе играет подготовка национальных военных кадров в военно-учебных заведениях российского военного ведомства [7].

На сегодняшний день в соответствии с руководящими документами, регламентирующими образовательную деятельность, институт реализуют как основные образовательные программы (среднее профессиональное образование и высшее образование), так и дополнительные профессиональные программы (далее – программа ДПП) для иностранных военнослужащих, а именно: программы профессиональной переподготовки со сроком обучения 2 месяца и программы повышения квалификации со сроком обучения 1 месяц.

Общее руководство иностранными военнослужащими в институте возложено на 3-й факультет (специальный факультет). В последующем планирование приема на обучение в институт иностранных военнослужащих осуществляется на основании заявок, поданных национальными военными командованиями иностранных государств. Обязательным условием является наличие у слушателей образования в области физической культуры и спорта.

В настоящее время в странах СНГ возникла необходимость в подготовке военнослужащих в сфере горной подготовки. Уже неоднократно в адрес института поступают заявки на обучение по данным программам от национальных военных командований иностранных государств.

Учитывая вышеизложенное, кафедрой горной и специальной подготовки совместно с учебно-методическим отделом проведен анализ состояния дополнительных профессиональных программ, реализуемых в институте, и предложен следующий замысел обучения иностранных военнослужащих [8]:

1 этап – Профессиональная переподготовка.

В целях получения иностранными военнослужащими первоначальных компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности в сфере горной подготовки, в основу программы будут заложены знания в области теории и организации горной подготовки в воинской части, медико-биологических основ горной подготовки, психолого-педагогических и правовых основ горной подготовки, а также методика обучения военнослужащих горных подразделений начальным техническим и практическим дей-

ствиям, необходимым для передвижения в условиях горной и высокогорной местности.

Для этого институтом на основе имеющейся программы профессиональной переподготовки будет разработана дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки иностранных военнослужащих для выполнения нового вида профессиональной деятельности в сфере горной подготовки (далее – ДПП ПП в сфере горной подготовки), срок освоения программы до 2 месяцев, в пункте постоянной дислокации, с использованием учебно-материальной базы института.

По итогам обучения иностранным военнослужащим будет выдан диплом о профессиональной переподготовке для выполнения нового вида профессиональной деятельности в области горной подготовки.

2 этап – Повышение квалификации.

В целях дальнейшего совершенствования иностранными военнослужащими, полученных компетенций в рамках ДПП ПП в сфере горной подготовки, а также получение новых компетенций, необходимых для профессиональной деятельности в области горной подготовки, предлагается организовать подготовку иностранных военнослужащих на базе ЦГП и в п. Терскол по двум направлениям:

горная подготовка в летних условиях;

горная подготовка в зимних условиях.

Каждое направление подготовки иностранных военнослужащих осуществлять последовательно в три этапа:

1. Начальная подготовка.
2. Базовая подготовка.
3. Профессиональная подготовка.

Для реализации подготовки иностранных военнослужащих по направлению горная подготовка в летних условиях институтом будут разработаны три программы повышения квалификации:

дополнительная профессиональная программа повышения квалификации иностранных военнослужащих в сфере горной подготовки (начальная подготовка в летних условиях);

дополнительная профессиональная программа повышения квалификации иностранных военнослужащих в сфере горной подготовки (базовая подготовка в летних условиях);

дополнительная профессиональная программа повышения квалификации иностранных военнослужащих в сфере горной подготовки (профессиональная подготовка в летних условиях).

Начальная подготовка в летних условиях реализуется с помощью дополнительной профессиональной программы повышения квалификации иностранных военнослужащих в сфере горной подготовки (начальная подготовка в летних условиях) со сроком освоения – 1 месяц.

К освоению данной программы допускаются военнослужащие, успешно прошедшие обучение по ДПП ПП в сфере горной подготовки. Содержание программы будет нацелено на совершенствование компетенции, связанной с освоением техники передвижения на различном горном рельефе малой и средней сложности в летних условиях. По итогам обучения будет выдано удостоверение о повышении квалификации, которые является допуском к этапу базовой подготовки в летних условиях.

Базовая подготовка в летних условиях реализуется с помощью дополнительной профессиональной программы повышения квалификации иностранных военнослужащих в сфере горной подготовки (базовая подготовка в летних условиях) со сроком освоения – 1 месяц.

Содержание программы будет направлено на совершенствование компетенции, связанной с дальнейшим освоением техники передвижения на различном горном рельефе, но уже на рельефе повышенной сложности в летних условиях. По итогам обучения будет выдано удостоверение о повышении квалификации, которые является допуском к этапу профессиональной подготовки в летних условиях.

Профессиональная подготовка в летних условиях реализуется с помощью дополнительной профессиональной программы повышения квалификации иностранных военнослужащих в сфере горной подготовки (профессиональная подготовка в летних условиях) со сроком освоения – 1 месяц.

Содержание программы будет нацелено на совершенствование имеющихся и получение новых компетенций, связанных с формированием и совершенствованием навыков и умений в методике обучения приемов и действий для преодоления горных препятствий на различном горном рельефе, а также в организации и совершении походов через горные перевалы и восхождений на вершины 1Б-2Б категории сложности в качестве руководителя учебного отделения. По итогам обучения будет выдано удостоверение о повышении квалификации.

Для реализации подготовки иностранных военнослужащих по направлению горная подготовка в зимних условиях институтом будут разработаны три программы повышения квалификации:

дополнительная профессиональная программа повышения квалификации иностранных военнослужащих в сфере горной подготовки (начальная подготовка в зимних условиях);

дополнительная профессиональная программа повышения квалификации иностранных военнослужащих в сфере горной подготовки (базовая подготовка в зимних условиях);

дополнительная профессиональная программа повышения квалификации иностранных военнослужащих в сфере горной подготовки (профессиональная подготовка в зимних условиях).

Начальная подготовка в зимних условиях реализуется с помощью дополнительной профессиональной программы повышения квалификации иностранных военнослужащих в сфере горной подготовки (начальная подготовка в зимних условиях) со сроком освоения – 1 месяц.

Содержание программы будет нацелено на получение новой компетенции, направленной на формирование навыков и умений в технике передвижения по снежному рельефу на горных лыжах по подготовленным склонам. По итогам обучения будет выдано удостоверение о повышении квалификации, которые является допуском к этапу базовой подготовки.

Базовая подготовка в зимних условиях реализуется с помощью дополнительной профессиональной программы повышения квалификации иностранных военнослужащих в сфере горной подготовки (базовая подготовка в зимних условиях) со сроком освоения – 1 месяц.

Содержание программы будет нацелено на совершенствование компетенций, направленных на формирование навыков и умений в технике передвижения по снежному рельефу на горных лыжах по неподготовленным склонам. По итогам обучения будет выдано удостоверение о повышении квалификации, которое является допуском к этапу профессиональной подготовки.

Профессиональная подготовка в зимних условиях реализуется с помощью дополнительной профессиональной программы повышения квалификации иностранных военнослужащих в сфере горной подготовки (профессиональная подготовка в зимних условиях) со сроком освоения – 1 месяц.

Содержание программы будет нацелено на совершенствование компетенций, направленных на формирование навыков и умений в методике обучения технике передвижения по снежному рельефу на горных лыжах по подготовленным и неподготовленным склонам. По итогам обучения будет выдано удостоверение о повышении квалификации.

Для иностранных военных специалистов с учетом предложений стран, в интересах которых будет осуществляться подготовка слушателей, Управлением физической подготовки и спорта Вооруженных Сил Российской Федерации должны быть утверждены квалификационные требования, на основании которых институт приступит к разработке вышеуказанных дополнительных профессиональных программ по направлениям подготовки.

Кроме того, учитывая планируемый объем учебной нагрузки для подготовки иностранных военнослужащих в системе дополнительного профессионального образования, потребуется увеличение количества должностей преподавателей по горной подготовке.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Продвижение российских образовательных услуг на международный рынок и подготовка конкурентоспособных специалистов требует постоянной организации, внесения изменений и дополнений в подготовку военных специалистов, прибывших из иностранных государств с учетом дальнейшего их профессионального предназначения.

Учитывая статус института как базовой организации государств – участников СНГ по подготовке специалистов физической культуры и спорту для вооруженных сил государств – участников СНГ, а также имеющийся высококвалифицированный профессорско-преподавательский состав и опыт в обучении военнослужащих иностранных государств, целесообразно организовать работу по созданию в рамках Совета министров обороны государств – участников Содружества Независимых Государств международной ассоциации военного альпинизма стран СНГ.

ЛИТЕРАТУРА

1. Трапезников, С. А. Влияние нормативно-правового регулирования системы дополнительного профессионального образования на учебный процесс Военного института физической культуры / С. А. Трапезников, Г. А. Шашкин, С. А. Скворцов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2017. – № 1. – С. 10-15.
2. Трапезников, С. А. Особенности процессов разработки квалификационных требований к уровню подготовленности инструктора горной подготовки / С. А. Трапезников, Г. А. Шашкин, С. А. Скворцов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2017. – № 2. – С. 91-95.
3. Шашкин, Г. А. Основные результаты и перспективные направления научных исследований в области горной подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации / Г. А. Шашкин, С. А. Скворцов, Т. А. Темирханов, С. А. Кузенков // Сб. статей Итог. науч.-практ. конф. за 2018 г., посвящ. 65-й годовщине образования Научно-исследовательского центра (по физической подготовке и военно-прикладным видам спорта в ВС РФ). – СПб., 2019. – С. 249-258.
4. Шашкин, Г. А. Пути освоения курсантами ВИФК дополнительной квалификации - специалист горной подготовки в интегрированной системе высшего и дополнительного профессионального образования / Г. А. Шашкин, С. А. Скворцов, Т. А. Темирханов // Научные исследования в сфере физической подготовки и спорта в Вооруженных силах Российской Федерации: опыт и перспективы : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 95-летию Тиграна Тиграновича Джамгарова / Под ред. А. Г. Щурова, О. Г. Румба, А. А. Горелова. – СПб., 2017. – С. 203-208.
5. Шашкин, Г. А. Актуальные аспекты обучения курсантов ВИФК по освоению дополнительной квалификации «Инструктор горной подготовки» в образовательном процессе института / Г. А. Шашкин, С. А. Трапезников, С. А. Скворцов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2016. – № 3. – С. 99-105.
6. Бурьян, В. В. Горная подготовка на современном этапе развития Вооруженных Сил Российской Федерации / В. В. Бурьян, С. А. Кузенков // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2018. – № 1. – С. 128-134.
7. Кузенков, С. А. Анализ отечественного и зарубежного опыта подготовки военных специалистов по горной подготовке / С. А. Кузенков, Т. А. Темирханов, С. А. Скворцов // Культура физическая и здоровье. – 2018. – № 1 (65). – С. 107-112.
8. Скворцов, С. А. К вопросу о модели обучения военных специалистов по горной подготовке в вузах Вооруженных сил Российской Федерации / С. А. Скворцов, С. А. Кузенков, Т. А. Темирханов // Актуальные проблемы реализации образовательного процесса в вузах и общеобразовательных организациях МО РФ : сб. науч. статей Межвуз. науч.-практ. конф. – СПб. : ВИФК, 2018. – С. 165-171.

REFERENCES

1. Trapeznikov, S. A. Influence of normative-legal regulation of the system of additional professional education on the educational process of the Military Institute of Physical Training / S. A. Trapeznikov, G. A. Shashkin, S. A. Skvortsov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 1. – P. 10-15.
2. Trapeznikov, S. A. Features of the processes of developing qualification requirements for the level of preparedness of the instructor of mountain training / S. A. Trapeznikov, G. A. Shashkin, S. A. Skvortsov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 2. – P. 91-95.
3. Shashkin, G. A. Main results and promising trends of scientific research in the field of mountain training in the Russian Armed Forces / G. A. Shashkin, S. A. Skvortsov, T. A. Temirkhanov, S. A. Kuzenkov // Collection of articles of the final scientific and practical conference for 2018, dedicated to the 65th anniversary of the establishment of the Research Center (on physical training and military-applied sports in the RF Armed Forces). – St. Petersburg, 2019. – P. 249-258.
4. Shashkin, G. A. Ways of mastering additional qualifications by MIPT cadets - «a specialist of mountain training in the integrated system of higher and additional professional education» / G. A. Shashkin, S. A. Skvortsov, T. A. Temirkhanov // Scientific research in the field of physical training and sports in the Russian Armed Forces: Experience and Perspectives. Proceedings of the All-Russian scientific-practical conference dedicated to the 95th anniversary of T. T. Dzhamgarov / Ed. by A. G. Shchurov, O. G. Rumba, A. A. Gorelov. – St. Petersburg, 2017. – P. 203-208.
5. Shashkin, G. A. Actual aspects of training MIPT cadets for the development of additional qualifications «Instructor of mountain training» in the Institute educational process / G. A. Shashkin, S. A. Trapeznikov, S.A. Skvortsov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2016. – No. 3. – P. 99-105.
6. Burian, V. V. Mountain training at the present stage of development of the Russian Armed Forces / V. V. Burian, S. A. Kuzenkov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2018. – No. 1. – P. 128-134.

7. Kuzenkov, S. A. Analysis of domestic and foreign experience in training military specialists in mountain training / S. A. Kuzenkov, T. A. Temirkhanov, S. A. Skvortsov // Physical training and health. – 2018. – No. 1 (65). – P. 107-112.
8. Skvortsov, S. A. The model of training military specialists in mountain training in higher educational institutions of the Russian Armed Forces / S. A. Skvortsov, S. A. Kuzenkov, T. A. Temirkhanov // Actual problems of the implementation of the educational process in higher educational institutions and general educational institutions of the Russian Defense Ministry : a collection of scientific articles of the Interuniversity scientific-practical conference. – St. Petersburg : MIPT, 2018. – P. 165-171.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

УДК 796.011

ВОПРОСЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НОРМИРОВАННЫХ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК

Елькин Юрий Георгиевич, кандидат педагогических наук, доцент, Ярославское высшее военное училище противовоздушной обороны, Ярославль;

Дубровин Дмитрий Александрович, кандидат педагогических наук, Военно-космическая академия им. А.Ф. Можайского, Санкт-Петербург.

ISSUES OF ORGANIZING CADETS' PHYSICAL TRAINING USING REGULAR PHYSICAL ACTIVITY

Elkin Yu.G., Candidate of Pedagogics, Associate Professor at the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense, Yaroslavl;

Dubrovin D.A., Candidate of Pedagogics, the Mozhaiskiy Military Space Academy, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматриваются вопросы развития и совершенствования физической подготовки с использованием нормирования физической нагрузки военнослужащих военно-учебных заведений.

Отмечается, что используемые в настоящее время модели организации физической подготовки военнослужащих, обучающихся в военно-учебных заведениях с имеющимися методическими и нормативными документами, не оказывают достаточного влияния на них, низко стимулируют и не ориентируют их на самостоятельную организацию занятий физическими упражнениями с применением знаний по научно-обоснованному применению нормирования физической нагрузки.

Обращается внимание на то, что многообразие подходов к вопросу организации процесса физической подготовки, в частности, курсантов военных учебных заведений, определяет актуальность обоснования научных взглядов на применение в практике физической подготовки нормирования физической нагрузки.

Результаты исследования свидетельствуют, что в настоящее время имеется существенное противоречие между назревшей необходимостью использования эффективных методик и программ физической подготовки курсантов военных учебных заведений и отсутствием научно обоснованной педагогической модели физической подготовки военнослужащих, основанной на использовании нормирования физической нагрузки.

Делается вывод о том, что применение в методике физической подготовки нормирования физической нагрузки оказывает положительное влияние на повышение уровня физической подготовленности военнослужащих, особенно актуально потому, что при выполнении задач

Abstract:

The issues of the development and improvement of physical performance using the standardization of physical activity among the military personnel of military educational institutions are considered in the article.

It is noted that the currently used models of organizing physical training of cadets of military educational institutions with the available methodological and regulatory documents do not have a sufficient impact on them, do not stimulate and do not orient them towards the independent organization of physical exercises with the use of knowledge on the scientifically grounded application of the standardization of physical load.

Attention is drawn to the fact that the variety of approaches to the issue of organizing the process of physical training, in particular, of cadets of military educational institutions, determine the relevance of substantiating scientific views on the use of standardization of physical load in physical training.

The results of the study indicate that at present there is a significant contradiction between the urgent need to use effective methods and programs of physical training of cadets of military educational institutions and the absence of a scientifically grounded pedagogical model of physical training of military personnel, based on the use of standardization of physical load.

военно-профессиональной деятельности военнослужащим, при несении боевого дежурства.

Ключевые слова:
курсанты, военное учебное заведение, модель физической подготовки, физическая нагрузка, физическая подготовленность.

Key words:
cadets, military educational institution, physical training model, physical activity, physical fitness.

ВВЕДЕНИЕ

Постоянная модернизация Вооруженных Сил (ВС) РФ выдвигает очень жесткие требования, направленные на улучшение критериев профессиональной подготовки курсантов военно-учебных заведений, повышения их уровня психологической устойчивости.

В особенной мере эти требования предъявляются к дежурным смен командных пунктов Воздушно-космических сил [6].

Развитие военного дела и научно-технические достижения в области вооружения и военной техники привели к применению принципиально новых комплексов ПВО и ПРО страны, к совершенствованию управления ими. В традиционных образцах военной техники и вооружения произошли значительные изменения и усовершенствования. Воинские части и подразделения стали оснащаться большим количеством автоматизированных, роботизированных и механизированных боевых систем, управление которыми требует от специалистов – членов расчетов именно разнообразной военно-профессиональной работы операторского характера, а не высокой двигательной активности, как это было ранее. При этом от боевого расчета требуется обладание большим объемом теоретических знаний и соответствующих практических навыков. Личный состав подразделений дежурных сил должен обладать знаниями и умениями в сфере технологий, позволяющих обеспечивать необходимый уровень здоровья и личной профессиональной подготовленности [2].

Обеспечение мест выполнения служебных обязанностей военнослужащими дежурных подразделений современным техническим оборудованием, в том числе и компьютерной техникой, невозможно без предъявления повышенных требований к физической подготовке, психологической устойчивости, морально-волевым качествам военнослужащих.

Поддержание высокой боевой готовности соединений и частей рассматривается во взаимосвязи с характером и способами выполнения задач по прикрытию воздушного пространства, а непосредственное выполнение боевых и служебно-боевых задач обеспечивается применением состоящими на вооружении образцами боевых комплексов и систем. При этом присутствует прямая зависимость успешного ведения боевых действий от уровня физической подготовленности военнослужащих. Так, высокие темпы перемещения подразделений были немыслимы без хорошей маршевой подготовки большинства родов войск, а выполнение огневых задач артиллерийскими подразделениями и расчетами ПВО и ПРО требовали от военнослужащих больших физических усилий и выносливости при осуществлении смены огневых позиций, а также при наведении и заряжании орудий и переноске снарядов. Необходимость соответствующей физической подготовленности была очевидной.

Исследования, проводимые в настоящее время, свидетельствуют, что на повышение общей работоспособности и повышение резервных возможностей организма военнослужащих оказывает существенное влияние оптимальная и систематически выполняемая в режиме служебного времени физическая нагрузка [7].

Многократно приводятся результаты исследований о положительных результатах влияния различных моделей организации физической подготовки военнослужащих на уровень их физической подготовленности и психологической устойчивости к стрессовым ситуациям на основе работоспособности [4]. При этом результаты данных исследований, одну из основных задач, необходимых, на наш взгляд, они не раскрывают. Это, в первую очередь, вопрос выбора и реализации современных методик с использованием нормированной физической нагрузки при осуществлении учебного процесса по физической подготовке, а многообразие подходов к вопросу организации процесса физической подготовки курсантов военно-учебных заведений определяет актуальность обоснования научных взглядов на применение в практике организации физической подготовки с использованием нормирования физической нагрузки.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Существующая в военно-учебных заведениях модель организации системы физической подготовки с имеющимися методическими и нормативными документами не оказывает достаточного влияния на обучающихся, не стимулирует и не ориентирует их на самостоятельные занятия физическими упражнениями с использованием научно-обоснованного применения нормированной физической нагрузки для повышения личной физической подготовленности.

В существующих программах и модульных системах физической подготовки военнослужащих рассматриваются отдельные вопросы развития, даже на минимальном уровне, общей физической подготовленности и специальных физических качеств [1, 10]. Таким образом, анализ научной литературы показывает, что исследования, проводимые для поиска путей совершенствования физической работоспособности путем использования нормированной физической нагрузки у военнослужащих военно-учебных заведений, в настоящее время либо отсутствуют, либо не имеют доступного опубликования в научной литературе.

Результаты многократных исследований имеют чаще всего противоположные выводы, заключения и рекомендации [5]. Кроме этого, в научной литературе почти полностью отсутствуют методические рекомендации по комплексному применению и направленному воздействию нормирования физической нагрузки. Следовательно, при существующем уровне исследований задачи по сохранению и укреплению здоровья военнослужащих, в частности обучающихся военно-учебных заведений, на данный момент полностью не решены.

Однако при организации физической подготовки с использованием методики, основанной на применении нормированной физической нагрузки, необходимо учитывать:

– уровень физической подготовленности и состояние морфофункциональных систем;

– величину дозирования физической нагрузки;

– научно-обоснованные закономерности воздействия физических нагрузок на организм занимающихся.

Таким образом, для осуществления комплексного учета вышеперечисленных критериев необходимо реформирование существующих методик организации физической подготовки. По нашему мнению, не вызывает сомнения, что одной из таких методик может быть методика, основанная на использовании подхода нормирования физической нагрузки.

Проведенный анализ литературных источников свидетельствует, что на практике имеется существенные противоречия, с одной стороны – с назревшей необходимостью использования эффективных методик и программ и слабым функционированием используемых моделей физической подготовки, основанных на применении нормирования физической нагрузки в физической подготовке военнослужащих.

Известно, что положительное влияние на увеличение возможностей морфофункциональных систем занимающихся оказывает систематически выполняемая физическая нагрузка.

В настоящее время организация и проведение практических занятий по физической подготовке свидетельствуют, что интерес обучающихся военно-учебных заведений к использованию в процессе организации занятий по физической подготовке как в режиме служебного времени, так и при самоподготовке методик, основанных на применении нормированной физической нагрузки, согласуется с данными в изученных литературных источниках [3, 12].

Это является свидетельством того, что у обучающихся военно-учебных заведений существует назревшая проблема в реализации рассматриваемого нами вопроса [9, 11]. Данное положение особенно актуально потому, что деятельность военнослужащих при несении боевого дежурства характеризуется различными по времени и силе воздействия нервно-эмоциональными нагрузками, зависящими, в первую очередь, от:

– ритма и темпа выполнения служебных задач;

– существующего графика сменности режима работы;

– неравномерного характера выполнения профессиональной деятельности.

Характерными особенностями выполнения боевых и служебно-боевых задач профессиональной деятельности выпускников военно-учебных заведений являются:

– сменность выполнения поставленных задач в составе дежурных смен;

– наличие временных рамок для самостоятельных занятий, направленных на под-

держание необходимого уровня физической подготовленности и психологической устойчивости, а также рекреационных мероприятий, направленных на поддержание морфофункциональных систем.

Таким образом, рассмотренные нами вопросы оказывают существенное влияние и определяют проведение необходимых мероприятий, направленных на совершенствование физических качеств и психической устойчивости обучающихся военно-учебных заведений, что также отмечается в изученных нами литературных источниках [8]. Наряду с вышеизложенным нельзя забывать, что данные мероприятия следует проводить, учитывая специфику выполнения задач профессиональной деятельности военнослужащих без нанесения вреда для функционирования всех систем организма и сохранения необходимого уровня физической работоспособности. При этом нельзя забывать, что ключевую позицию при решении данной задачи занимает физическая подготовка, осуществляемая с использованием нормирования физической нагрузки.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Организация физической подготовки обучающихся военно-учебных заведений, реализуемая в настоящее время, включает в себя внутренние и внешние критерии деятельности военнослужащих при выполнении своих служебных обязанностей с учетом индивидуальных особенностей организма военнослужащих. Это обстоятельство является базовым основанием для организации физической подготовки обучающихся военно-учебных заведений с использованием методик с нормированием физических нагрузок.

Проведенное исследование позволяет заключить, что применение в методике физической подготовки нормирования физической нагрузки оказывает положительное влияние на повышение уровня их физической подготовленности, что особенно актуально при выполнении задач военно-профессиональной деятельности военнослужащих, при несении боевого дежурства.

ЛИТЕРАТУРА

1. Богатырев, Р. В. Модель физической подготовки офицеров воздушно-космических сил после возвращения из зоны боевых действий / Р. В. Богатырев, А. В. Борисов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 8 (150). – С. 11-15.
2. Борисов, А. В. Особенности организации занятий по физической подготовке с военнослужащими противовоздушной обороны и противоракетной обороны в режиме служебного времени / А. В. Борисов, А. В. Буриков, Ю. Г. Елькин // Современные наукоемкие технологии. – 2019. – № 12. – С. 144-148.
3. Борисов, А. В. Физическая подготовка в военно-профессиональной деятельности военнослужащих Воздушно-космических сил / А. В. Борисов, Н. А. Воронов, В. Н. Васин // Современные проблемы науки и образования. – 2019. – № 5.
4. Борисов, А. В. Вопросы совершенствования организации физической подготовки офицеров Воздушно-космических сил / А. В. Борисов, Н. А. Воронов, С. А. Ершов // Современные наукоемкие технологии. – 2019. – № 10-1. – С. 107-111.
5. Буриков, А. В. Использование средств и методов физической культуры для физической подготовки курсантов / А. В. Буриков // Интерактивная наука. – 2018. – № 7 (29). – С. 16-18.
6. Буриков, А. В. Изменение функционального состояния организма военных специалистов при выполнении физической нагрузки в условиях искусственной изоляции от окружающей среды / А. В. Буриков, Ю. Г. Елькин // Вестник Ярославского высшего военного училища противовоздушной обороны. – 2018. – № 2 (3). – С. 197-200.
7. Васин, В. Н. Теоретико-экспериментальное обоснование программы формирования профессионально-важных качеств средствами физической культуры / В. Н. Васин, Н. Т. Косяшников, А. В. Буриков // Вестник Рыбинской государственной авиационной технологической академии им. П.А. Соловьева. – 2014. – № 4 (31). – С. 134-139.
8. Воронов, Н. А. Государственная политика в вопросах физического воспитания и реализации государственных стандартов / Н. А. Воронов // Центральный научный вестник. – 2018. – Т. 3. – № 18 (59). – С. 20-21.
9. Воронов, Н. А. Традиционные и инновационные технологии в физкультурно-оздоровительной деятельности / Н. А. Воронов // Центральный научный вестник. – 2018. – Т. 3. – № 18 (59). – С. 21-22.
10. Пашута, В. Л. Факторы, определяющие необходимость использования специального снаряжения для обучения военнослужащих ведению боевых действий / В. Л. Пашута, А. П. Греков // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2013. – № 4 (98). – С. 113-116.
11. Вихрук, Т. А. Медико-педагогическое обоснование индивидуально-типологического подхода при организации занятий по физической подготовке курсантов / Т. А. Вихрук, В. Л. Пашута, В. В. Аржаков // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2014. – № 9 (103). – С. 126-131.

12. Капшанов, Э. Ф. Исследование уровня вестибулярной устойчивости и координационных способностей летного состава / Э. Ф. Капшанов, В. Л. Пашута // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 3 (145). – С. 96-101.
13. Пашута, В. Л. Проблемы медико-педагогического обоснования индивидуально-типологического подхода при организации занятий по физической подготовке / В. Л. Пашута, В. В. Аржаков, Т. И. Вихрук, Л. Г. Шагеева // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2014. – № 1. – С. 19-22.

REFERENCES

1. Bogatyrev, R. V. Model of physical training of officers of the aerospace forces after returning from the combat zone / R. V. Bogatyrev, A. V. Borisov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2017. – No. 8 (150). – P. 11-15.
2. Borisov, A. V. Features of the organization of physical training sessions with military personnel of air defense and missile defense in the service time mode / A. V. Borisov, A. V. Burikov, Yu. G. Elkin // Modern science-intensive technologies. – 2019. – No. 12. – P. 144-148.
3. Borisov, A. V. Physical training in the military-professional activity of military personnel of the Air and Space forces / A. V. Borisov, N. A. Voronov, V. N. Vasin // Current problems of science and education. – 2019. – No. 5.
4. Borisov, A. V. Questions of improving the organization of physical training of officers of the Air and space forces / A. V. Borisov, N. A. Voronov, S. A. Ershov // Modern science-intensive technologies. – 2019. – No. 10-1. – P. 107-111.
5. Burikov, A. V. Use of means and methods of physical education for physical training of cadets / A. V. Burikov // Interactive science. – 2018. – No. 7 (29). – P. 16-18.
6. Burikov, A. V. Changes in the functional state of the body of military specialists during performing physical activity in conditions of artificial isolation from the environment / A. V. Burikov, Yu. G. Elkin // Bulletin of the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense. – 2018. – No. 2 (3). – P. 197-200.
7. Vasin, V. N. Theoretical and experimental substantiation of the program of formation of professionally important qualities by means of physical training / V. N. Vasin, N. T. Kosyashnikov, A. V. Burikov // Bulletin of the Rybinsk P. A. Solovyov State Aviation Technological Academy. – 2014. – No. 4 (31). – P. 134-139.
8. Voronov, N. A. State policy in physical education and implementation of state standards / N. A. Voronov // Tsentralny nauchny vestnik. – 2018. – Vol. 3. – No. 18 (59). – P. 20-21.
9. Voronov, N. A. Traditional and innovative technologies in physical culture and health activities / N. A. Voronov // Tsentralny nauchny vestnik. – 2018. – Vol. 3. – No. 18 (59). – P. 21-22.
10. Pashuta, V. L. Factors demanding the special equipment use for training the military personnel in performing combat operations / V. L. Pashuta, A. P. Grekov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2013. – No. 4 (98). – P. 113-116.
11. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical justification of an individual and typological approach during organizing classes in physical training of cadets / T. A. Vikhruk, V. L. Pashuta, V. V. Arzhakov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2014. – No. 9 (103). – P. 126-131.
12. Kapshanov, E. F. The study of vestibular stability and coordination abilities of the flight personnel / E. F. Kapshanov, V. L. Pashuta // Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2017. – No. 3 (145). – P. 96-101.
13. Pashuta, V. L. Problems of medical and pedagogical justification of an individual and typological approach during organizing classes in physical training / V. L. Pashuta, V. V. Arzhakov, T. I. Vikhruk, L. G. Shageeva // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2014. – No 1. – P. 19-22.

УДК 159.9+796.0711

АНАЛИЗ ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ-ПЯТИБОРЦЕВ ВЫСОКОГО КЛАССА

Курьянович Елена Николаевна, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедры медико-биологических дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Яковлева Екатерина Олеговна, адъюнкт, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Шестов Андрей Владимирович, кандидат педагогических наук, преподаватель кафедры физической подготовки, Военная академия войсковой противовоздушной обороны Вооруженных Сил Российской Федерации имени Маршала Советского Союза А.М. Василевского, Смоленск.

ANALYSIS OF INDIVIDUAL AND TYPOLOGICAL FEATURES OF HIGH-CLASS PENTATHLONISTS

Kuryanovich E.N., Doctor of Pedagogics, Professor, Head of the Department of Medical and Biological Disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Yakovleva E.O., Postgraduate student, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Shestov A.V., Candidate of Pedagogics, Lecturer at the Department of Physical Training, the A.M. Vasilevsky Military Academy of Military Air Defense of the Russian Armed Forces, Smolensk.

Аннотация:

В статье представлена информация об индивидуально-типологических особенностях личности спортсменов-пятиборцев высокой спортивной квалификации. Содержание статьи основано на трехфакторной модели определения индивидуально-типологических особенностей личности по методике Г. Айзенка. Опубликованные данные могут быть применены как один из параметров отбора военнослужащих в сборные команды по данному виду спорта, а также для рационального построения тренировочного процесса.

Ключевые слова:

военное пятиборье, международное военное пятиборье, военно-спортивное многоборье, военно-прикладные виды спорта, типологические особенности личности, методика Г. Айзенка.

Abstract:

The article presents information about the individual typological features of the personality of pentathlonists of high sports qualification. The content of the article is based on a three-factor model for determining individual typological characteristics of a person according to the Aizenk method. The published data can be used as one of the parameters for the selection of military personnel in the national teams in this sport, as well as for the rational construction of the training process.

Key words:

military pentathlon, international military pentathlon, military-sports all-around, military-applied sports, typological features of the individual, the Aizenk method.

ВВЕДЕНИЕ

Изучению индивидуальных особенностей спортсменов для достижения ими высоких спортивных результатов посвящено множество работ. Это является важной частью работы тренера и педагога, так как качественная характеристика личности подопечных способствует правильному построению тренировочного процесса с опорой на индивидуальные особенности. В силу того, что в спорте предельные физические нагрузки сопряжены, в том числе, и с высокими психофизиологическими, возникает необходимость обеспечения адаптированности к выполнению тренировочных и соревновательных нагрузок.

При этом темперамент в одном случае может способствовать сохранению энергии человека, а в другом вести к ее истощению. Среди множества различных данных, касающихся индивидуально-типологических особенностей высококвалифицированных спортсменов, в виде модельных свойств, обуславливаемых различными чертами их по-

ведения при конкретных целевых установках, на сегодняшний день отсутствует информация, которая характеризует особенности спортсменов в военно-прикладных видах спорта.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Наиболее часто для определения индивидуально-типологических особенностей личности применяется методика Г. Айзенка. Ганс Айзенк данную методику сформировал на основе своей факторной теории типов темперамента. Таким образом, он решил улучшить теории Кречмера и Юнга и объединил в своей методике их теории в общую систему координат. Г. Айзенк анализировал материалы обследования 700 солдат-невротиков. Его анализ выявил, что всю совокупность свойств человека можно представить посредством 2 основных факторов: экстраверсия – интроверсия и нейротизм [1, 2, 6].

Эксперимент проводился на спортсменах-пятиборцах высокой спортивной квалификации. Всего в эксперименте учавствовали 36 человек. Из общего числа обследуемых у одного показатель искренности превысил желаемый показатель, и его результат был исключен из общего результата.

Таблица 1 – Результаты исследования индивидуально-типологических особенностей личности

Показатели	Среднее значение	σ
Искренность	2,3	±0,2
Нейротизм	8,1	±0,8
Экстраверсия-интроверсия	14,6	±0,6
n=35		

Из полученных результатов видно, что степень искренности находится в допустимых пределах, что характеризует корректность обработки данных (таблица 1).

Показатель нейротизма характеризует человека со стороны его эмоциональной устойчивости (стабильности). Показатель этот также биполярен и образует шкалу, на одном полюсе которой находятся люди, характеризующиеся чрезвычайной эмоциональной устойчивостью, прекрасной адаптированностью (показатель 0-11 по шкале «нейротизм»), а на другом – чрезвычайно нервозный, неустойчивый и плохо адаптированный тип (показатель 14-24 по шкале «нейротизм») [4, 7].

По шкале нейротизма было выявлено то, что 42,9% обследуемых являются эмоционально устойчивыми, 37,1% – обладают небольшой степенью эмоциональной неустойчивости, 17,1% – эмоционально неустойчивы и 2,9% – обладает высокой степенью эмоциональной неустойчивости.

Эмоционально устойчивые (стабильные) – люди, несклонные к беспокойству, устойчивые по отношению к внешним воздействиям, вызывают доверие, склонны к лидерству.

Эмоционально нестабильные (нейротичные) – чувствительны, эмоциональны, тревожны, склонны болезненно переживать неудачи и расстраиваться по мелочам [7].

Большая часть обследуемых устойчивы к большим психическим и физическим нагрузкам.

Показатель «интроверсия-экстраверсия» характеризует индивидуально-психологическую ориентацию человека либо (преимущественно) на мир внешних объектов (экстраверсия), либо на внутренний субъективный мир (интроверсия). Принято считать, что экстравертам свойственны общительность, импульсивность, гибкость поведения, большая инициативность (но малая настойчивость) и высокая социальная адаптированность [2, 5].

По шкале экстраверсии-интроверсии были получены следующие результаты: 11,4% обследуемых являются интровертами, 40% являются экстравертами и 48,6% – амбиверты (психотип личности, сочетающий черты экстраверта и интроверта одновременно).

Экстраверты общительны, активны, быстро находят контакт с другими людьми и способны принимать решения в короткие сроки. Обычно учавствуют в видах спорта, для которых характерна стремительность, частая смена двигательной активности и необходимость принятия решений быстро и с взаимодействием с другими людьми.

Интровертам присуща необщительность (способны хорошо контактировать только с определенными группами людей), затруднена социальная адаптация, но лучше справляются с монотонной работой. Чаще выбирают индивидуальные виды спорта, для которых не характерна быстрая смена обстановки.

Амбивертам присущи черты экстра – и интроверсии, в той или иной степени.

Тип темперамента определяется с помо-

щью «круга Г. Айзенка» (рис. 1).

При соотнесении шкал экстраверсия-интроверсия и нейротизм мы выявили то, что по 5,7% обследуемых являются меланхоликами и холериками, 17,1% – флегматиками и 71,5% – сангвиниками.

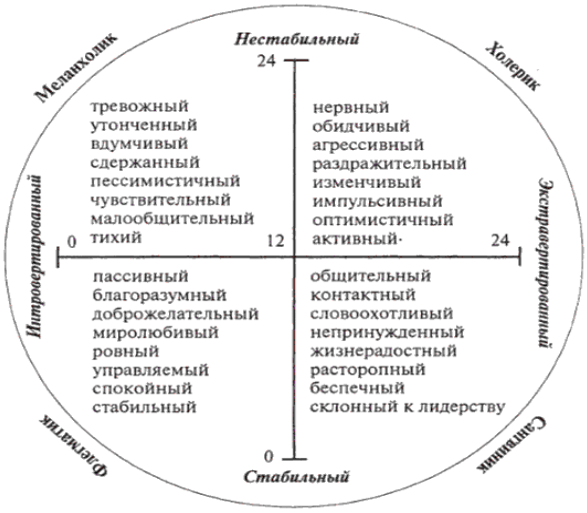


Рисунок 1 – «Круг Г. Айзенка»

Таким образом, тип темперамента в значительной степени определяет поведение человека в той или иной ситуации:

– у холерика сильная нервная система, он легко переключается с одного на другое, но неуравновешенность его нервной системы уменьшает совместимость (уживчивость) с другими людьми, склонен к резким переменам в настроении, вспыльчив, нетерпелив, подвержен эмоциональным срывам;

– у сангвиника также сильная нервная система, а значит, и хорошая работоспособность, он легко переходит к другой деятельности, к общению с другими людьми, стремится к частой смене впечатлений, легко и быстро отзывается на происходящие события, сравнительно легко переживает неудачи;

– у флегматика сильная, работоспособная нервная система, но он с трудом включается в другую работу и приспосабливается к новой обстановке, у него преобладает спокойное, ровное настроение, чувства, как правило, отличаются постоянством;

– меланхолик характеризуется низким уровнем психической активности, замедленностью движений, сдержанностью мимики и речи, быстрой утомляемостью, его отличают высокая эмоциональная чувствительность ко всему, что происходит вокруг него, чуткость к другим делает меланхоликов универсально уживчивыми (совместимыми) с другими людьми, но сам меланхолик склонен переживать проблемы внутри себя и, следовательно, склонен к саморазрушению [1].

Анализируя полученные результаты, мы можем заключить следующее:

1. При проведении исследования были проанализированы данные только с высокой степенью искренности, что необходимо для корректного результата.
2. Большая часть данного контингента обладают эмоциональной устойчивостью или небольшой степенью эмоциональной неустойчивости.
3. Интровертами являются только 11,4%. На наш взгляд, это связано с тем, что данный вид спорта требует от военнослужащих решимости, эмоциональной устойчивости и также для него характерна частая смена двигательной активности.
4. Более 70% исследуемого контингента являются сангвиниками, обладают сильной нервной системой, легко переходят от одной работы к другой и, в отличие от холериков, они способны относительно легко переносить неудачи.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Для формирования сборных команд по видам спорта необходимо учитывать индивидуальные особенности всех спортсменов. Это позволит создать благоприятный климат в коллективе, подобрать для каждого оптимальный тренировочный план и создать все условия для достижения хорошего спортивного результата и самореализации всех членов спортивного коллектива. Индивидуально-типологические особенности субъекта создают резервные возможности для эффективной спортивной деятельности [3, 8].

ЛИТЕРАТУРА

1. Айзенк, Г. Ю. Как измерить личность / Г. Ю. Айзенк, Г. Вильсон; пер. с англ. А. Белопольского. – М. : Когито-центр, 2000. – 284 с.
2. Батарашев, А. В. Психология индивидуальных различий: От темперамента – к характеру и типологии личности / А. В. Батаршев. – М. : ВЛАДОС, 2001. – 256 с. – (Психология для всех).
3. Вихрук, Т. А. Медико-педагогическое обоснование индивидуально-типологического подхода при организации занятий по физической подготовке курсантов / Т. А. Вихрук, В. Л. Пашута, В. В. Аржаков // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2014. – № 9 (103). – С. 126-131.

4. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2008.
5. Московкин, С. А. Спорт и темперамент / С. А. Московкин // Материалы науч. и учеб.-метод. конф. проф.-преподават. состава, науч. сотрудников и аспирантов (Воронеж, 15–30 марта 2006 г.) : Секция каф. профес.-пед. фак. / Воронеж. гос. агран. ун-т им. К. Д. Глинки; отв. ред. В. Н. Плаксин. – Воронеж : Изд-во ВГАУ, 2006. – С. 130-132.
6. Небелицын, В. Д. Темперамент и психология индивидуальных различий : рецензия / В. Д. Небелицын // Psychology.ru: психология на русском языке. – 2000. – В кн.: Тексты / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. – М. : Изд-во ГУ, 1982. – С. 153-159.
7. Ротелла, Б. Психология чемпионов. Мышление, приводящее к победе в спорте и жизни / Б. Ротелла. – «Манн, Иванов и Фербер (МИФ)», 2015.
8. Пашута, В. Л. Проблемы медико-педагогического обоснования индивидуально-типологического подхода при организации занятий по физической подготовке / В. Л. Пашута, В. В. Аржаков, Т. И. Вихрук, Л. Г. Шагеева // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2014. – № 1. – С. 19-22.
9. Яковлев, Б. П. Эмоциональная компетентность в процессе учебной и профессиональной педагогической деятельности / Б. П. Яковлев, Е. Н. Соловьева, И. Н. Степанова, Т. Б. Думова, А. В. Прибега // Северный регион: наука, образование, культура. – 2018. – № 2 (38). – С. 101-109.

REFERENCES

1. Aizenk, G. Yu. How to measure a personality / G. Yu. Aizenk, G. Wilson; trans. from the English of A. Belopolsky. – Moscow : Kogito-center, 2000. – 284 p.
2. Batarashev, A. V. Psychology of individual differences: From temperament to character and typology of personality / A. V. Batarshev. – Moscow : VLADOS, 2001. – 256 p. – (Psychology for all).
3. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical justification of an individual and typological approach during organizing classes in physical training of cadets/ T. A. Vikhruk, V. L. Pashuta, V. V. Arzhakov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2014. – No. 9 (103). – P. 126-131.
4. Ilyin, E. P. Psychology of sports / E. P. Ilyin. – St. Petersburg : Peter, 2008.
5. Moskovkin, S. A. Sport and temperament / S. A. Moskovkin // Proceedings of the scientific and educational-methodical conference of the teaching staff, researchers and postgraduates (Voronezh, march 15-30, 2006): section of the department of professional and pedagogical sciences; Voronezh The Glinka State Agran. Univ / Ed. by V. N. Plaksin. – Voronezh : VSAU Publishing House, 2006. – P. 130-132.
6. Nebilitsin, V. D. Temperament and the psychology of individual differences : review / V. D. Nebylitsyn // Psychology.ru: Psychology in the Russian language. – 2000. – In the book: Texts / Ed. by Yu. B. Gippenreiter, V. Ya. Romanov. – Moscow : SU Publishing house, 1982. – P. 153-159.
7. Rotella, B. Psychology of champions. Thinking that leads to victory in sports and life / B. Rotella. – «Mann, Ivanov and Ferber (MIPT)», 2015.
8. Pashuta, V. L. Problems of medical and pedagogical justification of an individual and typological approach during organizing classes in physical training / V. L. Pashuta, V. V. Arzhakov., T. I. Vikhruk, L.G. Shageeva // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2014. – No. 1. – P. 19-22.
9. Yakovlev, B. P. Emotional competence in the process of educational and professional pedagogical activity / B. P. Yakovlev, E. N. Solovyova, I. N. Stepanova, T. B. Dumova, A.V. Pribega // Northern region: science, education, culture. – 2018. – No. 2 (38). – P. 101-109.

УДК 159.9+796.0711

О НЕОБХОДИМОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ ВОЕННОГО МНОГОБОРЬЯ (ВТ-4) ДЛЯ РАЗВИТИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ФОРМИРОВАНИЯ ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ У КУРСАНТОВ ВОЕННО-УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ МИНИСТЕРСТВА ОБОРОНЫ

Лавриненко Вадим Васильевич, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры ускоренного передвижения, легкой атлетики и лыжной подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Шевчук Максим Владимирович, преподаватель кафедры ускоренного передвижения, легкой атлетики и лыжной подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Аржаков Виктор Викторович, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры медико-биологических дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

THE NEED TO USE THE MEANS OF MILITARY ALL-AROUND (MAR-4) FOR THE DEVELOPMENT OF SPECIAL PHYSICAL QUALITIES AND FORMATION OF MILITARY-APPLIED MOTOR SKILLS IN CADETS OF MILITARY EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE DEFENCE MINISTRY

Lavrinenko V.V., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Department of Accelerated Movement, Athletics and Ski Training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Shevchuk M.V., Lecturer at the Department of Accelerated Movement, Athletics and Ski Training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Arzhakov V.V., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Medical and Biological Disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

Проведенные научные исследования, направленные на определение особенностей развития специальных физических качеств, сформированности военно-прикладных двигательных навыков и функциональных возможностей у военных многоборцев/курсантов-спортсменов с различным уровнем спортивной подготовленности позволяют заключить, что они выражают внешний и внутренний механизм адаптации организма военных многоборцев/курсантов-спортсменов в процессе становления спортивного мастерства. Этот механизм показывает степень развития и взаимосвязей физических качеств, прикладных двигательных навыков и функциональных возможностей организма многоборцев [1, 3, 4, 5].

Ключевые слова:

физическая подготовка, военно-прикладной спорт, военное многоборье (ВТ-4), адаптация, двигательный навык, техническая подготовленность, этапность, функциональные резервы, анаэробные, аэробные возможности, дыхательная система, специальная, силовая выносливость.

Abstract:

The conducted scientific studies aimed at determining the features of the development of special physical qualities, the formation of military-applied motor skills and functional capabilities in military all-rounders/cadets-athletes with different levels of sports fitness allow us to conclude that they express the external and internal mechanism of adaptation of the body of military all-rounders/cadets-athletes in the process of developing sports skills. This mechanism shows the degree of development and interrelationships of physical qualities, applied motor skills and functional capabilities of the body of all-rounders [1, 3, 4, 5].

Key words:

physical training, military-applied sports, military all-around (MAR-4), adaptation, motor skill, technical readiness, phasing, functional reserves, anaerobic, aerobic capabilities, respiratory system, special, power endurance.

ВВЕДЕНИЕ

Изменения в уровне развития специальных физических качеств и степени формирования военно-прикладных двигательных навыков у курсантов-спортсменов, занимающихся военным многоборьем (ВТ-4) в процессе спортивного совершенствования, происходят неравномерно, наблюдается их гетерохронизм, объясняемый в значительной мере влиянием специфических условий целенаправленного учебно-тренировочного процесса, а также адаптацией организма к условиям тренировочного процесса (выполнения комплекса упражнений из военного многоборья (ВТ-4) [1, 3, 4, 5].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Анализ развития специальных физических качеств показывает, что сила, быстрота, скоростно-силовые качества своего наиболее полного развития достигают уже у военных многоборцев, имеющих II и III разряды, и в дальнейшем изменяются незначительно.

Скоростная и скоростно-силовая выносливость совершенствуется и в последующем.

Наибольший прирост сформированности военно-прикладных двигательных навыков (преодоление препятствий ОКУ на ЕПП) отмечается в начале учебно-тренировочных занятий по подготовке к участию в военно-спортивных соревнованиях и спортивных мероприятиях.

Проведенный корреляционный анализ позволяет определить этапность изменения отдельных сторон подготовки в зависимости от решения общих и специальных задач тренировки военных многоборцев/курсантов-спортсменов, из исходных физических и координационных способностей и успешности овладения военно-прикладными навыками.

Так, тренировка с курсантами-спортсменами, имеющими низкий уровень спортивной квалификации, должна быть ориентирована на развитие скоростно-силовых качеств и общей выносливости, так как именно они обеспечивают выполнение военнослужащими нормативов, соответствующего требованиям III спортивного разряда. Об этом свидетельствует большое количество статистически достоверных взаимосвязей между уровнем развития данных качеств и результатами в упражнениях из программы военного многоборья (ВТ-4). С повышением спортивной подготовленности ведущее положение занимает развитие скоростной, специальной, статической и силовой выносливости. Основное внимание уделяется подготовке военных многоборцев/курсантов-спортсменов в техническом виде многоборья – преодоление препятствий ОКУ, что подтверждается данными корреляционного анализа.

Структура физической и спортивно-прикладной подготовленности военных многоборцев/курсантов-спортсменов по мере роста их подготовленности выражаются в следующем: важным фактором физической подготовленности военных многоборцев/курсантов-спортсменов выступает техническая подготовленность (до 25,7%). Этот фактор включает в себя не только показатели технической подготовленности военного многоборца/курсанта-спортсмена, но и результаты в беге на 400 м и на 3 км. Данные упражнения обладают высокой факторной информативностью. Изменение факторной структуры подготовленности военных многоборцев/курсантов-спортсменов является следствием процесса спортивного совершенствования, отражающего специфику приспособления их организма к условиям спортивной деятельности в период проведения спортивных состязаний и военно-спортивных соревнований.

Особенности развития специальных физических качеств и формирования военно-прикладных двигательных навыков выражают внешний механизм долговременной адаптации организма военных многоборцев/курсантов-спортсменов в процессе их спортивного совершенствования. Данный механизм позволяет определить три этапа спортивного совершенствования военных многоборцев/курсантов-спортсменов:

– на первом этапе у курсантов-спортсменов, не имеющих спортивных разрядов, происходит формирование двигательных навыков в выполнении упражнений военного многоборья, развитие силы, быстроты, скоростно-силовых качеств и общей выносливости;

– второй этап: у курсантов-спортсменов, имеющих III и II спортивные разряды, характеризуется закреплением и дальнейшим совершенствованием рациональных технических действий, увеличением значимости скоростной, скоростно-силовой, статической выносливости;

– третий этап у курсантов-спортсменов, имеющих I разряд и выше, спортивные звания характеризуются повышением спортивно-технического мастерства в техническом

виде (преодоление препятствий), а также повышением уровня специальной выносливости. Технические действия направлены на овладение наиболее эффективной индивидуальной техникой.

Исследование функциональных возможностей организма военных многоборцев/курсантов-спортсменов с различным уровнем спортивной квалификации позволяют заключить, что тренированность организма зависит от адаптационных возможностей, которые определяются объемом, интенсивностью, скоростью, эффективностью и экономичностью функциональных резервов организма в процессе адаптации к мышечной деятельности [1, 2, 6, 7]. При этом можно выделить два основных этапа формирования функциональных резервов:

– первый этап характеризуется ростом максимальных показателей функциональных систем (расширением их абсолютного уровня развития);

– второй – совершенствованием возможностей эффективного и экономичного использования достигнутых максимальных возможностей.

Таким образом, с ростом спортивного мастерства происходит оптимальная мобилизация резервов дыхательной системы и системы кровообращения; повышаются эффективность и экономичность вегетативных функций, повышаются максимальные показатели аэробных и анаэробных возможностей и утилизация кислорода; увеличивается легочная вентиляция, которая в значительной степени связана с ростом глубины дыхания на заключительном этапе адаптации.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, тенденция к снижению текущего потребления кислорода свидетельствует об уменьшении энергетической стоимости работы. У курсантов-спортсменов, имеющих низкий уровень спортивной квалификации, с возрастанием тренированности увеличивается анаэробный компонент, что говорит о малой экономичности выполняемой работы и значительной напряженности функций организма [1, 3, 4, 5, 7].

С учетом выявленных особенностей представляется необходимым реализовать полученные материалы исследований в процессе подготовки военных многоборцев/курсантов-спортсменов, членов сборных команд учебных подразделений вузов по военному многоборью (ВТ-4), проведя предварительную апробацию на курсантах военно-учебных заведений Министерства обороны, отобранных для занятий военным многоборьем.

ЛИТЕРАТУРА

1. Блахин, Г. Н. Дидактические аспекты интенсификации спортивной тренировки военных троеборцев : метод. пособие / Г. Н. Блахин, В. А. Щеголев. – Л. : ВДКИФК, 1986. – 123 с.
2. Вихрук, Т. А. Медико-педагогическое обоснование индивидуально-типологического подхода при организации занятий по физической подготовке курсантов / Т. А. Вихрук, В. Л. Пашута, В. В. Аржаков // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 9 (103). – С. 126-131.
3. Лодяев, Н. Ф. Военно-прикладные многоборья – важное средство повышения боевого мастерства воинов : метод. пособие / Н. Ф. Лодяев, Л. П. Попов. – Л. : ВДКИФК, 1980. – С. 43.
4. Лукин, К. В. Подготовка спортсмена – многоборца / К. В. Лукин, Г. Н. Филиппов. – М. : ДОСААФ, 1982. – С. 96.
5. Лутченко, Н. Г. Офицерское многоборье : метод. пособие / Н. Г. Лутченко. – Л. : ВДКИФК, 1984.
6. Пашута, В. Л. Проблемы медико-педагогического обоснования индивидуально-типологического подхода при организации занятий по физической подготовке / В. Л. Пашута, В. В. Аржаков, Т. И. Вихрук, Л. Г. Шагеева // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2014. – № 1. – С. 19-22.
7. Щуров, А. Г. Методы исследования и показатели функционального состояния военнослужащих в полевых условиях : метод. рекомендации / А. Г. Щуров. – СПб. : ВИФК, 2015. – 106 с.

REFERENCES

1. Blakhin, G. N. Didactic aspects of intensification of sports training of military triathletes : Training manual / G. N. Blakhin, V. A. Shchegolev. – Leningrad : MIPT, 1986. – 123 p.
2. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical justification of an individual and typological approach during organizing

classes in physical training of cadets / T. A. Vikhruk, V. L. Pashuta, V. V. Arzhakov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2014. – No. 9 (103). – P. 126-131.
3. Lodyaev, N. F. Military-applied all-around competitions – an important means of improving the combat skills of soldiers : Training manual / N. F. Lodyaev, L. P. Popov. – Leningrad : MIPT, 1980. – P. 43.
4. Lukin, K. V. Training of a multi – sport athlete / K. V. Lukin, G. N. Filippov. – Moscow : DOSAAF, 1982. – P. 96.
5. Lutchenko, N. G. Officer all-around: Training manual / N. G. Lutchenko. – Leningrad : MIPT, 1984.
6. Pashuta, V. L. Problems of medical and pedagogical justification of an individual and typological approach during organizing classes in physical training / V. L Pashuta, V. V. Arzhakov, T. I. Vikhruk, L. G. Shageeva // Actual problems of physical and special training of defence and law enforcement agencies. – 2014. – № 1. – P. 19-22.
7. Shchurov, A. G. Research methods and indicators of the functional state of military personnel in the field: methodological recommendations / A. G. Shchurov. – St. Petersburg : MIPT, 2015. – 106 p.

УДК 796:00

ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ КАК ФУНДАМЕНТАЛЬНАЯ ОСНОВА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Лобжа Михаил Тимофеевич, доктор педагогических наук, профессор, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Антрофиков Сергей Анатольевич, кандидат педагогических наук, заместитель начальника НИО Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Федоров Игорь Григорьевич, преподаватель кафедры физической подготовки, Военный университет, Москва;

Рустамханов Зейнутдин Робертович, преподаватель кафедры физической подготовки, Военный институт войск национальной гвардии Российской Федерации, Новосибирск.

EMOTIONAL AND VOLITIONAL STABILITY AS A FUNDAMENTAL BASIS OF PSYCHOLOGICAL TRAINING OF MILITARY PERSONNEL BY MEANS OF PHYSICAL TRAINING

Lobzha M.T., Doctor of Pedagogics, Professor, Senior Researcher of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Antrofikov S.A., Candidate of Pedagogics, Deputy Head of the Research Department of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Fedorov I.G., Lecturer at the Department of Physical Training, the Military University, Moscow;

Rustamkhanov Z.R., Lecturer at the Department of physical training, the Military Institute of Russian National Guard Troops, Novosibirsk.

Аннотация:

В данной статье освещена проблема развития психологической подготовленности и эмоционально-волевой устойчивости с помощью различных форм физической подготовки и упражнений для формирования устойчивого психоэмоционального состояния. Актуальность данной статьи не вызывает сомнений, так как на современном этапе развития Вооруженных Сил проблема психологической подготовленности и эмоционально-волевой устойчивости как одних из ведущих факторов общего развития и профессиональной подготовки, а также выполнения боевых и учебно-боевых задач военнослужащими и воинскими коллективами выходит на первый план..

Ключевые слова:

психологическая подготовка, эмоционально-волевая устойчивость, физическая подготовка и спорт, педагогические условия.

Abstract:

The conducted scientific studies aimed at determining the features of the development of special physical qualities, the formation of military-applied motor skills and functional capabilities in military all-rounders/cadets-athletes with different levels of sports fitness allow us to conclude that they express the external and internal mechanism of adaptation of the body of military all-rounders/cadets-athletes in the process of developing sports skills. This mechanism shows the degree of development and interrelationships of physical qualities, applied motor skills and functional capabilities of the body of all-rounders [1, 3, 4, 5].

Key words:

psychological training, emotional and volitional stability, physical training and sports, pedagogical conditions.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема психологической подготовки воина существовала всегда: и в древние времена, и в средние века, и в новой истории. Но с такой остротой, как сейчас она о себе еще не заявляла. Действенность боевой подготовки во многом стал определять психологический

фактор. Известно, что устойчивость психики и, в частности, ее эмоционально-волевой сферы может обеспечить успех в бою даже посредственно физически подготовленному воину. И, наоборот, отличник боевой подготовки может подвести в сложной, стрессовой ситуации.

В настоящее время постоянно ведется поиск новых путей, средств и форм воспитания психологически устойчивого военнослужащего. Без осмысления накопленного научно-практического опыта это сложно делать всем военным специалистам, в том числе и по физической подготовке и спорту (ФП и С).

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Напряженные условия и сложный характер деятельности в значительной мере предопределяют весомость психических компонентов готовности к конкретному труду, одним из которых является эмоционально-волевая устойчивость (ЭВУ).

Вполне закономерно, что проблема ЭВУ зародилась и получила наибольшее развитие в тех областях человеческой деятельности, где существуют довольно напряженные (в психологическом и физическом аспектах) условия труда и сложный характер.

Генетический анализ исторического аспекта проблемы формирования ЭВУ позволяет утверждать (естественно, с относительной долей условности), что особую актуальность эта проблема приобрела на рубеже XIX и XX вв. в связи с резким усложнением средств ведения вооруженной борьбы. Так, Н. Добротворский указывает: «К 1917 г. в авиации, представлявшей уже собой большую силу, под влиянием высокой аварийности встал вопрос о необходимости предъявления к летному составу, состоянию его организма более специфических требований» [3, 5].

В это же время не остались без внимания исследователей и вопросы эмоционально-волевой устойчивости, поиска средств, форм, методов ее формирования у личного состава Военно-Морского Флота. Еще в 1928 г. В. Данилов обратил внимание на важность развития воли у учащихся военно-морских учебных заведений. В его работе четко определена суть педагогического воздействия на личность будущего моряка, показаны воспитательно-дидактические условия формирования волевых качеств самими учащимися [4].

В монографии М.И. Дьяченко, Е.Ф. Осипенкова, Л.Е. Мерзляка, посвященной психолого-педагогическим основам деятельности командира, показано солидное теоретическое обобщение литературы и опыта работы по данному вопросу. Для того времени характер и объем материала по эмоционально-волевым процессам и психическим состояниям вполне удовлетворял запросам теории и практики психологической подготовки военнослужащих [6].

К.А. Алексеевский, П.И. Едемский; В.А. Орешко; Г.В. Средин, Д.А. Волкогонов, М.П. Коробейников; В.Л. Марищук рассматривали проблему психологической подготовки в тесном единстве с нравственным воспитанием и предлагали решать ее в русле морально-психологической подготовки [2, 7, 8, 9].

Как показывают научные исследования и служебный опыт, психическая готовность очень эффективно достигается при использовании различных направлений психолого-педагогического пути (рис. 1).



Рисунок 1 – Направления формирования психической готовности (ЭВУ)

Использование физической подготовки в решении задач психической готовности формально относится к направлению, связанному с занятиями по боевой подготовке. Однако его выделение в самостоятельное направление обусловлено рядом обстоятельств: во-первых, это – предмет данного исследования, во-вторых, большое количество авторов (в основном не специалисты по ФП и С) особо выделяют роль физической подготовки в достижении высокой эффективности на основных направлениях (общевоспитательная работа и занятия по боевой подготовке) и, в-третьих, что самое главное, объективно физическая подготовка имеет практически неограниченные возможности по формированию психической устой-

чивости вообще и эмоционально-волевой в частности [1].

Задачи психологической подготовки с использованием физических упражнений решаются на различных формах физической подготовки, основной из которых являются учебные занятия. Они играют наиболее существенную роль в воспитании морально-психологических качеств у военнослужащих. При их планировании, подготовке и непосредственном проведении необходимо [1]:

– подбирать физические упражнения и военно-профессиональные действия, которые наиболее направлены на воспитание конкретных психических качеств и свойств личности;

– создавать педагогические условия использования физических упражнений как совокупность переменных воздействий, обеспечивающих эффективный рост профессионально важных психических качеств (подбирать адекватные методы и методологические приемы, с помощью которых реализуются средства физической подготовки; создавать конкретные обстановки, в которых осуществляется физическая тренировка, требующая решения конкретных двигательных задач, обусловливающих активизацию конкретных психических процессов).

Положительное влияние на психофизиологическое состояние военнослужащих оказывает и утренняя физическая зарядка, которая оптимизирует соотношение тормозно-возбудительных процессов с учетом специфики медико-биологических и психолого-педагогических аспектов ее проведения, а именно:

– биоритмических факторов, обусловливающих состояние организма в раннее утреннее время;

– низкого уровня потребности у военнослужащих выполнять утреннюю зарядку и, как следствие, отсутствия опыта применения физических упражнений в утреннее время, а также навыков перенесения физической нагрузки в относительно экстремальных условиях.

Для обеспечения эффективного влияния утренней физической зарядки на организм и психику военнослужащих необходимо учитывать следующее:

– общий уровень физической подготовленности;

– характер и уровень нагрузок по боевой подготовке на предстоящий день;

– характер и уровень физических нагрузок на других формах физической подготовки;

– общую двигательную активность накануне;

– уровень адаптивности личного состава к условиям службы;

– биоритмологические особенности организма и его адаптивность к утренним нагрузкам.

Физическая тренировка в процессе учебно-боевой деятельности, включая все ее составные части, также формирует у военнослужащих психическую готовность к перенесению физических нагрузок и навыки выполнения профессионально-прикладных упражнений, приемов и действий в целях совершенствования боевого мастерства.

Спортивно-массовая работа в интересах психологической подготовки воспитывает положительное отношение к физической культуре как к важнейшему фактору здорового образа жизни. В процессе проведения всех видов спортивно-массовой работы у военнослужащих формируются социально-психологические навыки и умения, обусловливающие позитивное развитие личности и создание хорошего морально-политического климата в воинских подразделениях.

Самостоятельная физическая тренировка позволяет в широком объеме реализовать индивидуально-психологические особенности военнослужащих в процессе саморазвития и самовоспитания как наиболее высокой формы воспитательно-педагогического процесса, где целесообразно соблюдать такие принципы, как:

– самостоятельная физическая тренировка должна носить военно-профессиональную направленность, отражать специфические требования, предъявляемые к конкретной воинской специальности;

– программа тренировок должна быть конкретной, доступной и адекватной психофизическому состоянию;

– спланированные физические нагрузки должны иметь количественно-качественные показатели, критерии оценок и сроки выполнения, что позволит осуществлять грамотный врачебно-педагогический самоконтроль за индивидуальным тренировочным эффектом и формировать проявления эмоционального удовольствия и «мышечной радости».

Одной из важнейших задач психологической подготовки является формирование эмоционально-волевой сферы военнослужащих, обеспечивающей преодоление больших нервно-психических напряжений. Существенную роль в этом играет физическая подготовка.

Именно в процессе выполнения физических упражнений в эмоциогенной обстановке воспитывается ЭВУ военнослужащих, существенно расширяющая их возможности осуществлять сознательный контроль своего психофизического состояния и регуляцию поведения в экстремальных условиях.

Эмоционально-волевая устойчивость у военнослужащих развивается в ходе учебно-боевой и воспитательной работы, при этом необходимо учитывать следующее:

– воля входит в структуру характера человека в качестве одного из главных компонентов;

– особенность волевой регуляции состоит в том, что при мобилизации своих психических и физических возможностей для преодоления трудностей, препятствий в целенаправленной деятельности человека необходимо прилагать усилия, в которых проявляется его сознательность и активность;

– развитие и совершенствование ЭВУ происходит как в процессе преодоления трудностей, связанных с индивидуальной деятельностью, так и в процессе межличностного общения.

В качестве примера можно рекомендовать следующие двигательные упражнения для психологической подготовки.

1. Упражнение «Разбросанные квадраты» для развития внимания в сочетании с психомоторной нагрузкой (рис. 2).

На любой ровной поверхности чертится квадрат, внутри которого находятся 9 малых квадратов, которые пронумерованы в произвольном порядке. Задача занимающихся: как можно быстрее преодолеть квадраты от 1 до 9.



Рисунок 2 – Упражнение «Разбросанные квадраты»

2. Упражнения для развития решительности и смелости, которые необходимо выполнять следующим образом:

– Исходное положение – стоя на коленях на мате. Руки за спиной, снизу соединены. Выполнить падение вперед по команде.

– Оценивается время от команды «вперед» до завершения падения, которое рекомендуется выполнять с максимальным прогибом в поясничном отделе.

– Исходное положение – стоя на бортике бассейна, руки за спиной, снизу соединены. Осуществить падение в воду лицом вперед.

Эти упражнения необходимы для частного проявления психомоторных качеств, и их можно использовать в практике психологической подготовки наряду с огромным множеством других средств физической подготовки в различных модификациях педагогических условий их использования.

Для моделирования эффективных педагогических условий необходимо не только подбирать адекватные приемы, физические упражнения и военно-прикладные действия, но и грамотно использовать различные эмоциогенные факторы, обеспечивающие высокий эмоциональный фон у занимающихся и осознанное регулирование процесса решения психомоторных задач.

Все педагогические условия можно классифицировать на установочные и процессуальные. Первые носят контактный характер и определяют общие принципы и правила выполнения двигательной задачи. Вторые включают переменные компоненты, отражающие обстановку во время выполнения упражнений (приемов), и обстоятельства (факторы), влияющие на результат (объект, процесс).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретический анализ и обобщение различных аспектов проблемы психологической подготовки военнослужащих средствами физической подготовки позволяет сделать следующие выводы:

– воспитание эмоционально-волевой устойчивости является важнейшей задачей подготовки, ее теоретико-методологической основой, имеющей фундаментальное значение в обеспечении психологической готовности к профессиональной деятельности;

– наибольшего эффекта в формировании эмоционально-волевой сферы можно достичь при использовании в практике физической подготовки технологического подхода и создании педагогических условий для проявления эмоционально-волевых качеств в стрессовой обстановке, в частности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Антрофиков, С. А. Содержание обучения преподавателей физической подготовки моделированию ее организации / С. А. Антрофиков, Г. Н. Блахин, Р. М. Кадыров, Д. А. Солнцев, А. В. Горохов // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 2 – С. 27-30.
2. Алексеевский, К. А. Фактор боеготовности ракетчиков. О морально-политической и психологической подготовке воинов РВ / К. А. Алексеевский, П. И. Едемский / Под общ. ред. П. А. Горчакова. – М. : Воениздат, 1979. – 256 с.
3. Вихрук, Т. А. Медико-педагогическое обоснование индивидуально-типологического подхода при организации занятий по физической подготовке курсантов / Т. А. Вихрук, В. Л. Пашута, В. В. Аржаков // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2014. – № 9 (103). – С. 126-131.
4. Данилов, В. А. Учебно-воспитательный план, как фактор развития воли / В. А. Данилов // Морской сборник. – 1928. – № 6. – С. 118-123.
5. Добротворский, М. В. Обоснование психофизиологических требований к летному составу / М. В. Добротворский // Вст. Возд. Флота. – 1927. – № 6. – С. 29-30.
6. Дьяченко, М. И. Психолого-педагогические основы деятельности командира / М. И. Дьяченко, Е. Ф. Осипенков, Л. Е. Мерзляк. – М. : Воениздат, 1978. – 295 с.
7. Марищук, В. Л. Вопросы морально-психологической подготовки личного состава Советской Армии и Военно-Морского Флота / В. Л. Марищук. – Л. : ВДКИФК, 1988. – 40 с.
8. Орешко, В. О психологической закалке командира / В. Орешко // Вестник ПВО. – 1981. – № 9. – С. 36-38.
9. Средин, Г. В. Человек в современной войне: Проблемы морально-политической и психологической подготовки советских воинов / Г. В. Средин, Д. А. Волкогонов, М. П. Коробейников. – М. : Воениздат, 1981. – 254 с.

REFERENCES

1. Antrofikov, S. A. The content of the training of physical education teachers modeling its organization / G. N. Blakhin, R. M. Kadyrov, D. A. Solntsev, A. V. Gorokhov // Theory and practice of physical training. – 2016. – No. 2. – P. 27-30.
2. Alekseyevsky, K. A. Factor of combat readiness of rocket men. On the moral-political and psychological training of soldiers of the Russian Federation / K. A. Alekseevsky, P. I. Edemsky / Ed. by P. A. Gorchakov. – Moscow : Voenizdat, 1979 – 256 p.
3. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical justification of an individual and typological approach during organizing classes in physical training of cadets / T. A. Vikhruk, V. L. Pashuta, V. V. Arzhakov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2014. – No. 9 (103). – P. 126-131.
4. Danilov, V. A. Educational plan as a factor of will development / V. A. Danilov // Marine collection – 1928. – No. 6. – P. 118-123.
5. Dobrotvorsky, M. V. Justification of psychophysiological requirements for flight personnel / M. V. Dobrotvorsky // Vestnik of Air Force. – 1927. – No. 6. – P. 29-30.
6. Dyachenko, M. I. Psychological and pedagogical foundations of the commander's activity / M. I. Dyachenko, E. F. Osipenkov, L. E. Merzlyak. – Moscow : Voenizdat, 1978. – 295 p.
7. Marishchuk, V. L. Items of moral and psychological training of personnel of the Soviet Army and Navy / V. L. Marishchuk. – Leningrad : MIPT, 1988. – 40 p.
8. Oreshko, V. On psychological hardening of the commander / V. Oreshko // Vestnik of AAD. – 1981. – No. 9. – P. 36-38.
9. Sredin, G. V. Man in modern war: Problems of moral, political and psychological training of Soviet soldiers / G. V. Sredin, D. A. Volkogonov, M. P. Korobeynikov. – Moscow : Voenizdat, 1981. – 254 p.

УДК 159.91:355.232.6

ГИПЕРБАРИЧЕСКАЯ ОКСИГЕНАЦИЯ ПРИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИ И ПОСЛЕ ПЕРЕНЕСЕННОЙ ИНФЕКЦИИ «COVID-19»

Поликарпочкин Александр Николаевич, доктор медицинских наук, Центр Спортивной Медицины, Пенза;
Левшин Игорь Викторович, доктор медицинских наук, профессор, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

HYPERBARIC OXYGENATION IN PHYSICAL REHABILITATION AFTER RECOVERY FROM «COVID-19» INFECTION

Polikarpochkin A.N., Doctor of Medicine, Sports Center Medicine, Penza;
Levshin I.V., Doctor of Medicine, Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:
Актуальной проблемой современной спортивной медицины в период пандемии является разработка коррекционных мероприятий, направленных на сохранение, восстановление и повышение функциональных возможностей организма спортсменов и военнослужащих, выполняющих большой объем физических нагрузок и сохранение их профессиональной работоспособности после перенесенной вирусной инфекции «COVID-19». В работе представлены результаты исследования отдельных показателей функционального состояния при проведении курса Гипербарической оксигенации для скорейшей реабилитации после выздоровления от инфекции. Сделан вывод об эффективности проведения такого метода физической реабилитации, представлены механизмы воздействия гипербарического кислорода в данных условиях и необходимости применения «мягких» режимов кислородной терапии под давлением для достижения необходимого эффекта.

Ключевые слова:
реабилитация, функциональное состояние, физическая работоспособность, вирусная пневмония.

Abstract:
An urgent problem of modern sports medicine during the pandemic is the development of corrective measures aimed at preserving, restoring and improving the functional capabilities of the body of athletes and military personnel performing a large amount of physical activity and maintaining their professional performance after suffering a viral infection «COVID-19». The paper presents the results of a study of a course of Hyperbaric oxygenation for early rehabilitation after recovery from infection. The conclusion is made about the effectiveness of this method of physical rehabilitation, the mechanisms of hyperbaric oxygen exposure in these conditions and the need to use «soft» modes of oxygen therapy under pressure to achieve the desired effect are presented.

Key words:
rehabilitation, functional state, physical performance, viral pneumonia.

ВВЕДЕНИЕ

Вопросы медицинской реабилитации занимают важное место в практике сохранения, поддержания и повышения уровня функционального состояния и физической работоспособности у представителей силовых структур в спорте высших достижений [1, 2, 5]. В случае формирования преморбидных состояний и заболеваний у военнослужащих процесс восстановления прежних кондиций может занимать продолжительное время и выполнение профессиональной деятельности на высоком требуемом уровне становится затруднительным или невозможным. Особенно актуальным этот вопрос может быть в период эпидемий или пандемий, как, например, у перенесших вирусную инфекцию «COVID-19» в период пандемии в 2020 году.

Известным фактом является утверждение о формировании на длительное время в этом случае поражения легочной ткани и, как следствие, ухудшение функции газотранспортной системы организма. Результатом становится затруднение доставки кислорода, развитие его дефицита в тканях, возникновение гипоксии в органах и тканях организма и появление гипоэргоза в мышцах. Следует заметить, что гипоксия в организме является начальным звеном запуска универсальных патологиче-

ских проявлений в организме на различных уровнях и способна, при существенном дефиците кислорода, приводить к повреждению различных тканей и органов. Таким образом, проявляется универсальность и однообразие воздействующего фактора – дефицита кислорода. Клетки организма, как и в случае с вирусной инфекцией COVID-19, не способны эффективно функционировать и, в отдельных случаях, погибают.

Эффективным способом устранения подобных проявлений, по нашему мнению, является проведение сеансов гипербарической оксигенации (ГБО) [3]. Данный метод способствует скорейшему восстановлению газового режима организма [4]. Знание особенностей механизмов воздействия гипербарического кислорода при наличии гипоксии в организме и послужили основанием для применения ГБО, а также для обоснования выбора оптимальных режимов сеансов для скорейшего восстановления после перенесенной коронавирусной инфекции.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящее исследование проводилось в период с апреля по декабрь месяц 2020 г. на базе Гипербарического Отдела Центра Спортивной Медицины г. Пензы. В исследовании принимали участие 8 мужчин в возрасте от 30 до 42 лет, имеющих в анамнезе диагноз «Вирусная пневмония, вызванная COVID-19», с объемом поражения легких от 20 до 40%. Диагноз коронавирусной инфекции был подтвержден лабораторно. Прибытие в Центр Спортивной Медицины был одобрен после 2 отрицательных тестов анализов на COVID-19.

Сеансы ГБО проводились в многоместной поточно-декомпрессионной камере ПДК-2М, оборудованной системой подачи медицинского кислорода (ГОСТ 55-83-68) посредством индивидуальных масок внутри барокамеры, объемом 7 м3. Избыточное давление создавалось воздухом. Одноразовая доза кислорода, получаемого во время сеанса ГБО, включала в себя парциальное давление вдыхаемого кислорода и время его воздействия, а курсовая – количество сеансов в день, а также их периодичность. Индивидуальные параметры одноразовой и курсовой дозы определялись исходя из особенностей ответной реакции организма на 20 минутное вдыхание кислорода при парциальном давлении 1,2 МПа и степени снижения уровня функциональных возможностей. Режимы ГБО проводились ежедневно, в количестве 5-7 сеансов, при абсолютном давлении 1,2-1,5 МПа и экспозиции 40-45 минут. Кроме того, проводился опрос о субъективном состоянии с самооценкой по десятибальной шкале и наличии жалоб, заполнялись тесты по методике самочувствия, активности, настроения (САН).

Для определения функциональных возможностей организма регистрировались значения насыщения крови кислородом по данным содержания оксигемоглобина, показатели частоты сердечных сокращений (ЧСС), артериального давления (АД), жизненной емкости легких (ЖЕЛ), с помощью которых по общепринятым методикам рассчитывались вегетативный индекс Кердо (ВИК), минутный объем кровообращения (МОК). Также, применялись функциональные пробы Штанге, Генча и проба Мартине с 20 приседаниями.

Измерения проводились до и после проведения цикла сеансов гипебарической оксигенации.

При статистическом исследовании определяли средние параметры, ошибку средней, а также сравнивали данные с использованием t-критерия Стьюдента для зависимых выборок.

Данные о функциональном состоянии и показателях после дозированных физических тестов у людей в стадии реабилитации после перенесенной вирусной инфекции представлены в таблице 1 и на рисунках 1, 2, 3.

Таблица 1 – Показатели функционального состояния лиц, перенесших вирусную инфекцию Covid-19 до и после курса ГБО, n=8

Исследуемые показатели	До ГБО	После ГБО
Частота сердечных сокращений, уд/мин	91.6±4.7	74.6±4.3*
Сатурация крови кислородом, %	92,5±2.6	97.7±2.5*
Систолическое артериальное давление, мм рт.ст.	140.4±3.8	129.7±7.8
Диастолическое артериальное давление, мм рт.ст.	72.3±2.6	68.2±3.0

Продолжение таблицы 1

Вегетативный индекс Кердо, у.е.	22.4±5.2	8.0±4.2*
Жизненная емкость легких, мл	3200±255,5	3800±281,2
Проба с задержкой дыхания на выдохе (Генча), с	12.6±6.5	25.9±6.2*
Минутный объем крови,мл/мин	5378+345	4002+210*

Примечание:* – различия достоверны по сравнению с результатами обследования до ГБО, $p<0,05$.

Как свидетельствуют полученные данные, после курса реабилитации методом ГБО наблюдалось достоверное снижение частоты сердечных сокращений в покое, увеличилась сатурация кислородом гемоглобина, возросло время задержки дыхания на выдохе, а вегетативный индекс Кердо – снизился. Наблюдалась отчетливая тенденция к возрастанию параметра жизненной емкости легких.

Основные компоненты психоэмоционального состояния обследуемых – самочувствие, активность и настроение могут быть описаны полярными значениями, между которыми существуют промежуточные значения. Методика «САН» нашла широкое распространение при оценке психического состояния больных и здоровых лиц, психоэмоциональной реакции на какое-либо биогенное воздействие. Поэтому полученные результаты изменения показателей методики «САН» способны информативно отразить индивидуальные особенности больных, а также их психоэмоциональные реакции на воздействия ГБО. Лица, перенесшие вирусную инфекцию, соотносили свое состояние со шкалами методики по отдельным парам признаков. Например, парой утверждений «настроение хорошее» и «настроение плохое», указывая соответствующую цифру. На рисунках представлены результаты показателей самочувствия, активности и настроения.

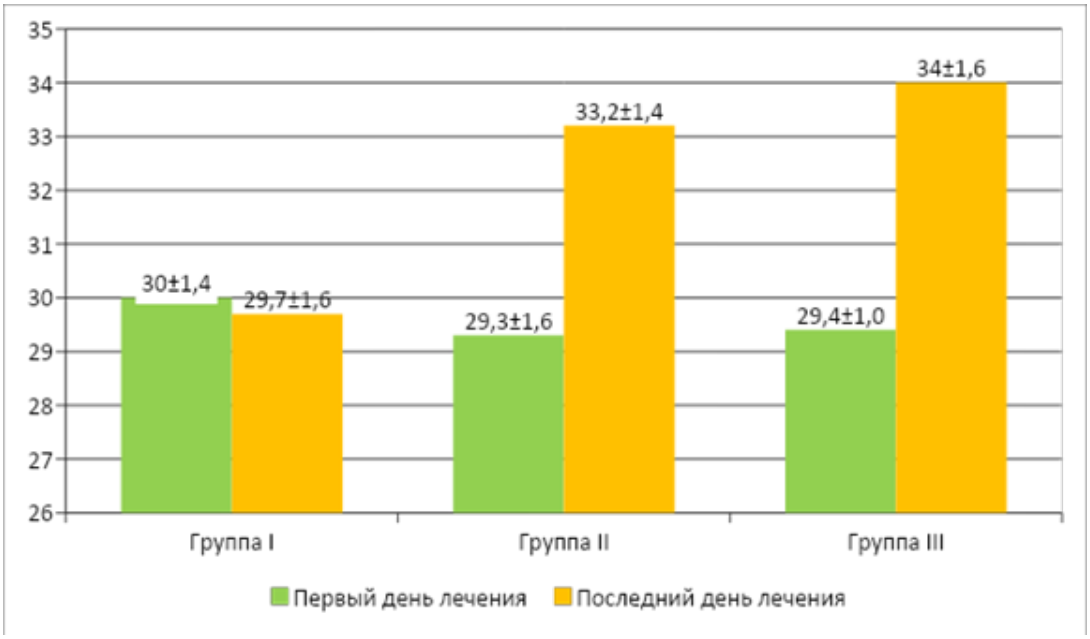


Рисунок 1 – Показатель самочувствия обследуемых в первый и заключительный день лечения

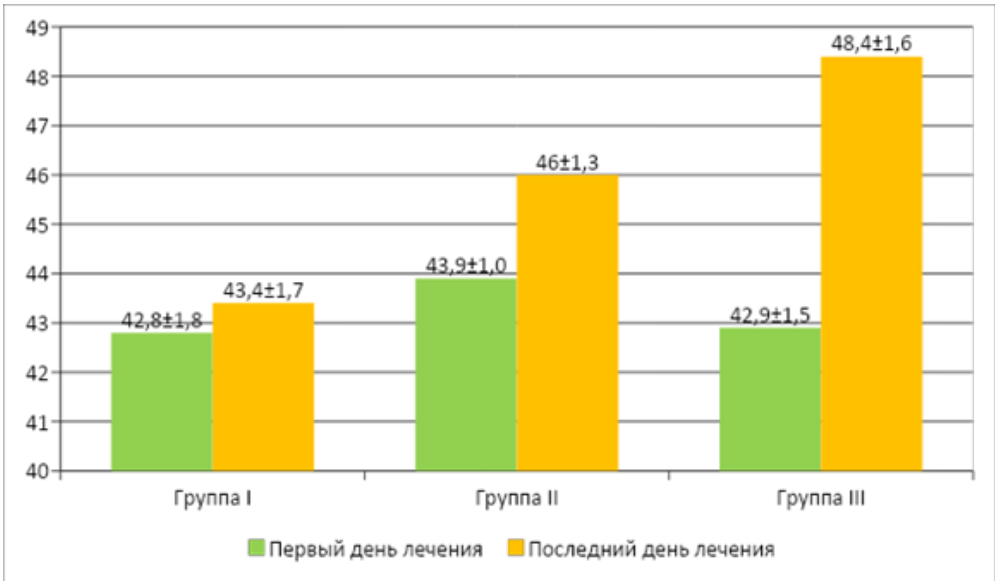


Рисунок 2 – Показатель активности обследуемых в первый и заключительный день лечения

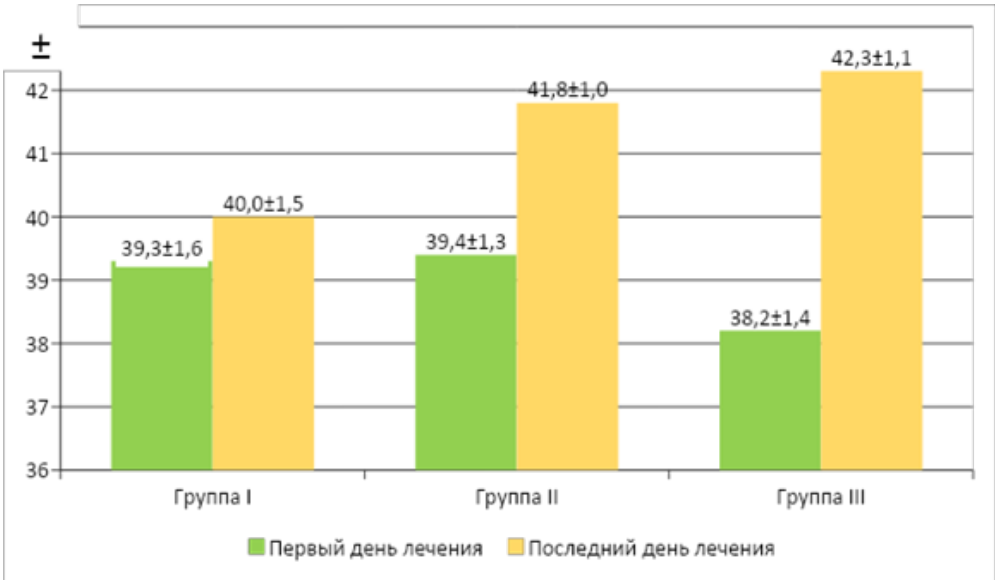


Рисунок 3 – Показатель настроения обследуемых в первый и заключительный день лечения

Как свидетельствуют полученные данные, после курса лечения наблюдалось достоверное улучшение показателей самочувствия, активности и настроения по сравнению с исследованиями до начала лечения. Средние значения показателей составили: самочувствие – 19,2±1,9 и 52,5±1,8 баллов соответственно, активность – 57,0±1,9 и 29,4±2,2 баллов, настроение – 22,2±1,6 и 57,6±1,7 баллов соответственно. При этом показатели самочувствия, активности и настроения у лиц, перенесших вирусную инфекцию после ГБО были достоверно и лучше аналогичных показателей до использования ГБО.

Представленные данные говорят о существенном влиянии предложенных режимов воздействия гипербарического кислорода на качество жизни больных, о котором можно судить по изменению психоэмоциональной сферы обследованных.

Известно, что в условиях недостатка кислорода в первую очередь страдает энергетика организма. При активации гликолиза в клетках накапливается пируват, превращающийся в лактат. Накопление лактата приводит к остановке гликолиза – единственного последнего источника энергии в условиях дефицита кислорода, что в итоге и убивает клетку. Экстренным и эффективным способом компенсации любого дефицита кислорода при развитии

признаков утомления и переутомления является насыщение тканей организма кислородом в условиях повышенного давления, т. е. гипербарическая оксигенация.

Увеличение парциального давления кислорода (pO2) во вдыхаемом воздухе приводит к артериальной гипероксии, которая является пусковым механизмом следующих явлений в организме [2, 3]:

Во-первых, хорошо известным и важным является заместительный, противогипоксический эффект гипербарического кислорода, который объясняет терапевтическое его действие при различных патологических состояниях, сопровождающихся синдромом общей или локальной гипоксии.

Во-вторых, кислород оказывает свойственное ему особое фармакологическое действие, связанное не с нормализацией, но с повышением pO2 в клетках – гипероксический эффект.

В-третьих, в случае увеличения pO2 в клетках, развиваются, по мнению А.Н. Леонова (2008), адаптационно-метаболические изменения в тканях, благоприятно отражающиеся на процессах тканевого дыхания и биоэнергетике клетки.

В-четвертых, воздействие гипероксии формирует в организме адаптационный структурно-функциональный след, который в дальнейшем повышает неспецифическую резистентность организма к негативным факторам внешней среды.

В условиях гипероксии различные системы организма переходят на более низкий и экономичный уровень функционирования – урежается дыхание и уменьшается частота сердечных сокращений, снижается минутный объем кровообращения, в крови понижаются содержание эритроцитов. Избыток кислорода в тканях приводит к рефлекторному спазму артериол, что вызывает повышение кровяного давления. Наряду с этим, кровоснабжение в патологически измененных тканях с явлениями тканевого ацидоза увеличивается (синдром Робина Гуда). Увеличение проницаемости сарколеммы для Ca2+ в сочетании с активацией кальций АТФ-азы усиливает сократительную функцию миокарда и скелетных мышц.

В ответ на гипероксию в коре головного мозга восстанавливается равновесие процессов возбуждения и торможения, повышается умственная работоспособность человека. Этот эффект используют в практике восстановления и повышения работоспособности здоровых людей. Однако описанными эффектами действие избыточного кислорода не ограничивается. Конечный лечебный эффект накапливается от сеанса к сеансу.

Наиболее характерными изменениями со стороны сердечно-сосудистой системы здорового организма, возникающими в ходе сеанса ГБО, являются следующие: урежение сердечного ритма, уменьшение минутного объема сердца, снижение органного кровотока, спазм резистивных сосудов и увеличение общего периферического сосудистого сопротивления, депонирование и перераспределение крови, уменьшение количества функционирующих капилляров. Эти реакции следует рассматривать, прежде всего, как защитно-приспособительные, направленные на поддержание постоянства pO2 в клетке.

После гипербарической оксигенации также отмечается положительная динамика основных регистрируемых показателей деятельности миокарда и системы внешнего дыхания у спортсменов. Следовательно, ГБО можно рассматривать как эффективный способ коррекции функционального состояния и повышения уровня физической работоспособности при возникновении утомления и переутомления у спортсменов. При этом главными саногенетическими факторами являются: во-первых, избыток кислорода; во-вторых, повышенное общее окружающее давление. Перечисленные факторы обеспечивают: антигипоксическое заместительное действие кислорода; прооксидантное мембранотропное, стимулирующее антирадикальную защиту; экономную деятельность внутренних органов. Основные физиологические эффекты в этом случае манифестируются в виде адаптационного, метаболического, детоксикационного, а также бактерицидного, иммунокорригирующего эффектов, стимулирующие при этом репаративно-регенерационные, актопротекторные, вазопрессорные, энергетические процессы [3]. Гипербарическая оксигенация обеспечивает экстренную ликвидацию кислородного долга в организме и оказывает, в результате этого, экономизириующее, оптимизирующее, биосинтетическое, репаративно-регенерационное, детоксикационное и энерготропное действие, что способствует улучшению протекания окислительно-восстановительных реакций, обеспечению дополнительного синтеза макроэргических соединений.

Указанные физиологические особенности

воздействия избытка кислорода на организм обусловливают и показания к применению гипербарической оксигенации в спорте высших достижений [4].

Необходимо также отметить, что гипербарическая оксигенация должна использоваться в строгом соответствии с задачами физической реабилитации и конкретной тренировочной программой. Рациональное планирование восстановительных мероприятий в рамках тренировочных нагрузок является законом успешной подготовки спортсменов высокого класса.

Таким образом, гипербарическую оксигенацию следует рассматривать как эффективный способ скорейшего восстановления функционального состояния у спортсменов после перенесенной вирусной пневмонии COVID-19. При этом главными саногенными факторами являются избыток кислорода, его замещающее действие и его рефлекторное влияние на функции и системы организма.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В целом, применение курса ГБО в период реабилитации у лиц после вирусной пневмонии COVID-19 способствовало улучшению ряда показателей, отражающих состояние центральной нервной, сердечно-сосудистой и дыхательных систем организма спортсмена, а также повысило уровень спортивной работоспособности. Кроме того, субъективная оценка самих пострадавших больных говорила об улучшении настроения и самочувствия после курса ГБО. Таким образом, в результате проведения курса ГБО у больных, перенесших вирусную инфекцию COVID-19, происходят положительные изменения функциональных возможностей организма. Это проявляется в повышении сатурации крови кислородом, улучшении функционального состояния и уровня физической работоспособности. При этом ГБО решает первоочередную задачу организма по обеспечению своевременной доставки кислорода клеткам и, прежде всего, клеткам головного мозга. Такая необходимость возникает вследствие формирования гипоксии после вирусной пневмонии, как было описано выше. Данное обстоятельство является одним из важнейших звеньев патологического процесса при заболевании и формировании возможного дефицита энергии из-за гипоэргоза клеток органов и тканей организма.

ЛИТЕРАТУРА

1. 1.Левшин, И. В. Коррекция функциональных состояний в спорте / И. В. Левшин, Е. Н. Курьянович, С. А. Трапезников // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 8. – С. 48-49.
2. Левшин, И. В. Гипероксические и гипоксические спеси в спортивной практике / И. В. Левшин // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 11. – С. 37-44.
3. Поликарпочкин, А. Н. Психофизиологическое обоснование оптимизации работоспособности спортсменов ситуационного характера деятельности : автореф. дис. … д-ра мед. наук : 19.00.02 / А. Н. Поликарпочкин. – СПб. : ВМедА, 2011. – 48 с.
4. Кулешов, В. И. Выбор метода быротерапии периодической гипобарической или гипербарической оксигенации / В. И. Кулешов, И. В. Левшин. – СПб., 2001. – 207 с.
5. Левшин, И. В. Индивидуальные особенности регуляции содержания оксигемоглобина при дефиците кислорода / И. В. Левшин, В. Л. Пашута, С. М. Ашкинази, А. Н. Поликарпочкин // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – М., 2010. – С. 23-28.

REFERENCES

1. Levshin, I. V. Sports-specific functional conditions and their correction / I. V. Levshin, E. N. Kuryanovich, S. A. Trapeznikov // Theory and Practice of Physical Training. – 2019. – No. 8. – P. 48-49.
2. Levshin, I. V. Hyperoxic and hypoxic species in sports practice / I. V. Levshin // Therapeutic physical culture and sports medicine. – 2012. – No. 11. – P. 37-44.
3. Polikarpochkin, A. N. Psychophysiological foundation of optimization of athletes' performance of situational character of activity : Abstract of Doctoral thesis (Medicine) : 19.00.02 / A. N. Polikarpochkin. – St. Petersburg : MMedA, 2011. – 48 p.
4. Kuleshov, V. I. Choice of the method of byrotherapy of periodic hypobaric or hyperbaric oxygenation / V. I. Kuleshov, I. V. Levshin. – St. Petersburg, 2001. – 207 p.
5. Levshin, I. V. Specific features of the regulation of the oxygenated hemoglobin content in the lack of oxygen / I. V. Levshin, V. L. Pashuta, S. M. Ashkinazi, A. N. Polikarpochkin // Physiotherapy exercises and sports medicine. – Moscow, 2010. – P. 23-28.

УДК 797.215

ПРЕДСТАРТОВОЕ СОСТОЯНИЕ СПОРТСМЕНА-ПОДВОДНИКА И ВЛИЯНИЕ ТРЕНЕРА НА НЕГО

Понимасов Олег Евгеньевич, кандидат педагогических наук, доцент, научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Минзаренко Дарья Ильинична, преподаватель отдельной дисциплины «Физическая культура», Нахимовское военно-морское училище, Санкт-Петербург.

THE PRE-START STATE OF AN DIVER AND THE INFLUENCE OF THE COACH ON HIM

Ponimasov O.E., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Minzarenko D.I., Lecturer of a specific discipline (physical training), the Nakhimov military-naval school, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье раскрывается степень значимости психологического сопровождения спортсменов в период предстартового состояния. Психологическая готовность к соревнованиям имеет важную роль и относится к первостепенной задаче тренера. Важно осуществлять специальную психологическую подготовку спортсменов в предсоревновательный период, включающий эффективную подготовку к конкурентной борьбе.

Ключевые слова:

предстартовое состояние, соревнование, спортсмен, тренер, плавание, спорт.

Abstract:

The article reveals the degree of importance of psychological support of athletes during the pre-start state. Psychological readiness for competition has an important role and belongs to the primary task of the coach. It is important to carry out special psychological training of athletes in the pre-competition period, including effective preparation for competition.

Key words:

pre-start state, competition, athlete, coach, swimming, sport.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время спорт является одним из наиболее специфических видов человеческой деятельности, в которой тесно сочетаются высокие физические нагрузки и эмоциональные реакции, связанные с острой спортивной конкуренцией, спортивной борьбой и ее конечным результатом: победой или поражением.

Плавание в ластах – уникальный вид спорта. Цель этого вида спорта заключается в преодолении различных дистанций в ластах за минимальный отрезок времени.

Плавание в ластах, по сравнению с другими видами физических упражнений, отличается своими характерными особенностями, которые сводятся к следующему – в процессе плавания спортсменом выполняются движения, когда он находится в водной среде, исключая любую твердую опору. За счет такого положения тела увеличиваются двигательные возможности человека, что улучшает их развитие. В этом случае увеличивается подвижность практически всех частей тела, а органы и системы организма развиваются и укрепляются.

За прошедшие годы подводный спорт прошел сложный путь развития и сформировался в виде скоростного плавания в ластах, подводного ориентирования и подводной стрельбы. Из них ярко выделяется скоростное плавание в ластах как вид подводного спорта, где российские спортсмены достигли наибольших результатов. Наши спортсмены-подводники пользуются репутацией одних из сильнейших в мире, им принадлежит множество рекордов мира и Европы, а также приоритет в создании спортивного оборудования, средств и методов спортивной тренировки.

Непрерывно растет уровень результатов, показываемых спортсменами. В связи с этим происходит ужесточение временных показателей нормативов для выполнения спортивных званий и разрядов. В этой непрерывной

гонке за мировое первенство нельзя двигаться назад, необходимо постоянно идти вперед и совершенствовать свои навыки, повышать уровень своего спортивного мастерства, использовать новые технологии для улучшения качества тренировочного процесса, улучшать уровень медицинского сопровождения. Дальнейший рост достижений в подводном спорте, возможность успешных выступлений на крупнейших соревнованиях в большей мере определяются постоянным совершенствованием системы подготовки квалифицированных спортсменов.

Во время подготовки к соревновательным стартам, спортсмен постоянно сталкивается со стрессом. Чем важнее предстоящий старт, тем больший груз ответственности ложится на плечи спортсмена, тем сильнее в нем преобладает огромное чувство стресса.

Эмоциональное состояние спортсмена, в котором он находится перед соревнованиями, полностью зависит от его собранности перед предстоящим стартом, в оценке его физической подготовке, в его морально-психологическом состоянии, в подготовке его нервной устойчивости.

А.Ц. Пуни выделяет следующие предстартовые состояния спортсменов:

- состояние готовности – проявление умеренного эмоционального возбуждения, которое способствует повышению спортивного результата;
- состояние стартовой лихорадки – резко выраженное возбуждение, под влиянием которого возможно как повышение, так и понижение спортивной работоспособности;
- стартовая апатия – слишком сильное и длительное предстартовое возбуждение, которое в ряде случаев сменяется угнетением и депрессией, ведущей к снижению спортивного результата и потери мотивации к выходу на старт.

Соревновательный период будет успешным только тогда, когда спортсмен к нему подготовлен. Особенности предстартового состояния:

- действовать в полную силу в различных условиях, не обращать внимание на влияние других людей, успех или неудачу, которые возникли на предыдущих дистанциях;
- соблюдать технику выполнения упражнения с высокой степенью точности, чтобы развить максимальную скорость прохождения дистанции;
- самостоятельно регулировать состояние нервно-психического напряжения.

Главной целью подготовки спортсмена-подводника является достижение наивысших результатов на основных соревнованиях, для спортсменов высокого класса – это Всемирные игры, Чемпионат мира или Чемпионат Европы.

Исходя из многолетней практики подготовки пловцов-подводников к соревнованиям, можно определить, что у них могут проявляться различные формы отрицательных психических состояний. В статье дана краткая характеристика особенностей соревновательного периода и влияния психологической поддержки тренера.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Соревнование – ответственный этап в жизни каждого спортсмена. Перед тем, как спортсмен становится участником соревнований, ему необходимо оценить свою психологическую готовность. Она является важной частью подготовки пловца к стартам. Достаточно одного взгляда еще в период подготовки чтобы рассмотреть технические или физические недостатки в плавании спортсмена, но что составляет гораздо более сложную проблему, так это оценка его психики, которая может меняться, становиться неустойчивой с появлением давления на спортсмена различных внешних факторов. При подготовке спортсмена к соревнованиям важно учитывать как личностную готовность, так и командную, необходим стойкий командный дух.

Психологические особенности соревнований:

1. Соревнования в каждом спортсмене повышают стимул, мотивацию и желание тренироваться еще больше для достижения лучшего результата.
2. Основная задача соревнований – это, в первую очередь, победа и достижение наилучшего результата. Соревнования всегда проводятся под пристальным вниманием многочисленной публики: их результаты, как правило, получают широкую общественную известность и оценку.
3. Результаты выступления в соревнованиях всегда лично значимы для спортсмена.
4. В условиях соревнований спортсмен находится в условиях повышенной психологической нагрузки, создающей экстраординарные эмоционально-волевые состояния [5].

Необходимо отметить, что психологиче-

ское состояние спортсмена принципиально отличается при ведении соревновательной и тренировочной деятельности.

Факторы, отличающие соревнования от повседневных тренировок:

- в соревновании всегда есть реальный соперник, с которым ведется непрерывная борьба за первое место;
- в соревнованиях есть определенные организационные моменты, такие как судьи, регламентирующие деятельность спортсменов в соответствии с правилами соревнований;
- соревнования имеют широкую общественную оценку (присутствие зрителей, трансляции по телевидению и радио, освещение в периодической печати и т. д.);
- соревнования могут проходить в абсолютно непривычных для спортсмена условиях: климатических, временных, метеорологических, при психологическом давлении соперников, судей, зрителей, товарищей по команде, в закрытом душном бассейне или же в открытом бассейне под палящим солнцем, с определенной плотностью воды;
- в соревнованиях по плаванию в ластах дается всего одна попытка для утверждения себя как победителя, либо сейчас, либо никогда, что тоже оказывает определенное психологическое давление на спортсмена;
- время, в течение которого спортсмен может оценить возникшую соревновательную ситуацию в принятии решения, лимитировано [6].

Указанные факторы объясняют наличие внутренних психологических особенностей внутреннего состояния спортсмена во время соревновательной деятельности, которые существенно отличаются от психологического состояния спортсмена в период тренировочного процесса. Важно, во время тренировочного процесса определить для себя свои слабые стороны, сделать анализ своего состояния во время соревнований и корректировать свое поведение, начиная с простой тренировки или контрольных стартов. В большинстве случаев спортсмен перед соревнованиями не думает о том, как он тренировался, в большей степени его угнетает именно сама атмосфера соревнований. Следовательно, в ходе подготовки тренировочного процесса спортсмен должен научиться:

- не поддаваться влиянию внешних факторов других спортсменов, судей, зрителей;
- безошибочно выполнять заданные упражнения;
- контролировать свои эмоции и управлять своим нервно-психическим напряжением.

Соревнования в отличие от тренировочного процесса отличаются более строгими регламентирующими правилами, что повышает ответственность и психическое напряжение спортсмена. В соревновательный период для достижения лучшего результата важна не только физическая подготовка спортсмена, но и его высокая психологическая готовность.

Одну из главных ролей в подготовке спортсмена к стартам играет его команда, то как он в ней себя ощущает и какое место занимает. Команда состоит из тех людей, которые видят тебя на протяжении всего тренировочного процесса, с помощью которых ты можешь с легкостью справиться с трудными ситуациями, заданиями и даже личными проблемами. Команда становиться семьей, в которой каждый человек играет свою немаловажную роль. А чтобы команда стала действительно крепкой, необходима помощь тренера, который несет полную ответственность за атмосферу внутри коллектива и за создание тесных межличностных отношений. Хотя подводное плавание и индивидуальный вид спорта, за исключением эстафет и общего зачета, но в нем каждый член команды по отдельности и все вместе решают одну задачу – достичь высоких спортивных результатов. Команда, состоящая из настоящих понимающих друзей, позволит сохранить то максимально-привычное психологическое состояние спортсмену, что и на тренировке. В таком случае спортсмену будет легче достичь победы!

В свою очередь необходимо понимать, что если во время тренировочного процесса спортсмена всегда держать в идеальных условиях, создавать наиболее удобные обстоятельства для тренировок, то это может дать отрицательный результат. Спортсмен просто забудет, как вести себя в постоянно меняющейся обстановке, как необходимо действовать в экстремальных условиях, и его психическое состояние будет не готово сработать вовремя и правильно. Мысли об одном и том же на протяжении недель и месяцев истощают нервную систему. И вот здесь главным становится умение тренера переключать спортсмена с одного вида деятельности на другой. Тренер должен уметь отвлекать спортсмена, используя свои знания, опыт, особенности и сплоченность коллектива.

Опустошенность перед соревнованиями говорит о не правильном построении этапов подготовки, излишнем психофизическом напряжении [7].

Работа тренера в предсоревновательный период. При подготовке спортсмена тренер должен учитывать командную готовность и готовность каждого спортсмена в отдельности. Появление негативных межличностных отношений в команде может привести к снижению эффективности тренировочного процесса, а впоследствии ухудшению результата на соревнованиях. Психологическая подготовка к соревнованиям, осуществляемая тренером, включает три типа:

– общепсихологическую тренировку;

– специальную психологическую подготовку к соревнованиям;

– психологическую помощь против негативного влияния к другим участникам соревнований [3].

Психологическая подготовка спортсмена осуществляется тренером через психологическую адаптацию. Психологическая адаптация включает:

- обучение спортсмена концентрировать внимание, проявлять эмпатию, уметь распознавать и контролировать собственные эмоции;
- умение спортсменом использовать самовнушение с позитивной направленностью.

Психологическая защита направлена на снижение чувства тревоги, борьбу с ней и нахождение в контакте с тренером и членами команды. В соревновательном периоде можно выделить три этапа:

- 1-й этап. Объявление о предстоящем старте до составления плана подготовки к ним;
- 2-й этап. Результаты отборочных соревнований и отбор на основной старт;
- 3-й этап. Непосредственно соревнования от начала и до конца.

Представим классификацию методов психологической подготовки:

– целевые установки: стартовые установки, отработка психологических травм;

– психофизиолого-информационные, психофармакологические практики, принудительные (морально-нравственные установки), переводческие (влияние речи и личности), социальные игры [3].

Очень важно учитывать индивидуальные психологические возможности спортсмена. Работая с индивидуальными психологическими особенностями подводника, нужно опираться на его мотивацию. Чем устойчивее психологическая готовность, чем ярче выражены цели, тем выше уровень мотивации к достижению желаемого. Исходя из этого, можно сделать вывод, что основным моментом в психологической подготовке спортсмена является индивидуальный подход, который учитывает возможности каждого. Но для тренера важно интегрировать его с дифференциальным подходом, поскольку он учитывает опыт спортсменов; их различия; общее понимание смыслов спортивной деятельности; гендерный признак; знания и опыт соревновательной деятельности.

Первым и очень ответственным шагом для психологической подготовки личности является признание индивидуальных психологических особенностей спортсмена. Они представлены следующими компонентами:

- ориентация на личность: интерес, убеждение, патриотизм, долг и пр.;
- взгляд на людей (организация, тренер, товарищи, оппоненты), самооценка (самодисциплина), эмоции – радость, печаль, критика, почести, наказание;
- психологическое развитие: характеристика нервной системы, темперамент, психологические особенности;
- эмоции и спортивные качества, которые проявляет спортсмен: осторожность, дисциплина, сплоченность, трудолюбие, активность, хорошее настроение, симпатии и антипатии, проявление своей позиции, отношение к тренеру и словам [3].

После окончания соревнований спортсмен может испытывать сильный стресс, связанный с неудовлетворением от них, с несоответствием между ожидаемым и реально полученным результатом. В данной ситуации тренер должен стать для спортсмена не только наставником и руководителем, но и другом, советчиком. Особенно важна в этот период откровенность и поддержка тренера. Тренер совместно со своим спортсменом должен проанализировать прошедший период подготовки к соревнованиям и выступления на самих стартах, сделать соответствующие выводы. Для анализа результатов необходимо проанализировать спортивный дневник спортсмена, в котором ведется учет спортивных тренировок. С помощью дневника можно увидеть пробелы в подготовке спортсмена и выявить причины повышения или снижения результатов. Влияние тренера на спортсменов много-

образно. Оно зависит от профессиональных качеств и навыков педагога, характера и особенно сильных сторон его личности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Психологическая подготовка спортсмена – это один из аспектов использования научных достижений психологии, реализации ее средств и методов для повышения эффективности спортивной деятельности. Комплексное использование перечисленных выше методик способствует формированию у спортсмена идейной убежденности, воспитанию свойств личности и спортивного характера, необходимых для достижения наивысших результатов [2, 8].

Можно отметить, что на данный временной период техническая и физическая подготовка спортсменов находится на пределе возможностей человеческого организма, что практически все они находятся на одном уровне подготовленности. И спортсмен, обладающий высокой психологической устойчивостью, может достичь наивысшего результата, опередив менее стрессоустойчивых соперников. Пожалуй, именно это обстоятельство характерно для соревнований современных спортсменов на высшем уровне. Именно поэтому сила духа, психологическая устойчивость стали качествами, без которых нет серьезных побед и рекордов.

Отношение тренера, его профессионализм, психологическая поддержка могут способствовать лучшей психологической готовности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бурцев, В. А. Оптимизация предстартовых психических состояний тренера и спортсмена в условиях соревновательной деятельности / В. А. Бурцев, А. З. Шамгуллин, Е. В. Бурцева // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2014. – № 4 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://cyberleninka.ru/article/n/optimizatsiya-predstartovyh-psihicheskih-sostoyaniy-trenera-i-sportsmena-v-usloviyah-sorevnovatelnoy-deyatelnosti (дата обращения : 13.04.2020).
2. Вихрук, Т. А. Медико-педагогическое обоснование индивидуально-типологического подхода при организации занятий по физической подготовке курсантов / Т. А. Вихрук, В. Л. Пашута, В. В. Аржаков // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2014. – № 9 (103). – С. 126-131.
3. Голобородько, А. Ю. Работа тренера по подготовке спортсменов в предсоревновательный период / А. Ю. Голобородько, Е. В. Мурюкина // Crede Experto: транспорт, общество, образование, язык. – 2019. – № 3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://cyberleninka.ru/article/n/rabota-trenera-po-podgotovke-sportsmenov-v-predsorevnovatelnyy-period (дата обращения : 14.04.2020).
4. Каськова, Д. С. Социально-психологическое взаимодействие в системе «Спортсмен - тренер» как фактор успешности спортивной деятельности / Д. С. Каськова // Интеллектуальный потенциал XXI века: ступени познания. – 2010. – № 3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskoe-vzaimodeystvie-v-sisteme-sportsmen-trener-kak-faktor-uspeshnosti-sportivnoy-deyatelnosti (дата обращения : 13.04.2020).).
5. Московченко, О. Н. Оптимальная стратегия в годичном цикле подготовки / О. Н. Московченко // Спортсмен-подводник. – М. : Изд. ДОСААФ СССР, 1979. – № 57. – С. 10-15.
6. Московченко, О. Н. Оптимизация тренировочного процесса пловцов-подводников на основе анализа зависимости «мощность - предельная работа» / О. Н. Московченко, В. В. Иваницкий // Физическая культура и спорт в системе образования : сб. мат-лов IX Всерос. науч.-практ. конф. 17-19 апреля 2006 г. –Красноярск : КГУ, 2006. – С. 172-177.
7. Московченко, О. Н. Управление тренировочным процессом пловцов скоростного подводного плавания // О. Н. Московченко, В. В. Иваницкий, Е. И. Григорьев, И. А. Толстопятов. – Томск, 2010. – 203 с.
8. Салькова, Н. А. Важность организации психологической подготовки спортсменов к соревнованиям / Н. А. Салькова // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2018. – № 2 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://cyberleninka.ru/article/n/vazhnost-organizatsii-psihologicheskoy-podgotovki-sportsmenov-k-sorevnovaniyam (дата обращения : 14.04.2020).

REFERENCES

1. Burtsev, V. A. Optimization of pre-start mental states of the coach and the athlete in the conditions of competitive activity / V. A. Burtsev, A. Z. Shamgullin, E. V. Burtseva // News of TulSU. Physical Training. Sport. – 2014. – No. 4. – Available at : https://cyberleninka.ru/article/n/optimizatsiya-predstartovyh-psihicheskih-sostoyaniy-trenera-i-sportsmena-v-usloviyah-sorevnovatelnoy-deyatelnosti.

2. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical justification of an individual and typological approach during organizing classes in physical training of cadets / T. A. Vikhruk, V. L. Pashuta, V. V. Arzhakov // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2014. – No. 9 (103). – P. 126-131.
3. Goloborodko, A. Yu. Work of the coach on the training of athletes in the pre-competition period / A. Yu. Goloborodko, E. V. Muryukina // Crede Experto: transport, society, education, language. – 2019. – No. 3. – Available at : https://cyberleninka.ru/article/n/rabota-trenera-po-podgotovke-sportsmenov-v-predsorevnovatelnyy-period.
4. Kaskova, D. S. Socio-psychological interaction in the «Athlete - coach» system as a factor of success in sports activities / D. S. Kaskova // Intellectual potential of the XXI century: stages of knowledge. – 2010. – No. 3. – Available at : https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskoe-vzaimodeystvie-v-sisteme-sportsmen-trener-kak-faktor-uspeshnosti-sportivnoy-deyatelnosti.
5. Moskovchenko, O. N. Optimal strategy in the annual training cycle / O. N. Moskovchenko // Athlete-diver. – Moscow : DOSAAF Publishing house of the USSR, 1979. – No. 57. – P. 10-15.
6. Moskovchenko, O. N. Optimization of the training process of athlete-divers based on the analysis of the dependence «power-limit work» / O. N. Moskovchenko, V. V. Ivanitsky // Physical training and sport in the educational system : Proceedings of the 9th All-Russian scientific and practical conference on April 17-19, 2006. – Krasnoyarsk : KSU, 2006. – P. 172-177.
7. Moskovchenko, O. N. Management of the training process of high-speed diving swimmers // O. N. Moskovchenko, V. V. Ivanitsky, E. I. Grigoriev, I. A. Tolstopyatov. – Tomsk, 2010. – 203 p.
8. Salkova, N. A. The importance of organizing the psychological preparation of athletes for competitions / N. A. Salkova // Sport. Tourism. motor recreation. – 2018. – No. 2. – Available at : https://cyberleninka.ru/article/n/vazhnost-organizatsii-psihologicheskoy-podgotovki-sportsmenov-k-sorevnovaniyam.

УДК 796.01

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ КОРРИГИРУЮЩАЯ ТРЕНИРОВКА ПО ГИМНАСТИКЕ ВЕТЕРАНОВ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ ОСОБОГО РИСКА В УСЛОВИЯХ САМОИЗОЛЯЦИИ

Смазнов Константин Сергеевич, кандидат педагогических наук, докторант, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Баранова Ольга Викторовна, младший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Враге Евгения Викторовна, старший преподаватель кафедры физической культуры, Санкт-Петербургский государственный университет телекоммуникаций им. профессора М.А. Бонч-Бруевича, Санкт-Петербург;

Старовойтова Ольга Петровна, соискатель, преподаватель кафедры гимнастики и атлетической подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

HEALTH CORRECTION TRAINING IN GYMNASTICS OF VETERANS OF SPECIAL RISK UNITS UNDER SELF-ISOLATION CONDITIONS

Smaznov K.S., Candidate of Pedagogics, Doctoral student, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Baranova O.V., Junior Researcher at the Research center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Vrage E.V., Senior Lecturer at the Department of physical training, St. Petersburg the M.A. Bonch-Bruevich State University of Telecommunications, St. Petersburg;

Starovoitova O.P., Applicant, Lecturer at the Department of gymnastics and athletics training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматриваются педагогические основы корригирующей тренировки с применением общеразвивающих упражнений для ветеранов подразделений особого риска в условиях самоизоляции; определены направленность, структура, содержание и методика самостоятельных занятий, способы повышения физической нагрузки, самоконтроль и самокоррекция при выполнении упражнений.

Ключевые слова:

пандемия, коронавирус, самоизоляция, корригирующая тренировка, самостоятельные занятия, методический алгоритм, комплексы общеразвивающих упражнений, методика самостоятельной тренировки, физическая нагрузка, самоконтроль, самокоррекция.

Abstract:

The article considers the pedagogical foundations of corrective training with the use of general development exercises for veterans of special risk units in conditions of self-isolation; orientation, structure, content and method of self-study, ways to increase physical activity, self-control and self-correction during exercise are defined.

Key words:

pandemic, corona virus, self-isolation, corrective training, self-study, methodological algorithm, general development exercise complexes, self-exercise technique, physical exercise, self-control, self-correction.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время серьезной проблемой для российского здравоохранения является вспышка новой коронавирусной инфекции. Пандемия коронавируса усугубляет многочисленные проблемы страны и делает людей более беззащитными в психологическом плане. Одним из факторов, существенно влияющих на самочувствие человека, является нахождение в изоляции, воздействие которой на его психику неоднократно становилось объектом исследования многих ученых [7, 12].

Анализ значительного количества работ в области авиационной, космической, морской и полярной психологии показал, что нахожде-

ние человека в условиях отрыва от привычных условий жизнедеятельности, в изоляции, безусловно, оказывает на него негативное психологическое воздействие [3]. По мнению Ю.А. Александровского и О.С. Лобастова, в условиях сенсорной изоляции у некоторых людей возникают необычные психические состояния, которые вначале носят функциональный, обратимый характер. При значительном увеличении сроков изоляции эти функциональные изменения переходят в патологические, т. е. возникают нервнопсихические заболевания, такие как неврозы и психозы [1].

Режим изоляции не такой простой, как может показаться на первый взгляд. Если ранее изоляция касалась в основном космонавтов, подводников, полярников и других представителей экстремальных профессий, то теперь с таким режимом столкнулись многие люди в странах, где был выявлен коронавирус. По мнению психологов, нахождение в карантине вызывает скуку, которая может стать причиной развития депрессии и нарушения психического здоровья.

В условиях прогрессирующей пандемии коронавирусной инфекции режим самоизоляции рекомендован значительной категории граждан, особенно лицам старшего возраста. Следует отметить, что именно эти люди имеют отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья, у них, как правило, наблюдаются функциональные расстройства и хронические заболевания. Поэтому, если не противопоказаны соответствующие физические нагрузки, то для поддержания и улучшения своего психического и физического состояния им просто необходима физическая активность.

Содержательную основу самостоятельных занятий в домашних условиях для указанной выше категории граждан, в том числе ветеранов подразделений особого риска, могут составить гимнастические упражнения оздоровительно-тренировочной направленности [2]. В этой связи разработка и обоснование комплексов упражнений общеразвивающего характера и методики их применения для занимающихся старшего возраста при самоизоляции является важной научной задачей.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Программа комплексной реабилитации лиц, пострадавших от облучения, используется для восстановления ветеранов подразделений особого риска во Всероссийском центре экстренной радиационной медицины им. А.М. Никифорова. Данная программа предусматривает проведение целого комплекса современных методов обследований и динамического наблюдения, а также профилактических мероприятий, занятий по лечебной и оздоровительной физической культуре, в том числе и по корригирующей гимнастике.

В рамках данной программы была разработана и обоснована педагогическая модель оздоровительной корригирующей тренировки по гимнастике с ветеранами подразделений особого риска.

Корригирующая тренировка представляет собой целенаправленный педагогический процесс применения организационных форм, средств, методов и методических приемов корригирующей гимнастики как одного из современных направлений оздоровительно-адаптивной модели физического воспитания. Она является основой проведения оздоровительных и лечебно-профилактических занятий с ликвидаторами аварий корабельных атомных энергоустановок, последствий аварии на ЧАЭС, участниками испытаний ядерного оружия и базируется на системе педагогического контроля и самоконтроля.

Педагогическую основу модели корригирующей тренировки составляют дидактические (общие) и методические (частные) принципы ее построения [8].

Занятия корригирующей гимнастикой направлены на укрепление здоровья, поддержание функционального состояния, физической и умственной работоспособности, повышение активности в трудовой и общественной деятельности, повышение эмоционального тонуса, оказание профилактического и коррекционного воздействия, продление профессионального долголетия.

Корригирующая тренировка по гимнастике предполагает поэтапное построение тренировочного процесса (табл. 1).

Таблица 1 – Этапы корригирующей тренировки по гимнастике с ветеранами подразделений особого риска

№ п/п	Этапы	Направленность этапов	Формы проведения
Корригирующая тренировка			
1	Этап адаптации	Оздоровительно-втягивающая	Организованные занятия в группах ФП
2	Этап совершенствования	Оздоровительно-развивающая	
Самостоятельная корригирующая тренировка			
3	Этап поддержания	Оздоровительно-поддерживающая	Самостоятельные занятия

На этапах адаптации и совершенствования решаются определенные задачи, применяются соответствующие формы, средства, методы обучения, методы тренировки для поддержания физических качеств, методические приемы, способы проведения упражнений, а также осуществляется педагогический контроль и самоконтроль.

Самостоятельная корригирующая тренировка. В рассматриваемой педагогической модели особое место занимает самостоятельная корригирующая тренировка, которая проводится индивидуально каждым ветераном на этапе поддержания в домашних условиях и носит оздоровительно-поддерживающую направленность [8]. На основе медицинских показаний, самочувствия, методических рекомендаций специалистов по оздоровительной физической культуре занимающиеся самостоятельно принимают решение, в какой форме проводить тренировку, какие комплексы общеразвивающих упражнений использовать, какие методы и методические приемы применять, какой объем физической нагрузки и ее интенсивность планировать и т. п.

В этой связи необходимо решить важную задачу по созданию методико-практической и кондиционной базы для самостоятельной корригирующей тренировки в домашних условиях на этапе поддержания. При этом особое внимание следует обращать на подбор общеразвивающих упражнений, особенности их выполнения, меры безопасности, умение правильно планировать физическую нагрузку и интервалы отдыха.

Структура и содержание самостоятельных занятий по корригирующей гимнастике. Анализ научной и учебно-методической литературы, а также руководящих документов позволил определить формы проведения самостоятельной корригирующей тренировки по гимнастике лицами старшего возраста. Так, Государственные требования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для испытуемых возрастных групп 50-59 и 60-69 лет рекомендуют самостоятельные занятия физической культурой с использованием различных физкультурно-оздоровительных систем проводить с временным объемом в неделю не менее 120-135 мин [10].

При этом проведенные теоретические и экспериментальные исследования показали эффективность 30-минутных оздоровительных занятий по корригирующей гимнастике с ветеранами подразделений особого риска [2]. Данная организационная форма корригирующей тренировки рассматривается как «Углубленная разминка», которая представляет собой увеличенную по продолжительности подготовительную часть учебно-тренировочного занятия с военнослужащими 8-й возрастной группы, т. е. 55 лет и старше.

Поэтому самостоятельные занятия в виде углубленной разминки могут быть рекомендованы занимающимся старшего возраста в качестве основной формы корригирующей тренировки по гимнастике в домашних условиях. Для достижения тренировочного эффекта их целесообразно проводить 4 раза в неделю в течение 30 мин.

В основе «Углубленной разминки» лежат методические принципы приоритетности, тренировочной направленности и разнообразия общеразвивающих упражнений, что позволяет в единстве решать задачи как оздоровительного, так и тренировочного характера: поддержание психического и улучшение функционального состояния, повышение уровня общей физической подготовленности занимающихся, а также поддержание у них гибкости и подвижности в суставах, силовых и координационных способностей, совершенствование пространственной ориентировки, вестибулярной устойчивости и внимания. Исходя из этого, был разработан методический алгоритм, который определял структуру и содержание занятия для самостоятельной корригирующей тренировки по гимнастике ветеранов подразделений особого риска в условиях самоизоляции (табл. 2).

Таблица 2 – Структура и содержание самостоятельного занятия по корригирующей гимнастике

№ упр	Содержание самостоятельного занятия «УГЛУБЛЕННАЯ РАЗМИНКА» (время – 30 мин)	Время (мин)
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯЧАСТЬ –1 мин		
Самоорганизация, контроль ЧСС, подготовка мест занятия и инвентаря		1
ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ – 25 мин УГЛУБЛЕННАЯ РАЗМИНКА: Комплексы общеразвивающих упражнений: вольные упражнения и упражнения с предметами		
Общеразвивающие упражнения в ходьбе на месте		**5**
1.	Ходьба на месте: ходьба на месте в медленном темпе; ходьба на месте в среднем темпе.	1
2.	Упражнения в ходьбе на месте: упражнение 1; упражнение 2.	3
3.	Ходьба на месте: ходьба на месте в среднем темпе; ходьба на месте в медленном темпе.	1
Общеразвивающие упражнения на месте		**20**
1.	Потягивающие упражнения: упражнение 1; упражнение 2.	3
2.	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса: упражнение 1; упражнение 2.	2
3.	Упражнения для мышц туловища: упражнение 1; упражнение 2.	3
4.	Упражнения для мышц ног: упражнение 1; упражнение 2.	2
5.	Упражнения для мышц всего тела: упражнение 1; упражнение 2; упражнение 3; упражнение 4.	6
6.	Специальные упражнения (в равновесии, пространственной ориентировке, на координацию, растягивание и др.): упражнение 1; упражнение 2; упражнение 3	3
Контроль ЧСС		**1**
ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ – 4 мин		
ЗАМИНКА: упражнения в глубоком дыхании и для расслабления мышц		3
1.	Упражнения в ходьбе на месте: упражнение 1.	1
2.	Упражнения на месте: упражнение 1; упражнение 2.	2
Контроль ЧСС		**1**

В соответствии с данным методическим алгоритмом нами разработаны и обоснованы шесть комплексов общеразвивающих упражнений по корригирующей гимнастике: комплекс «Вольные упражнения» и 5 комплексов общеразвивающих упражнений с предметами (табл. 2).

Комплекс № 1 «Вольные упражнения» является начальным комплексом общеразвивающих упражнений на этапе самостоятельной корригирующей тренировки. Он предназначен для решения не только задач общей физической подготовки, повышения координации, гибкости, внимания, но и задач, касающихся «втягивания» ветеранов подразделений особого риска в тренировочный режим занятий по корригирующей гимнастике, поддержания психического состояния в условиях самоизоляции.

Практика проведения «разминки» показала целесообразность использования различных предметов для повышения оздоровительного и тренировочного эффекта общеразвивающих упражнений. Они с успехом применяются на занятиях по корригирующей гимнастике с лицами старших возрастных групп.

Наиболее распространены упражнения с предметами, которые могут выполняться в домашних условиях, а именно: на стуле, с гимнастической палкой, со скакалкой, гантелями и медболом. Общеразвивающие упражнения с данными предметами легли в основу комплексов для проведения самостоятельных занятий «Углубленная разминка» в домашних условиях (табл. 3).

Таблица 3 – Наименование и направленность комплексов общеразвивающих упражнений для самостоятельных занятий по корригирующей гимнастике

Комплексы упражнений	Направленность
Комплекс № 1. «Вольные упражнения»	Общая физическая подготовка, координация, гибкость, внимание
Комплекс № 2 «Упражнения на стуле»	Общая физическая подготовка, гибкость, координация, внимание
Комплекс № 3 «Упражнения с гимнастической палкой»	Гибкость, координация, внимание, пространственная ориентировка
Комплекс № 4 «Упражнения со скакалкой»	Координация, гибкость, внимание, вестибулярная устойчивость
Комплекс № 5 «Упражнения с гантелями»	Силовая выносливость, гибкость, внимание
Комплекс № 6 «Упражнения с медболом»	Силовая выносливость, гибкость, координация, внимание

Использование в самостоятельной корригирующей тренировке указанных предметов позволяет расширить возможности воздействия общеразвивающих упражнений на организм занимающихся. Они в большой степени способствуют развитию и поддержанию подвижности в суставах, координационных и силовых способностей занимающихся, совершенствованию вестибулярной устойчивости, пространственной ориентировки, чувства равновесия и т. д.

В содержание комплексов не включены физические упражнения, которые требуют большой физической силы и статических напряжений, предполагают длительную задержку дыхания и максимальное натуживание, а также упражнения на растягивание с резкими наклонами и поворотами.

Особенности методики выполнения общеразвивающих упражнений. В комплексах общеразвивающих упражнений, кроме краткого описания их содержания, приведены организационно-методические указания, в которых определена дозировка нагрузки, темп выполнения упражнений, а также даны методические рекомендации по их выполнению данной категорией занимающихся.

Анализ учебно-методической литературы позволил определить следующие особенности выполнения общеразвивающих упражнений в процессе самостоятельных занятий в домашних условиях [6].

Занимающиеся старших возрастных групп ходьбу на месте выполняют в медленном (90-100 шагов в мин) и в среднем (100-110 шагов в мин) темпе. При необходимости применяется

ускоренная ходьба на месте в высоком темпе 110-120 шагов в минуту. В домашних условиях бег на месте и упражнения в беге на месте, как правило, не проводятся.

При самостоятельной тренировке упражнения выполняются следующими способами: в целом, по разделениям и потоком.

Способ «в целом» применяется для тренировки новых и ранее изученных упражнений, которые выполняются сначала в медленном, а затем – в более быстром темпе. Медленное выполнение упражнения способствует повышению концентрации внимания занимающихся на правильности двигательных действий, что позволяет более эффективно реализовывать функции самоконтроля и самокоррекции.

В рамках времени, отведенного на занятия «Углубленная разминка», и в соответствии с общим количеством упражнений комплексов необходимо придерживаться следующей примерной дозировки физической нагрузки: упражнения на восемь счетов повторяются 2-4 раза; упражнения на четыре счета – 4-6 раз; упражнения на два счета – 8-12 раз.

При выполнении упражнений занимающийся обязательно должен производить мысленный подсчет движений в нужном темпе и определять количество повторений. В некоторых случаях можно мысленно подавать себе команды на принятие исходных положений и выполнение упражнений: «Исходное положение – ПРИНЯТЬ», «Упражнение начи-НАЙ», «Упражнение – ЗАКОНЧИТЬ» (при упражнениях в ходьбе на месте) и «СТОЙ».

Ввиду отсутствия руководителя очень важно производить самоконтроль за своими движениями и выполнять все методические рекомендации, на что обратить особое внимание в каждом конкретном упражнении [4, 5, 9].

Способ по разделениям применяется при выполнении общеразвивающих упражнений, которые можно выполнять с остановками и фиксацией промежуточных положений. Его эффективность заключается в возможности тщательной самокоррекции неправильно выполненных движений в соответствии с методическими предписаниями. При способе по разделениям занимающийся мысленно подает разделительные команды «Делай – РАЗ, делай – ДВА, делай – ТРИ и т. д.», по каждой команде корректирует свои действия, а затем переходит к выполнению упражнения в целом.

Поточный способ (потоком) заключается в выполнении упражнений одно за другим без остановок и пауз для отдыха, в том числе и под музыкальное сопровождение. Следует отметить, что лицам старшего возраста поточное выполнение упражнений, как правило, не рекомендуется, так как на самостоятельных занятиях по оздоровительной корригирующей гимнастике ветеранов подразделений особого риска не ставится задача значительного повышения моторной плотности, объема и интенсивности физической нагрузки.

Методика комплексов упражнений с предметами имеет свои особенности, которые обусловлены, с одной стороны, спецификой этих средств, а с другой, возрастом занимающихся. Выполнение упражнений с предметами требует высокой самоорганизации, повышенных мер безопасности и предполагает определенный уровень теоретической и методической подготовленности занимающегося.

Общеразвивающие упражнения, выполняемые на стуле, направлены на повышение общей физической подготовки, поддержание гибкости, координации, внимания. Стул при выполнении упражнений корригирующей гимнастики используется как дополнительная опора или отягощение. Упражнения, в которых стул может применяться как препятствие, занимающимся старшего возраста не рекомендуются.

Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой являются эффективным средством поддержания гибкости и подвижности в суставах, совершенствования координационных способностей, пространственной ориентировки, повышения внимания. Длина гимнастической палки составляет 100-110 см, диаметр – 28-32 мм.

Общеразвивающие упражнения со скакалкой эффективно решают задачи поддержания гибкости, совершенствования координации, вестибулярной устойчивости, повышения внимания. В некоторых случаях ветераны могут выполнять простые прыжки координационной направленности через скакалку на небольшой амплитуде с учетом индивидуального физиологического состояния и физической подготовленности, а также и при наличии условий для выполнения прыжковых элементов.

Общеразвивающие упражнения с гантелями являются эффективным средством поддержания силовой выносливости, а также гибкости и повышения внимания. Гантели при выполнении упражнений силового характера используются как отягощение. Для углубленной разминки, как правило, используют об-

легченные гантели весом 1-1,5 кг.

Общеразвивающие упражнения с медболом (гимнастическим мячом) являются эффективным средством поддержания силовой выносливости, гибкости, координации и повышения внимания. Для проведения общеразвивающих упражнений применяются утяжеленные мячи весом 1-5 кг и диаметром 20-30 см. Мяч при выполнении упражнений используется как отягощение, препятствие, средство для метания и ловли, а также как дополнительная опора. При этом упражнения в прыжках через мяч лицам старших возрастных групп не рекомендуется. Упражнения в метании и ловле применяются при наличии условий для их выполнения.

Упражнения на гибкость с использованием гимнастической палки, скакалки, гантелей и медболом обязательно должны выполняться с постепенным увеличением амплитуды движений.

Комплексы общеразвивающих упражнений оказывают определенное воздействие на организм занимающихся. Проведенные экспериментальные исследования, к которым привлекались мужчины в возрасте 55-60 лет, показали, что каждый комплекс имеет свою «нагрузочную стоимость», о чем свидетельствуют средние результаты ЧСС после завершения «углубленной разминки» (рис. 1).

Наименьшую нагрузку испытуемые получили после выполнения упражнений без предмета и на стуле, наибольшую – с гантелями и медболом. В комплексах № 1, 2, 3, 4 физическая нагрузка по ЧСС для военнослужащих мужского пола возраста 55 лет и старше оценивается как средняя (Х – в диапазоне 100-115 уд./мин), а в комплексах № 5, 6 – как высокая (Х – в диапазоне 115-130 уд./мин).



Рисунок 1 – Показатели физической нагрузки после выполнения комплексов упражнений для углубленной разминки

Примечание: Комплексы общеразвивающих упражнений: № 1 – «Вольные упражнения», № 2 – «Упражнения на стуле», № 3 – «Упражнения с гимнастической палкой», № 4 – «Упражнения со скакалкой», № 5 – «Упражнения с гантелями», № 6 – «Упражнения с медболом».

Таким образом, создаются предпосылки для постепенного повышения физической нагрузки в процессе проведения самостоятельных занятий по корригирующей гимнастике. При этом нагрузку можно увеличивать ступенчатым способом за счет последовательного понедельного выполнения разнонагрузочных комплексов, начиная с комплекса № 1 «Вольные упражнения» и заканчивая комплексом № 6 «Упражнения с медболом» (как один из вариантов). На наш взгляд, такой подход может сделать более эффективным процесс «втягивания» данной категории обучаемых в режим корригирующей тренировки в условиях самоизоляции.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты проведенного исследования свидетельствуют о том, что самостоятельная корригирующая тренировка по гимнастике ветеранов подразделений особого риска в условиях самоизоляции должна иметь оздоровительно-поддерживающую направленность. Основной ее организационной формой являются 30-минутные самостоятельные занятия, которые проводятся в виде «углубленной разминки». В содержание входят шесть комплексов общеразвивающих упражнений различной направленности как без предметов, так и с применением таких предметов, как стул, гимнастическая палка, скакалка, гантели и медбол. Рекомендуемые комплексы предназначены для занимающихся старшего возраста,

которые по медицинским показателям имеют небольшие отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья и без существенных функциональных расстройств, а также если им не противопоказаны соответствующие физические нагрузки [12]. Комплексы разработаны на основании методических алгоритмов, в которых составлены физические упражнения в строго определенной последовательности, даны организационные указания и методические рекомендации по их выполнению.

В условиях самоизоляции ветераны в процессе корригирующей тренировки являются активным субъектом «физкультурной деятельности». Поэтому функция самоконтроля за психическим и функциональным состоянием, объемом и интенсивностью физической нагрузки должна быть для них основополагающей и носить не только рекомендательной, но и обязательный характер. При этом самоконтроль предполагает немедленное принятие решений по корректированию обнаруженных отклонений от нормы как в самой системе самостоятельных занятий корригирующей гимнастикой, так и в своем психофизиологическом и функциональном состоянии.

Особое значение имеет учет результатов самоконтроля. Лицам старших возрастных групп целесообразно в специальном дневнике регулярно регистрировать самочувствие, настроение, степень утомления, вес, пульс, аппетит, сон, болевые ощущения, а также регистрировать соблюдение правильного режима отдыха и питания.

Таким образом, проведенные исследования показали, что предложенная самостоятельная корригирующая тренировка по гимнастике оздоровительно-поддерживающей направленности может быть рекомендована занимающимся старших возрастных групп в качестве содержательной и методической основы для занятий в условиях самоизоляции.

ЛИТЕРАТУРА

1. Александровский, Ю. А. Психогении в экстремальных условиях / Ю. А. Александровский, О. С. Лобастов, Л. И. Спивак, В. П. Щукин. – М. : Медицина, 1991. – 96 с.
2. Баранова, О. В. Применение комплексов упражнений корригирующей гимнастики на занятиях с ветеранами подразделений особого риска для поддержания физического развития и функционального состояния / О. В. Баранова, А. И. Даценко, К. В. Бученков / Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2018. – № 2. – С. 117-123.
3. Благинин, А. А. Пограничные функциональные состояния организма операторов и методы их коррекции / А. А. Благинин, М. В. Каптыгин, И. И. Жильцова. – СПб. : ЛГУ им. А.С. Пушкина, 2014. – 172 с.
4. Вихрук, Т. А. Медико-педагогическое обоснование индивидуально-типологического подхода при организации занятий по физической подготовке курсантов / Т. А. Вихрук, В. Л. Пашута, В. В. Аржаков // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2014. – № 9 (103). – С. 126-131.
5. Готовцев, П. И. Самоконтроль при занятиях физической культурой : учеб. пособие / П. И. Готовцев, В. И. Дубровский. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 126 с.
6. Кислый, А. Н. Корригирующая гимнастика как основа оздоровительных занятий по реабилитации ветеранов подразделений особого риска / А. Н. Кислый, О. В. Баранова, Е. В. Враге // Гимнастика: теория, методика, практика : сб. науч. матер. межвуз. науч.-практ. конф. – СПб. : ВИФК, 2018. – С. 57-63.
7. Леонов, А. А. Влияние изоляции на психическое состояние / А. А. Леонов, В. И. Лебедев // Хрестоматия по психологии : учеб. пособие; ред. А. В. Петровского. – М. : Просвещение, 1987. – С. 47-64.
8. Миронов, В. В. Педагогическая модель оздоровительной корригирующей тренировки по гимнастике с ветеранами подразделений особого риска / В. В. Миронов, А. Н. Кислый, О. В. Баранова // Научно-спортивный вестник Урала и Сибири. – Урал ГУФК, 2020. – № 2 (26). – С. 38-44.
9. Пашута, В. Л. Использование дистанционных образовательных технологий в российском высшем образовании / В. Л. Пашута, А. М. Фофанов // Мир образования – образование в мире. – 2014. – № 1 (53). – С. 82-87.
10. Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»: постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 года № 540.
11. Смазнов, К. С. Методика поэтапного поддержания гибкости у офицеров старших возрастных групп военно-учебных заведений / К. С. Смазнов, А. Л. Старовойтов, А. Н. Кислый // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 9. – С. 48-50.
12. Тришкин, Д. В. Физическая реабилитация пациентов с новой корона вирусной инфекцией SARC-CoV-2 (COVID-19) в стационаре / Д. В. Тришкин, Е. В. Крюков, Д. В. Фролов и др. // Военно-медицинский журнал. – 2020. – № 9. – С. 19-25.

REFERENCES

1. Alexandrovsky, Yu. A. Psychogeny in extreme conditions / Yu. A. Alexandrovsky, O. S. Lobastov, L. I. Spivak, V. P. Schukin. – Moscow : Medicine, 1991. – 96 p.
2. Baranova, O. V. Application of exercise complexes of corrective gymnastics in classes with veterans of special risk units to maintain physical development and functional condition / O. V. Baranova, A. A. Datsenko, K.V. Buchenkov / Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2018. – No. 2. – P. 117-123.
3. Blaginin, A. A. Border functional states of the body of operators and methods for their correction / A. A. Blaginin, M. V. Kaptygin, I. I. Zhiltsova. – St. Petersburg : the Leningrad Pushkin State University, 2014. – 172 p.
4. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical justification of an individual and typological approach during organizing classes in physical training of cadets / T. A. Vikhruk, V. L. Pashuta, V. V. Arzhakov // Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2014. – No. 9 (103). – P. 126-131.
5. Gotovtsev, P. I. Self-control in physical education: training manual / P. I. Gotovtsev, V. I. Dubrovsky. – Moscow : Physical education and sports, 1984. – 126 p.
6. Kisly, A. N. Correcting gymnastics as the basis of wellness classes for the rehabilitation of veterans of special risk units / A. N. Kisly, O. V. Baranova, E. V. Vrage // Gymnastics: theory, methodology, practice : Col. of proceedings of the interinstitutions of higher education conf. – St. Petersburg : MIPT, 2018. – P. 57-63.
7. Leonov, A.A. The influence of isolation on the mental state : Textbook on psychology : training manual / A.A. Leonov, V. I. Lebedev; Ed. by A. V. Petrovsky. – Moscow : Prosveshchenie, 1987. – P. 47-64.
8. Mironov, V. V. Pedagogical model of recreational corrective training in gymnastics with veterans of special risk units / V. V. Mironov, A. N. Kisly, O. V. Baranova // Scientific and Sports Bulletin of the Urals and Siberia. – Ural GUFK, 2020. – No. 2 (26). – P. 38-44.
9. Pashuta, V. L. The distance educational technologies use in the Russian higher education / V. L. Pashuta, A.M. Fofanov // World of education – education in the world. – 2014. – No. 1 (53). – P. 82-87.
10. Regulation on the All-Russian Sports and Sports Complex «Ready for Labor and Defense»: Decree of the Government of the Russian Federation of June 11, 2014 No. 540.
11. Smaznov, K. S. Technology of Phased Maintenance of Flexibility in Officers of Senior Age Groups of Military Educational Institutions / K. S. Smaznov, A. L. Starovoitov, A. N. Kisly // Theory and practice of Physical Culture. – 2014. – No. 9. – P. 48-50.
12. Trishkin, D. V. Physical rehabilitation of patients with a new coronavirus infection SARC-CoV-2 (COVID-19) in hospital / D. V. Trishkin, E. V. Kryukov, D. V. Frolov [et al.] // Voenno-meditsinkiy zhurnal. – 2020. – No. 9.

УДК 796.011.2(075.8)

АЭРОБИКА КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СТРУКТУРЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОК КЛАССИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Хуббиев Шайкат Закирович, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Лукина Светлана Михайловна, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, доцент, заведующий кафедрой физической культуры и спорта, Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург.

AEROBICS AS A MEANS OF PHYSICAL TRAINING IN THE STRUCTURE OF A HEALTHY LIFESTYLE OF CLASSICAL UNIVERSITY STUDENTS

Khubbiev Sh.Z., Honorary Higher Education Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Researcher at the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Lukina S.M., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Associate Professor, Head of the Department of Physical Training and Sports, St. Petersburg State University, St. Petersburg.

Аннотация:

Цель работы – показать значение аэробики как средства физической активности в структуре здорового образа жизни студенток классического университета; методы исследования: анализ и обобщение литературы, педагогический (констатирующий) эксперимент, математико-статистическая обработка данных; контингент испытуемых – студентки классического университета; основные результаты – обоснование необходимости включения в содержание физической культуры и спорта аэробики для повышения оздоровительного потенциала студенток.

Ключевые слова:

аэробика, студентки классического университета, здоровый образ жизни.

Abstract:

The purpose of the work is to show the importance of aerobics as a means of physical activity in the structure of a healthy lifestyle among female students of a classical university; The research methods used were: analysis and review of literature, pedagogical (ascertaining) experiment, mathematical and statistical data processing; the contingent of the subjects - students of the classical university; main results - the need to include aerobics in the content of physical training and sports to increase the health potential of female students has been substantiated.

Key words:

aerobics, classical university students, healthy lifestyle.

ВВЕДЕНИЕ

Важным фактором, определяющим успех в образовательном процессе и качество жизнедеятельности студенток университета, является состояние их здоровья. Оно, как известно, зависит от их образа жизни. Укрепление и сохранение здоровья студентов в данном контексте выступает в качестве основной задачи, стоящей перед ними и преподавателями физической культуры и спорта [3, 6].

Физическая культура и спорт являются важными средствами укрепления здоровья студенческой молодежи. Это соответствует положениям Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года [8].

В ней прописано, что: 1) миссия государства в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации заключается в формировании культуры и ценностей здорового образа жизни как основы устойчивого развития общества и качества жизни населения; 2) к ценностям физической культуры и спорта, в частности, отнесено формирование навыков и умений в сфере физической культуры и спорта, прежде всего, для сохранения здоровья и активного долголетия, обеспечения физического и духовного благополучия; 3) к приоритетным направлениям развития сферы физической культуры и спорта отнесено со-

вершенствование здоровья людей.

С учетом положений Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года необходимо осуществить комплекс мероприятий, направленных на совершенствование физической культуры в классических университетах, в частности, касающихся повышения посещаемости обязательных занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт», расширения содержания этих занятий за счет включения в рабочую программу дисциплины новых видов физической активности, мотивирующих студентов к систематическим физическим нагрузкам. Необходимо целенаправленно проводить работу по приобщению студентов к ведению здорового образа жизни и за счет этого улучшать состояние их здоровья.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Цель работы состоит в том, чтобы показать значение аэробики как средства оздоровительной физической активности в структуре здорового образа жизни студенток классического университета. В работе использовались такие методы исследования: анализ и обобщение литературы, педагогический (констатирующий) эксперимент, контрольные испытания, математико-статистическая обработка данных исследования.

Известно, что уровень здоровья человека на 10-15 процентов зависит от медицины, на 15-20 процентов – от генетических факторов, на 20-25 процентов – от состояния окружающей среды и на 50-55 процентов – от образа жизни. Итак, здоровье в наибольшей степени зависит от образа жизни человека. Поэтому каждый человек может быть здоровым, если ведет именно здоровый образ жизни.

Здоровый образ жизни составляют: рациональное питание; регулярные физические нагрузки; личная гигиена; закаливание организма; отказ от вредных привычек; плодотворный труд, рациональный режим труда и отдыха; позитивное восприятие жизни [5]. Учитывая, что физические упражнения, гигиенические факторы, естественные силы природы (как фактор закалки) – это средства физической культуры, то доля физической активности в укреплении здоровья студенток достаточно большая. Поэтому регулярная физическая активность является ведущим компонентом здорового образа жизни. Если же занятия физической культурой и спортом не регулярны, либо исключены из образа жизни, то долевой вклад физической активности студенток в ЗОЖ будет снижаться до нуля. Но при этом возрастет зависимость здоровья девушек от наследственности, медицины и воздействия неблагоприятных факторов внешней среды.

Современное образование связано с интенсификацией образовательного процесса, вызывающего повышение психоэмоциональными и умственными нагрузками, повышением требований к освоению студентками компетенций. Все это может привести к нарушению режима труда и отдыха, невозможности заниматься двигательной активностью, снижению уровня функциональных возможностей организма, адаптационного потенциала девушек, ухудшению показателей их работоспособности, повышению утомляемости.

Оказалось, что, проходя образовательную подготовку в университете, здоровье студенток от курса к курсу все более ухудшается и в конечном итоге за период обучения на бакалавриате их заболеваемость по разным патологиям достигает величин, соответствующих 23-60 процентам. Исходя из этого, роль физической культуры и спорта как средств укрепления здоровья студенток существенно возрастает.

Но возможности физической культуры и спорта в должной мере не реализуются, так как посещаемость физкультурно-спортивных занятий падает, в силу этого уровень физической подготовленности студенток не отвечает установленным требованиям и соответственно отражается на состоянии их здоровья [1] и на выполнении норм и требований, определенных положением о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе ГТО.

Низкая физическая подготовленность студенток закладывается еще в период школьного обучения. Об этом свидетельствуют данные ежегодных проведенных (2014-2018 гг.) мониторингов физической подготовленности и состояния здоровья студенток, поступивших на первый курс обучения в классическом университете. При этом им предлагалось выполнять упражнения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, предусмотренные для 6-й ступени, предназначенные для женщин 18-24 лет (табл. 1).

Данные таблицы показывают, что показатели выполнения студентками упражнений по своему уровню ниже требований для награждения бронзовым значком ГТО, а результаты в отдельных упражнениях по годам поступле-

ния в классический университет отражают тенденцию их ухудшения.

Характерно, что подобная тенденция проявилась и на 1-3 курсах обучения этих же студентов по дисциплине физическая культура и спорт. Каков же выход из сложившейся ситуации? Очевидно, необходимо изменить отношение студенток к занятиям по физической культуре и спорту и убедить их в том, что физическая активность является достаточно эффективным и «дешевым лекарством» для их оздоровления.

Таблица 1 – Показатели физической подготовленности студенток первого курса обучения, x+m

Исследуемые показатели	Нормативы бронзового значка ГТО	Годы обследования (x+m)				
		2014	2015	2016	2017	2018
		n=120	n=100	n=120	n=100	n=110
Бег 100 м, с	17,5	17,9+1,57	18,1+1,62	17,8+1,59	18,3+1,55	18,2+1,61
Бег 2км, мин/с	11,35	12,21+2,74	12,32+2,69	11,48+2,77	12,18+2,73	12,26+2,72
Сгибание-разгибан. рук в упоре лежа, кол-во раз	10	10,5+1,28	10,6+1,26	11,3+1,37	9,8+1,39	9,3+1,41
Наклон туловища вперед из положения стоя, см	8	11,4+0,32	10,4+0,35	11,6+0,33	9,0+0,32	9,9+0,35
Прыжок с места, см	170	154,4+6,3	154,9+6,6	155,5+6,7	155,1+6,4	154,9+6,2
Поднимание туловища из положения лежа на спине, к-во раз	34	28,9+1,35	28,4+1,37	28,7+1,34	28,5+1,37	28,0+1,35

Студентки должны осознать роль и место физической активности в образе жизни и то, что занимаясь физической культурой и спортом, они приобретают способность управлять состоянием своего здоровья.

Преподавателям физической культуры и спорта университета следует студенток как физически развивать, так и мотивировать их к регулярной физической активности – важнейшей составляющей здорового образа жизни. Они должны организовать физическую культуру и спорт в университете как системный педагогический процесс, охватывающий все компоненты ЗОЖ студенток во взаимосвязи и взаимодополнительности; направить физическую культуру и спорт на их здоровьеформирование. Это позволит формировать у студенток на занятиях по физической культуре и спорту здоровьесберегающие компетенции, которые будут пронизывать их образовательную деятельность, повседневную жизнь, досуг, творчество, а в будущем и профессиональный труд, процесс воспитания детей и др.

Решению этих задач будет способствовать включение в содержание учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» аэробики, возможности которой таят в себе много оздоровительного. В чем оно состоит?

Во-первых, аэробика и составляющие ее виды физической активности весьма популярны у молодежи. Она несет в себе возможность мотивировать студенток к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Аэробика как модифицированный вид гимнастики – это совокупность доступных для студенток последовательно выполняемых упражнений

под музыку, которые обеспечивают комплексное развитие различных мышечных групп и выработку ритмичности в движениях.

Наша точка зрения согласуется с позицией ряда авторов [9], полагающих, что при реализации принципа оздоровительной направленности в ходе занятий по гимнастике и атлетической подготовке за счет целенаправленного отбора и конкретизации организационных форм, содержания, методов и методических приемов обучения нужно применять комплексы общеразвивающих упражнений с учетом их приоритетности, многофункциональности, избирательности и профилактической направленности.

Танцевальная аэробика своеобразно сочетает ритмическую гимнастику, народный танец, акробатику, диско, дзен, йогу, балет и легкоатлетические упражнения. В таком качестве ее целесообразно рассматривать как важную составляющую здорового образа жизни молодежи. По мнению большинства специалистов, аэробика ценна тем, что улучшает функциональное состояние, совершенствуя нервную регуляцию, функции сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем. Занятия аэробикой благоприятствуют развитию у студенток силы, быстроты, выносливости, гибкости ловкости, пластичности в движениях. Музыкальное сопровождение занятий аэробикой обеспечивает повышение настроения девушек, что, в свою очередь, мотивирует их к регулярным занятиям оздоровительной физической активностью, повышает эффективность аэробных упражнений. Применение на занятиях аэробикой танцевальных упражнений, прыжков, различного бега и других ее составляющих ведет к росту потребления кислорода, стимулированию функций дыхательной и сердечно-сосудистой систем студенток. Аэробику отличает непрерывность упражнений, а это можно рассматривать как фактор оздоровления и тренировки. Она способствует улучшению подвижности в суставах, увеличению амплитуды движений и развития ловкости студенток [2].

Аэробика предполагает выполнение упражнений сидя, лежа, в партере. Они совершенствуют функции кровообращения и компенсируют негативные последствия гиподинамии, особенно в условиях самоизоляции, обусловленной пандемией COVID-19.

Упражнения с разнообразными отягощениями (вес собственного тела, гантели и др.), с преодолением сопротивления (при использовании эспандера), либо сидя и лежа, можно отнести к силовой части аэробики. Выполнение разнообразных упражнений пластической гимнастики в процессе занятия аэробикой снимает физическое и умственное утомление.

Релаксационные упражнения пластической гимнастики обеспечивают психо-мышечную регуляцию. Их релаксационный эффект возможен за счет выполнения плавных движений, скручиваний, расслаблений после мышечных напряжений, которые широко применяются при лечении неврастении, остеохондроза, астении, а также при возникновении стрессовых состояний.

Пластическая гимнастика – это система упражнений для частей тела, она основана на растягивающих, статистических, динамических упражнениях и хореографии. Как перспективное направление оздоровительной физической культуры, она обеспечивает антистрессовый эффект за счет: минимизации повреждающего воздействия стресса, достигаемой путем саморегуляции; релаксирующего влияния пластической гимнастики, которое вызывает рост чувствительности стрессторможящих и снижение чувствительности стрессреализующих механизмов; снижения скорости прохождения сигналов, исходящих от гормонов [7].

Наибольшая ценность восстановительной гимнастики в составе аэробики – своевременное расслабление задействованных в силовой мышечной работе и создание статического напряжения для другой группы мышц [4]. Из разнообразных ее вариантов наиболее целесообразен тот, который выполняется экономичнее, то есть с наименьшими мышечными усилиями.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, повышение объема физической активности студенток классического университета и их мотивации к занятиям физической культурой за счет включения в их содержание средств силовой, восстановительной, пластической гимнастики, отличающихся оздоровительной направленностью, как составляющих современной аэробики. Это будет способствовать улучшению показателей посещаемости и успеваемости студенток классического университета по дисциплине «Физическая культура и спорт», освоению ими основ здорового образа жизни и соответственно скажется на их оздоровлении.

ЛИТЕРАТУРА

1. Величко, Т. И. Физическая подготовленность и здоровье современных студентов / Т. И. Величко, Г. В. Власов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. Выпуск 1. – Тула : Изд-во ТулГУ, 2018. – С. 16-20.
2. Горцев, Г. Аэробика. Фитнесс. Шейпинг / Г. Горцев. – М. : Вече, 2011. – 211 с.
3. Ильинич, В. И. Физическая культура студента и жизнь : учеб. для вузов / В. И. Ильинич. – М. : Гардарики, 2007. – 366 с.
4. Менхин, Ю. В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика / Ю. В. Менхин, А. В. Менхин. – Ростов н/Д : Феникс, 2002. – 384 с.
5. Овчинников, Б. В. Основы здорового образа жизни для всех / Б. В. Овчинников, И. Ф. Дьяконов, Т. И. Дьяконова. – СПб. : СпецЛит, 2018. – 126 с.
6. Оздоровительные программы по физической культуре и спорту : учеб. пособие / Р. С. Минвалеев, Т. Е. Коваль, Л. В. Ярчиковская [и др.]; под ред. Ш. З. Хуббиева, С. Ш. Намозовой, Т. Л. Незнамовой. – СПб. : Изд-во С.-Петерб. Ун-та, 2014. – 234 с.
7. Попков, А. В. Этика в действии: Антистрессовая пластическая гимнастика : учеб.-метод. пособие / А.В. Попков, С. А. Нагорных. – Барнаул : Издательская группа «Си-пресс», 2013. – 88 с.
8. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года : утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. № 3081-р
9. Щуров, А. Г. Принцип оздоровительной направленности гимнастики и атлетической подготовки / А.Г. Щуров, М. Т. Лобжа, К. С. Смазнов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С. 178-182.

REFERENCES

1. Velichko, T. I. Physical fitness and health of modern students // Bulletin of the Tula State University. Physical education. Sport. Issue 1 / T. I. Velichko, G. V. Vlasov. – Tula : Publishing house of TulSU, 2018. – P. 16-20.
2. Gortsev, G. Aerobics. Fitness. Shaping / G. Gortsev. – Moscow : Veche, 2011. – 211 p.
3. Ilyinich, V. I. Physical training of a student and life : a textbook for universities / V. I. Ilyinich. – Moscow : Gardariki, 2007. – 366 p.
4. Menkhin, Yu. V. Wellness gymnastics: theory and methodology / Yu. V. Menkhin, A. V. Menkhin. – Rostov on Don : Phoenix, 2002. – 384 p.
5. Ovchinnikov, B. V. Basics of a healthy lifestyle for everyone / B. V. Ovchinnikov, I. F. Dyakonov, T. I. Dyakonova. – St. Petersburg : SpetsLit, 2018. – 126 p.
6. Health-improving programs in physical training and sports: a textbook / R. S. Minvaleev, T. E. Koval, L. V. Yarchikovskaya [et al.]; Ed. by Sh. Z. Khubbiev, S. Sh. Namozova, T. L. Neznamova. – St. Petersburg : Publishing house of Saint Petersburg University, 2014. – 234 p.
7. Popkov, A. V. Ethics in action: Anti-stress plastic gymnastics : Training manual / A. V. Popkov, S. A. Nagornykh. – Barnaul : Publishing group Si-press, 2013. – 88 p.
8. Strategy for the development of physical training and sports in the Russian Federation for the period up to 2030 : Approved by the order of the Government of the Russian Federation of November 24, 2020 No. 3081-r.
9. Shchurov, A. G. The principle of health-improving orientation of gymnastics and athletic training / A. G. Shchurov, M. T. Lobzha, K. S. Smaznov // Actual problems of physical and special training of law enforcement. – St. Petersburg : MIPT, 2020. – No. 4. – P. 178-182.

УДК 796.07

ОБ УРОВНЕ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ, ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТАТУСА ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В НАЧАЛЕ ПОЛЕВЫХ УЧЕНИЙ

Щуров Алексей Григорьевич, доктор педагогических наук, профессор, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Федоренко Олег Александрович, кандидат педагогических наук, начальник НИО Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Варжеленко Иван Иванович, кандидат педагогических наук, доцент, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Черевкова Татьяна Николаевна, научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

THE LEVEL OF MORPHOFUNCTIONAL STATE, PHYSICAL READINESS AND PSYCHOEMOTIONAL STATUS OF MILITARY PERSONNEL AT THE BEGINNING OF THE FIELD EXERCISES

Shchurov A.G., Doctor of Pedagogics, Professor, Senior Researcher at the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Fedorenko O.A., Candidate of Pedagogics, Head of the Research Department of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Varzhelenko I.I., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Senior Researcher at the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Cherevkova T.N., Researcher at the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье представлены результаты исследования уровня морфофункционального состояния, физической подготовленности и психоэмоционального статуса военнослужащих в начале полевых учений. Показано, что военнослужащие со средними показателями уровня функционального состояния, физической подготовленности и психоэмоционального статуса могут достаточно эффективно решать учебно-боевые задачи во время полевых учений при условии, что их выполнение не предполагает экстремальных усилий.

Ключевые слова:

полевые учения, функциональное состояние, физическая подготовленность, психологический статус.

Abstract:

The article presents the results of a study of the level of morphological and functional state, physical fitness and psychoemotional status of military personnel at the beginning of field exercises. It has been shown that military personnel with average indicators of the level of functional state, physical fitness and psychoemotional status can quite effectively solve combat training tasks during field exercises, provided that their implementation does not imply extreme efforts.

Key words:

field exercises, functional state, physical fitness, psychological status.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время Вооруженные Силы РФ уделяют повышенное внимание полевой, морской и воздушной выучке [2]. С этой целью боевая подготовка войсковых частей и соединений различных видов и родов войск переносится из пунктов постоянной дислокации в полевые условия [3].

Увеличивается количество и масштаб ежегодных полевых учений, которые заставляют переосмыслить многие устоявшиеся положения по отношению к уровню физического

развития, функционального и психического состояния, физической и боевой подготовленности в целом [4].

Целью данной работы явилось исследование и оценка уровня морфофункционального состояния, физической подготовленности и психоэмоционального статуса военнослужащих в начале полевых учений для его эффективного обеспечения выполнения учебно-боевых задач во время полевых учений.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В исследованиях приняли участие группы военнослужащих десяти подразделений воинской части 22220. Средний возраст военнослужащих составил 22,9 ± 0,8 лет. Перечень подразделений, от которых участвовали военнослужащие, представлен в примечании к таблице 1. Полевые учения проводились в Волгоградской области.

В дальнейшем при изложении материала будет применяться термин «физическое состояние», которое определяется как совокупность показателей физического развития (морфофункциональных показателей), функционального состояния и физической подготовленности испытуемых [4, 5, 6].

В данных исследованиях физическое развитие оценивалось по показателям измерения роста (см) и массы тела (кг) испытуемого, расчетного индекса массы тела (ИМТ), а также окружности грудной клетки (ОГК), жизненной емкости легких (ЖЕЛ) и кистевой динамометрии (КД) [7], а функциональное состояние – по показателям частоты сердечных сокращений (ЧСС) в покое, систолического и диастолического артериального давления (САД и ДАД) в покое, индекса Руфье, адаптационного потенциала (АП) по Р.М. Баевскому и уровня физического состояния (УФС) по Е.А. Пироговой.

Физическая подготовленность оценивалась по результатам выполнения следующих упражнений из НФП-2009 [1]: упражнение № 4 (подтягивание на перекладине), упражнение № 41 (бег на 100 м), упражнение 46 (бег на 3 км), и упражнение № 52 (метание гранаты 600 г на дальность).

Для исследования психоэмоционального статуса применялась методика диагностики тревожности Ч.Д. Спилберга в русскоязычной адаптации Ю.Л. Ханина [8].

Военно-профессиональная деятельность участвовавших в исследованиях групп военнослужащих от разных подразделений была оценена командирами соответствующих подразделений по основным направлениям, характеризующим выполнение боевых задач по предназначению. Оценка производилась по пятибалльной шкале.

В результате исследования физического развития (табл. 1) было установлено, что несмотря достаточно высокий разброс индивидуальных показателей, в целом, они находились на уровне нормальных значений.

Таблица 1 – Средние значения показателей физического развития военнослужащих (M±m), n=223

Подразделения (количество военнослужащих)	Показатели					
	Рост, см	Масса тела, кг	ИМТ, кг/м2	ОГК, см	ЖЕЛ, мл	КД, кг
2 МСБ (n=20)	178 ± 0,2	72,5 ± 2,0	23,0 ± 0,7	95,3 ± 1,4	3220 ± 140	49,8 ± 1,7
3 МСБ (n=24)	178 ± 0,1	68,2 ± 2,3	23,5 ± 0,7	95,5 ± 1,5	4000 ± 120	46,2 ± 1,4
РБ (n=16)	176 ± 0,2	77,4 ± 2,8	24,5 ± 0,7	96,0 ± 1,5	3930 ± 130	50,5 ± 1,5
всРБ (n=12)	176 ± 0,2	70,0 ± 2,3	22,5 ± 0,7	88,6 ± 1,5	5840 ± 210	50,7 ± 2,4
ТБ (n=40)	170 ± 0,1	70,3 ± 1,6	23,3 ± 0,5	90,5 ± 1,3	3400 ± 100	49,6 ± 1,3
рРХБЗ (n=14)	175 ± 0,1	68,4 ± 1,6	22,5 ± 0,6	88,7 ± 1,0	3400 ± 220	45,8 ± 2,0
СР (n=25)	176 ± 0,1	72,3 ± 2,2	23,3 ± 0,7	89,2 ± 1,5	3670 ± 140	53,6 ± 1,5
рРЭБ (n=30)	177 ± 0,1	73,5 ± 2,3	23,3 ± 0,6	90,9 ± 1,3	3720 ± 130	54,7 ± 1,6
БМО (n=15)	173 ± 0,1	70,3 ± 2,9	23,5 ± 0,9	87,3 ± 1,3	3420 ± 100	48,5 ± 2,4
ГСАДн (n=26)	175 ± 0,2	75,2 ± 2,3	24,5 ± 0,6	88,8 ± 1,6	3850 ± 100	53,6 ± 1,9
Среднее значение	175 ± 0,3	71,8 ± 2,1	23,4 ± 0,7	91,1 ± 1,5	3845 ± 154	50,3 ± 1,8

Примечание: МСБ – мотострелковый батальон, РБ – разведывательный батальон; всРБ – взвод связи разведывательного батальона; ТБ – танковый батальон; рРХБЗ – рота радиационной химической биологической защиты; СР – стрелковая рота; рРЭБ – рота радиоэлектронной борьбы; БМО – батальон материального обеспечения; ГСАДн – гаубичный самоходный артиллерийский дивизион.

Так, средний показатель ИМТ обследуемых был равен 23,4±0,7, жизненной емкости легких – 3845 ± 154 мл, кистевой динамометрии – 50,3 ± 1,8 кг.

Функциональное состояние оценивалось на основании анализа как индивидуальных, так и средних показателей в группах от подразделений и за все группы (табл. 2). Индивидуальные индексы пробы Руфье выявили, что у 20% военнослужащих отмечался средний уровень функционального состояния сердечно-сосудистой системы и у 80 % – удовлетворительный.

Показатель АП системы кровообращения по Р.М. Баевскому свидетельствовал о том, что функциональные возможности организма военнослужащих находятся на низком уровне (средний показатель равен 3,6 ± 0,2 усл. ед.). Эти лица нуждаются в мероприятиях для повышения защитных свойств организма, усиления компенсаторных возможностей.

Таблица 2 – Средние значения показателей функционального состояния военнослужащих во время учений (M ±m), n=223

Подразделения (количество военнослужащих)	Показатели					
	ЧСС, уд./мин	САД, мм рт. ст.	ДАД, мм рт. ст.	Индекс Руфье, усл. ед.	АП, усл. ед	УФС, усл. ед.
2 МСБ (n=20)	74,9 ± 1,5	113,9 ± 1,4	77,0 ± 1,2	6,0 ± 0,4	3,4 ± 0,4	0,7 ± 0,02
3 МСБ (n=24)	74,7 ± 2,5	115,7 ± 2,9	68,8 ± 1,5	6,8 ± 0,5	3,2 ± 0,1	0,9 ± 0,01
РБ (n=16)	77,6 ± 2,7	125,0 ± 3,8	81,5 ± 1,2	6,4 ± 0,8	4,0 ± 0,4	0,6 ± 0,01
всРБ (n=12)	70,5 ± 3,3	117,1 ± 3,3	74,1 ± 2,3	7,9 ± 0,8	3,6 ± 0,1	0,8 ± 0,04
ТБ (n=40)	73,2 ± 1,5	123,7 ± 1,5	79,5 ± 1,7	8,2 ± 0,5	3,9 ± 0,1	0,7 ± 0,02
рРХБЗ (n=14)	74,7 ± 2,9	117,5 ± 2,0	76,1 ± 1,7	8,3 ± 0,8	3,7 ± 0,1	0,7 ± 0,03
СР (n=25)	78,9 ± 1,7	123,8 ± 1,6	75,8 ± 1,7	7,7 ± 0,6	3,9 ± 0,1	0,7 ± 0,03
рРЭБ (n=30)	69,5 ± 1,3	122,7 ± 1,4	80,8 ± 1,6	7,0 ± 0,6	3,8 ± 0,1	0,7 ± 0,02
БМО (n=15)	74,5 ± 1,6	118,7 ± 1,6	70,7 ± 1,9	6,9 ± 0,8	3,7 ± 0,1	0,7 ± 0,02
ГСАДн (n=26)	74,6 ± 1,6	124,4 ± 1,6	81,9 ± 1,4	5,5 ± 1,1	4,0 ± 0,1	0,7 ± 0,02
Среднее значение	74,3	120,3	76,6	7,1	3,6	0,7

Примечание: ЧСС – частота сердечных сокращений; САД – систолическое артериальное давление; ДАД – диастолическое артериальное давление; АП – адаптационный потенциал; УФС – уровень физического состояния.

Оценка УФС по Е.А. Пироговой показала, что по среднему показателю военнослужащих всех подразделений (0,7 ± 0,02 усл. ед.) физическое состояние характеризуется как среднее.

Из полученных данных видно, что функциональное состояние военнослужащих в группах от участвующих в учениях подразделений примерно одинаковое.

Следует также отметить, что представленные предварительные данные, характеризующие функциональное состояние, свидетельствуют о некоторой их противоречивости. Вместе с тем в целом анализ этих результатов позволил оценить функциональное состояние военнослужащих как пограничное между «средним» и «удовлетворительным».

Третьим компонентом, характеризующим уровень физического состояния, как было уже сказано, является физическая подготовленность. Результаты ее тестирования в отдельных группах от подразделений представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Распределение военнослужащих по индивидуальным оценкам физической подготовленности в группах от подразделений, (%)

Подразделения (количество военнослужащих)	Оценки физической подготовленности			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
2 МСБ (n=20)	0	5,0	80,0	15,0
3 МСБ (n=24)	0	4,2	67,2	28,6
РБ (n=16)	6,3	37,0	50,4	6,3
всРБ (n=12)	8,3	24,6	66,6	0
ТБ (n=40)	0	7,5	87,5	5,0
рРХБЗ (n=14)	7,1	35,5	49,7	7,1
СР (n=25)	8,0	40,0	48,0	4,0
рРЭБ (n=30)	0	6,4	88,2	6,4
БМО (n=15)	6,7	33,5	53,1	6,7
ГСАДн (n=26)	3,7	29,7	62,9	3,7

Из результатов таблицы следует, что все группы подразделений по физической подготовке можно оценить на «удовлетворительно». В лучшую сторону отмечается подготовка групп военнослужащих от РБ, всРБ, рРХБЗ, СР, БМО и ГСАДн. Относительно низкие результаты показали военнослужащие 2 и 3 МСБ и рРЭБ.

Средние показатели физической подготовленности военнослужащих (табл. 4) свидетельствуют о том, что в отдельных упражнениях хорошие результаты показали военнослужащие рРХБЗ, БМО, ГСАДн в упражнении № 4 (подтягивание на перекладине), а в упражнении № 52 (метание гранаты 600 г на дальность) – военнослужащие СР.

Таблица 4 – Средние результаты выполнения физических упражнений военнослужащими по подразделениям (M±m)

Подразделения (количество военнослужащих)	Физические упражнения								Сумма баллов
	Упр. № 41 (с)		Упр. № 4 (кол-во раз)		Упр. № 46 (с)		Упр. № 52 (м)		
	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	
2 МСБ (n=20)	14,1 ± 0,1	46	8,9± 0,5	45	839 ± 8	42	33,7 ± 0,9	51	184
3 МСБ (n=24)	14,0 ± 0,1	49	12,2 ± 0,9	57	834 ±11	43	35,5 ± 0,9	57	206
РБ (n=16)	14,2 ± 0,1	45	11,2 ± 0,6	55	839 ±10	43	35,3 ± 1,2	56	201
всРБ (n=12)	14,1 ± 0,1	46	12,8 ± 0,8	60	814 ±18	48	35,8 ± 1,2	58	212
ТБ (n=40)	14,0 ± 0,1	49	12,7 ± 0,7	59	830 ±10	45	34,7 ± 1,1	54	207
рРХБЗ (n=14)	14,0 ± 0,1	50	13,4 ± 1,2	61	811 ±17	48	34,5 ± 1,0	54	213
СР (n=25)	14,5 ± 0,2	41	12,3 ± 0,6	58	827 ±23	45	37,4 ± 1,0	62	206
рРЭБ (n=30)	14,0 ± 0,1	49	11,6 ± 0,6	56	840 ±27	43	34,1 ± 0,8	57	205
БМО (n=15)	14,1 ± 0,1	48	13,2 ± 0,8	61	812 ±14	47	35,9 ± 1,3	57	213
ГСАДн (n=26)	13,8 ± 0,1	53	13,1 ± 0,7	61	821 ±13	47	34,1 ± 1,2	52	213

Удовлетворительные результаты были показаны во всех подразделениях при выполнении таких упражнений, как № 41 (бег на 100 м) и № 46 (бег на 3 км).

Таким образом, подводя итог сказанному, можно сделать предварительное заключение, что в целом уровень физического состояния военнослужащих в начале учений оценивался как «удовлетворительный».

На основании результатов проведенного индивидуального анализа психоэмоционального состояния все военнослужащие (n=223) были распределены на группы с высоким, умеренным и низким уровнем реактивной тревожности. В группу с высоким уровнем тревожности вошли 36 человек (16,2%), с умеренным – 162 (72,6%) и низким – 25 (11,2%). Такое распределение военнослужащих по различным уровням тревожности в целом указывает на положительный психоэмоциональный фон военнослужащих, ориентированный на выполнение предстоящих учебно-боевых задач. Они адекватно воспринимают обстановку в условиях военно-профессиональной деятельности, хорошо понимают свои задачи, уверены в своих силах и возможностях.

В таблице 5 представлены результаты распределения реактивной тревожности военнослужащих по подразделениям.

Таблица 5 – Распределение военнослужащих по подразделениям с различным уровнем тревожности (количество человек)

Подразделения (количество военнослужащих)	Уровни тревожности			Всего
	высокий	умеренный	низкий	
2 МСБ (n=20)	5	10	5	20
3 МСБ (n=24)	5	13	6	24
Рб (n=16)	1	12	3	16
вс РБ (n=12)	1	10	1	12
ТБ (n=40)	7	25	8	40
рРХБЗ (n=14)	3	8	3	14
Снайперы (n=25)	3	18	4	25
рРЭБ (n=30)	7	16	7	30
БМО (n=15)	2	10	3	15
ГСАДн (n=27)	3	21	3	27
Итого	37	143	43	223

Анализ показателей реактивной тревожности военнослужащих в подразделениях показал, что психоэмоциональное состояние обследуемых находилось на границе между умеренным и высоким. Умеренное психоэмоциональное состояние, которое оценивается как оптимальное, отмечалось в группах БМО, ГСАДн, РБ и всРБ. В менее оптимальном состоянии находились военнослужащие в группах 2МСБ, ТБ и рРЭБ.

Военно-профессиональная деятельность военнослужащих, участвовавших в исследованиях, оценивалась командирами подразделений по основным действиям, характеризующим выполнение учебно-боевых задач по предназначению. Оценка производилась по пятибалльной шкале (табл. 6).

Следует отметить, что, независимо от их принадлежности к тому или иному подразделению, объем и интенсивность двигательных действий были примерно одинаковыми и включали: загрузку (разгрузку) боеприпасов, совершение марша, выход в район проведения учений, постановку на позиции, переход в наступление (развертывание из предбоевых порядков в боевые и обратно), ведение боевой стрельбы, выход из боя в указанный район, перемещения на другие позиции, выполнение боевых нормативов, тактико-специальная подготовка, проведение земляных работ по укрытию и выполнению маскировки инженерных сооружений, обслуживание боевой техники и вооружения и другие действия.

Таблица 6 – Средние экспертные оценки военно-профессиональных действий военнослужащих от подразделений войсковой части

Подразделения (количество военнослужащих)	Действия личного состава при приведении в степени боевой готовности	Совершение марша в составе подразделения в район сосредоточения	Расположение в районе сосредоточения	Инженерное оборудование района	Отработка тактических действий в составе подразделения	Вождение боевых машин (автомобильного транспорта)	Стрельба из штатного оружия	Общая оценка подразделению
2 МСБ (n=20)	3,7	3,5	3,6	3,7	3,5	3,5	3,3	3,6
3 МСБ (n=24)	3,4	3,1	3,6	3,3	4,3	3,6	3,3	3,5
РБ (n=16)	3,4	3,6	3,6	3,3	4,6	3,9	3,6	3,7
всРБ (n=12)	4,3	4,5	4,5	4,8	4,5	4,7	4,2	4,5
ТБ (n=40)	3,5	3,4	3,3	3,8	3,5	3,6	3,7	3,5
рРХБЗ (n=14)	3,2	3,4	3,6	3,5	3,4	3,5	3,6	3,5
СР (n=25)	3,4	3,5	3,6	3,6	3,3	3,4	3,6	3,5
рРЭБ (n=30)	3,4	3,6	3,6	3,5	3,8	3,6	3,3	3,5
БМО (n=15)	3,5	3,4	3,4	3,5	3,5	4,6	3,0	3,6
ГСАДн (n=26)	3,4	3,5	3,5	3,7	3,3	3,6	3,3	3,5

Из представленных результатов видно, что личный состав имеет хорошие и удовлетворительные показатели в военно-профессиональной подготовленности. В лучшую сторону отмечается всРБ, который по всем показателям военно-профессиональной деятельности, имеет результаты, свидетельствующие о высоком уровне выполнения действий. Выше было отмечено, что и по физической подготовке это подразделение имело высокие показатели, что подтверждает положительную связь между физической и учебно-боевой подготовкой в целом. Данная закономерность обусловливается, прежде всего, влиянием физической подготовки на увеличение физиологических резервов организма, повышение его устойчивости к неблагоприятным факторам, а также положительным переносом физических качеств и навыков на выполнение военно-профессиональных действий.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изложенный материал позволяет сделать заключение о том, что военнослужащие со средними показателями уровня функционального состояния, физической подготовленности и психоэмоционального статуса могут достаточно эффективно решать учебно-боевые задачи во время полевых учений при условии, что их выполнение не предполагает экстремальных усилий, как это было на данных учениях. Очевидно, что роль физической подготовки в обеспечении работоспособности военных специалистов возрастает в сложных условиях.

Военнослужащие с более высокой физической подготовленностью эффективнее выполняют учебно-боевые приемы и действия. Так, военнослужащие разведывательного батальона по профессионально-должностной подготовке были оценены в среднем на 4,5 балла (по 5-бальной шкале оценок), в то время как военнослужащие подразделений, имеющих низкие результаты по физической подготовленности, оценивались на 3,5-3,6 балла.

Психическое состояние обследуемых групп военнослужащих в целом характеризуется положительным эмоциональным отношением ко всем видам учебно-боевой подготовки. При оценке психоэмоционального состояния групп военнослужащих (n=223) были определены испытуемые с «высоким», «умеренным» и «низким» уровнями реактивной тревожности. Так, с высоким уровнем тревожности оказались 36 человек (16,2%), с умеренным – 162 (72,6%) и низким – 25 (11,2%). Показатели психоэмоционального состояния свидетельствуют о том, что большинство военнослужащих устойчивы к факторам профессионального стресса, формирующими состояние эмоционального напряжения в ходе выполнения военно-профессиональных задач. Отмечается достаточно высокая направленность и военно-профессиональная мотивация военнослужащих, их положительный эмоциональный фон, уверенность в своих силах, что определяет психологическую готовность к выполнению всех поставленных задач в ходе учебно-боевой подготовки.

ЛИТЕРАТУРА

1. Миронов, В. В. Обоснование направлений модернизации системы физической подготовки в полевых условиях / В. В. Миронов, В. И. Горобец, В. А. Девятов, А. А. Шулев // Сб. статей итог. науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава Воен. ин-та физ. культуры за 2019 год, посвящ. Дню российской науки / Под ред. В. Л. Пашута. – СПб., 2020. – С. 273-276.
2. Основы военно-технической политики РФ на период до 2025 года и дальнейшую перспективу : утв. Президентом РФ 26.04.2016.
3. Обвинцев, А. А. Оценка функционального состояния и физической готовности военнослужащих к учебно-боевой деятельности (по материалам оперативно-стратегических учений) / А. А. Обвинцев, Г. Г. Дмитриев, Б. В., Ендальцев И. И. Варжеленко, А. Г. Щуров // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2011. – № 1. – С. 5-9.
4. Галкин, Ю. П. Уровень физического состояния как фактор дееспособности человека / Ю. П. Галкин, Д. Ф. Палецкий, Т. М. Булкова, О. А. Комачева // Культура физическая и здоровье. – 2017. – № 3 (63). – С. 18-20.
5. Карасев, А. В. Физическое состояние призывного контингента России / А. В. Карасев, А. А. Стрелков, И. Г. Федоров, В. К. Волков // Культура физическая и здоровье. – 2020. – № 3. – С. 10-16.
6. Поздняков, Г. П. Контроль за физическим состоянием военнослужащих при самостоятельной физической тренировке / Г. П. Поздняков, А. В. Еганов, С. Н. Сарапуло // Военный научно-практический вестник. – 2019. – № 1 (10). – С. 48-52.
7. Щуров, А. Г. К вопросу о физическом развитии и функциональном состоянии сердечно-сосудистой системы военнослужащих экипажей подводных лодок Военно-морского флота Российской Федерации /

А. Г. Щуров, В. О. Суворов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2015. – № 1. – С. 135.
8. Щуров, А. Г. Динамика психоэмоционального состояния военнослужащих в условиях дальнего похода / А. Г. Щуров, М. В. Туманов, В. П. Панков, В. О. Суворов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2017. – № 1. – С. 61-64.

REFERENCES

1. Mironov, V. V. Justification of the directions of modernization of the system of physical training in field conditions / V. V. Mironov, V. I. Gorobets, V. A. Devyatov, A. A. Shulev // In the collection of articles of the final scientific-practical conference of the pedagogical staff of the Military Institute of Physical Training for 2019, dedicated to the Day of Russian Science / Ed. by V. L. Pashuta. – 2020. – P. 273-276.
2. Fundamentals of the military-technical policy of the Russian Federation for the period up to 2025 and further perspective : Approved by the President of the Russian Federation on April 26, 2016.
3. Obvintsev, A. A. Evaluation of functional state and physical readiness of military men for combat activities (based on the operational strategic exercises) / A. A. Obvintsev, G. G. Dmitriev, B. V., Endaltsev I. I. Varzhelenko, A. G. Shchurov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2011. – No. 1. – P. 5-9.
4. Galkin, Y. P. Physical fitness level as a factor of human efficiency / Y. P. Galkin, D. F. Paletsky, T. M. Bulkova, O. A. Komacheva // Physical training and health. – 2017. – No. 3 (63). – P. 18-20.
5. Karasev, A. V. Physical state of the conscript contingent of Russia / A. V. Karasev, A. A. Strelkov, I. G. Fedorov, V. K. Volkov // Physical training and health. – 2020. – No. 3. – P. 10-16.
6. Pozdnyakov, G. P. The control for physical state military personnel at physical self-training / G. P. Pozdnyakov, A. V. Eganov, S. N. Sarapulo // Military scientific and practical bulletin. – 2019. – No. 1 (10). – P. 48-52.
7. Shchurov, A. G. The item of the physical development and functional state of the cardiovascular system of Navy submarine crews of the Russian Federation / A. G. Shchurov, V. O. Suvorov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2015. – No. 1. – P. 135.
8. Shchurov, A. G. The dynamics of phychoemotional condition of the navy personnel in distant seas campaigns / A. G. Shchurov, M. V. Tumanov, V. P. Pankov, V. O. Suvorov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017 – No. 1. – P. 61-64.

К 100-летию со дня рождения Тиграна Тиграновича Джамгарова



25 января 2021 г. исполнилось 100 лет со дня рождения одного из основоположников теории специальной направленности физической подготовки военнослужащих Тиграна Тиграновича Джамгарова.

Тигран Тигранович относился к тому поколению специалистов по физической подготовке, которое прошло суровую школу Великой Отечественной войны (1941-1945 гг.). Именно они, знали реальную цену чрезмерному физическому и психологическому напряжения, испытываемому в процессе реальных боевых действий.

Приобретённый опыт войны стал для Джамгарова Тиграна Тиграновича ориентиром в обосновании эффективных средств улучшения состояния человеческого организма, находящегося в экстремальных условиях военного противоборства с высокими физическими нагрузками и нервно-психическими напряжениями.

После Великой Отечественной войны майор Джамгаров Т.Т. направляется для дальнейшего прохождения службы в артиллерийское училище. Параллельно учится в Ленинградском государственном институте физической культуры имени Петра Францевича Лесгафта, после окончания которого поступает в адъюнктуру при кафедре «Военная психология и педагогика» Военно-педагогического института, преобразованного в последствии в Военно-политическую академию. По окончании её он был направлен для дальнейшего прохождения службы в Краснознамённый военный институт физической культуры и спорта имени В.И. Ленина, где и начинается его научная карьера.

В кандидатской диссертации Тиграна Тиграновича, защищённой в 1952 г., впервые было заложено теоретическое обоснование идеи специальной направленности физической подготовки военнослужащих. В дальнейшем поэтапная реализация этой идеи отражалась как на особенностях Научно-исследовательской работы в различные периоды, так и на внедрении результатов научных исследований в практику боевой подготовки войск.

30 сентября 1953 г. приказом Министра обороны СССР при Военном институте физической культуры создаётся Научно-исследовательская лаборатория. На должность заместителя, а затем и начальника НИЛ, был назначен подполковник Т.Т. Джамгаров.

Свою научную деятельность в данной должности Тигран Тигранович начал с организации серьёзного научного форума, на котором им была обнародована идея специальной направленности физической подготовки военнослужащих. Фактически данная идея в последующие годы явилась основой научного обоснования профессионально-прикладной физической подготовки специалистов гражданских профессий и полностью реализовалась в наставлении по физической подготовке (НФП) 1966 г.

Выражением комплексного подхода к проблеме специальной направленности физической подготовки явилась тема НИР «Призыв», которой в течение 1968–1969 гг. руководил Т.Т. Джамгаров.

В ходе данной НИР было обследовано 80 тысяч новобранцев в 10 военных округах и 35 военных училищах. Результатом исследований явились обширные данные о социальном статусе, спортивном и двигательном опыте, развитии физических и психических качеств, функциональном состоянии организма и здоровья призывников.

В начале 60-х годов коллектив сотрудников НИЛ во главе с Т.Т. Джамгаровым выступил с инициативой создания комплекса «Воин-спортсмен», как программно-нормативной основы физической подготовки военнослужащих.

Огромная заслуга Т.Т. Джамгарова состояла также и в том, что при нём Научно-исследовательская лаборатория превратилась в ведущий центр по формированию научных кадров для системы физической подготовки военнослужащих. Благодаря его усилиям НИЛ стала основой для создания диссертационного совета в области физического воспитания и инженерной психологии, где защищали диссертации многие известные специалисты, к примеру, космонавт генерал-майор Береговой Г.Т.

Защиты диссертаций по инженерной психологии способствовали расширению контактов с научными организациями, изучающими смежные проблемы профессиональной деятельности военных специалистов, обогащению новыми идеями в исследованиях по физической подготовке и повышению авторитета научной школы Института.

После увольнения из Вооруженных сил по возрасту доктор психологических наук, профессор Тигран Тигранович Джамгаров был избран на должность заведующего кафедрой психологии Ленинградского государственного института физической культуры имени Петра Францевича Лесгафта. Подготовленная и изданная им в соавторстве с Румянцевой Р.Г. монография «Лидерство в спорте» 1983 г., получила широкую известность среди специалистов.

Редакционная коллегия журнала «Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур»
Совет ветеранов Военного института физической культуры

ПРАВИЛА ДЛЯ АВТОРОВ

1. Статья представляется в редакцию по электронной почте (info@вифк.рф) и в одном экземпляре на бумаге, к которому необходимо приложить:
– диск с электронным текстом, идентичным напечатанному;
– рапорт (отношение) на имя главного редактора;
– анкету автора;
– справку о грифе (для сотрудников ведомственных организаций).
2. К статье приложить перевод на английский язык заголовка, фамилий авторов, резюме (аннотации), ключевых слов и списка цитированной литературы. Авторы несут ответственность за точность и качество перевода.
3. К документам приложить качественную портретную фотографию первого автора, фото прилагается отдельным вертикально ориентированным графическим файлом (tiff, jpg) с разрешением не менее 1280 на 960 пикселей.
4. Каждая поступившая рукопись рассматривается редакцией. Если она не удовлетворяет минимальным требованиям (по тематике и специальности журнала, научному уровню, наличию научных результатов и оформлению), то автору направляется мотивированный отказ. В противном случае рукопись рецензируется.
5. Если в полученной рецензии имеются замечания или она отрицательна, то автору рекомендуется доработать рукопись и учесть эти замечания или, соответственно, ему направляется мотивированный отказ, к которому прилагается рецензия.
6. Решение о целесообразности публикации после рецензирования принимается главным редактором, а при необходимости – на заседании редколлегии.
7. Если решение о целесообразности публикации положительно, то рукопись направляется на литературное редактирование, корректировку.
8. Редакция оставляет за собой право принятия решения по характеру публикации, ее рубрике и названию, а также сокращения статьи с согласия автора.
9. Редакция оставляет за собой право отклонения статей в случае неспособности или нежелания автора учесть пожелания редакции.
10. Ответственность за содержание рисунков, их дизайн и результаты математического анализа в ходе педагогических экспериментов, а также за точность сведений в списке литературы несет автор.
11. Публикация статей осуществляется бесплатно для авторов.

ТРЕБОВАНИЯ К СТАТЬЯМ

1. Научные статьи должны состоять из разделов: «Введение», «Основные положения (методы и организация исследования, результаты и их обсуждение)», «Заключение (выводы)», «Литература».
Материалы методического характера должны состоять из введения, практических рекомендаций, научного или опытного обоснования, списка литературы. Раздел практических рекомендаций таких статей составляет не менее 75 % всего объема.
Статьи дискуссионного, публицистического характера могут быть выполнены в произвольной форме.
Перед заголовком статьи указать индекс УДК и предпочитаемую автором рубрику, после заголовка перечислить всех авторов (инициалы и фамилии), ученые степени и звания, место работы, название организации, в которой выполнена работа, город, страну, дать резюме (аннотация) (не более 8 строк; указываются: цель работы, методика исследования, контингент испытуемых, основные результаты) и ключевые слова (не более 5–7 слов).
К статье приложить перевод на английский язык заголовка, фамилий авторов и информации о них, резюме (аннотации), ключевых слов и списка цитированной литературы. Авторы несут ответственность за точность и качество перевода.
2. Объем оригинальной статьи не должен превышать 9, обзорной – 12, краткого сообщения – 5 страниц текста. По согласованию с Редакцией журнала количество страниц авторского текста может быть увеличено.
Текст печатается через одинарный интервал с одной стороны бумаги формата А4 во всю ширину страницы (на колонки не разбивается), страницы нумеруются. В электронной форме текст должен быть набран в редакторе MS Word версии не ниже 97 шрифтом Times New Roman 14 кегль, поле со всех сторон 20 мм, текст должен быть отформатирован по ширине, без переносов, с абзацным отступом 1,25 см.
3. Рисунки должны иметь расширение, совместимое с MS Word (рисунок с расширением tiff, jpeg, png и с качеством не менее 300 dpi). Фотографии должны быть максимально четкими, с расширением tiff, jpeg, png и с качеством не менее 300 dpi (цветовая кодировка CMYK). Все буквенные обозначения на рисунках необходимо пояснить в основном или подрисуночном текстах. Подписи к рисункам и заголовки таблиц обязательны. Все рисунки должны иметь последовательную нумерацию. Объем представляемых иллюстративных материалов не должен превышать

формата А4.

4. Цифровые данные оформляются в таблицу. Таблицы не должны быть громоздкими (не более формата А4). Каждая таблица должна иметь порядковый номер и название. Нумерация таблиц – сквозная. Сокращения слов в таблицах не допускаются за исключением единиц измерения. Электронный вариант каждой таблицы и рисунка предоставляется в отдельном файле. Оформление таблиц – шрифт Times New Roman 11 кегль через одинарный интервал.

5. Математические формулы следует набирать в формульном редакторе MathTypes Equation или MS Equation, греческие и русские буквы в формулах набирать прямым шрифтом (опция «текст»), латинские – курсивом. Обозначения величин и простые формулы в тексте и таблицах набирать как элементы текста (а не как объекты формульного редактора). Нумеровать следует только те формулы, на которые есть ссылки в последующем изложении. Нумерация формул сквозная.

6. Таблицы, схемы и рисунки должны быть размещены на вертикальном листе, как и весь текст. В таблицах необходимо стремиться к максимальной краткости заголовков граф, не давать величин, легко выводимых из имеющихся (например, разность или проценты), не дублировать данные, описанные в тексте. Желательно форматировать таблицы на всю ширину страницы.

7. Список литературы должен содержать, кроме основополагающих, публикации за последние 5–10 лет. В экспериментальных и общетеоретических статьях цитируется не более 10–12 документов. Список литературы составляется в порядке цитирования и оформляется в соответствии с ГОСТ 7.1-2003 «Библиографическая запись ... ». Ссылки на литературу в тексте отмечаются по мере их появления порядковыми номерами в квадратных скобках. Ответственность за точность сведений в списке литературы несет автор.