№ 3' 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

Зыков А.В., Дмитриев Г.Г., Матусов Д.В. О состоянии и задачах совершенствования системы физической подготовки военнослужащих.....7
Баранов А.М. Историко-теоретический анализ актуальности тактических двигательных действий сотрудников правоохранительных органов при проведении контртеррористических операций и иных специальных мероприятий.....11
Исаков Н.А., Руденко Р.В., Попадьин В.В., Багреев С.Р. Ретроспективный анализ исследований в области повышения эффективности профессиональной деятельности в силовых структурах Российской Федерации.....19
Мызников И.Л., Курьянович Е.Н., Яковлева Е.О. Исследование факторных моделей и функции желательности применительно к военному пятиборью.....26
Сорокин В.П., Андросов А.М., Тимофеев И.Ю., Кузнецов П.К. Современные тенденции в физическом воспитании как основа реорганизации физической подготовки.....36
Щеголев В.А., Кислый А.Н. Роль профессора В.И. Силина в становлении организационных основ научных исследований по физической подготовке и спорту.....43

ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Егоров А.А., Исламов В.А., Егоров А.А., Баранов В.В. Рукопашный бой в Сухопутных войсках Вооруженных Сил Российской Федерации.....53
Кадыров Р.М., Михаил И.И., Зубакин В.П. Варианты построения физических нагрузок.....58
Киселев С.Г. Экспериментальная проверка эффективности нормативов по практической стрельбе из пистолета для курсантов военно-учебных заведений Министерства Обороны.....63
Киселев С.Г. Обоснование оценочных показателей нормативов по практической стрельбе из пистолета для курсантов военно-учебных заведений Министерства обороны Российской Федерации.....68
Миронов В.В., Кузнецова О.М. Особенности организации и проведения форм физической подготовки в Нахимовском военно-морском училище в условиях пандемии.....74
Муминов В.И., Сотников Е.С., Ткач А.В., Гурьянов В.С. Особенности применения силовых эстафет в гиревом спорте.....78
Савченко В.А., Савченко О.А., Пресняков В.В. Экспериментальная методика подготовки как системообразующий фактор боевой и физической подготовленности курсантов иностранных государств, обучающихся в вузах Министерства обороны Российской Федерации.....83
Фофанов А.М., Одоров Е.И. Обоснование содержания военно-спортивных соревнований, моделирующих особенности военно-профессиональной деятельности военнослужащих подразделений войсковой ПВО, вооруженных ПЗРК.....88
Шумихин Н.А., Смазнов К.С. Педагогические признаки дифференцированного обучения в физической подготовке военнослужащих запаса на военных сборах.....92

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Архипцев И.Н., Сарычев А.В., Боровенская И.И. Боевые действия военнослужащих Росгвардии в горячих точках России.....97
Асланов М.Ш., Лозбенёв Е.Ю., Петрова П.С., Федюк Н.С. Требования к физической подготовленности американских морских пехотинцев.....101

№ 3' 2021

Технический редактор
Багреев С.Р.

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

Дизайн обложки
Фатеева Е.В.

Блахин Г.Н., Шапошников А.Р., Труль А.Р., Симаков В.А. Комплексное упражнение для военнослужащих войсковой разведки как модель проверки их боевой и физической подготовленности.....110
Бобровик А.П., Дутчак П.Р., Краев С.А., Сидоров А.Ю. Обобщение педагогического опыта по совершенствованию обучения военнослужащих военной полиции стрельбе из боевого ручного короткоствольного оружия.....117
Губенков А.О. Особенности действий сотрудников органов внутренних дел при попадании в засады, организованных боевиками.....123
Дутчак П.Р., Мифтахов Р.Р., Сидоров А.Ю., Цуркан О.В. Актуальные вопросы обучения сотрудников силовых структур навыкам обеспечения личной безопасности.....130
Дутчак П.Р., Цуркан О.В., Кириченко Р.В., Шлычков А.Г. О некоторых подходах к определению требований к физической подготовке военнослужащих военной полиции.....134
Егоров В.Ю., Кириченко Р.В., Шайдуллов А.Р. Использование подготовки по регби в целях развития военно-прикладных и служебно-прикладных (прикладных) двигательных навыков военнослужащих (сотрудников) войск национальной гвардии Российской Федерации.....139
Корчагин И.В., Бомбина М.Ю. Проблемы физической подготовки армии США: восемь мифов, снижающих боевую готовность.....143
Лозбенёв Е.Ю., Асланов М.Ш., Петрова П.С., Федюк Н.С. Заключительный этап проверки боевой физической подготовки «Манёвры под огнём» корпуса морской пехоты США.....150
Першин Ю.Ю., Митьков Д.Ю. Современные тенденции комплектования сил специальных операций ВС Норвегии.....157
Першин Ю.Ю., Мужчиль О.А., Дмитриева Н.Г. Проблема набора военнослужащих в Вооруженные силы скандинавских стран.....164
Политов А.В., Першин Ю.Ю., Зеленин А.В. Оценка физической подготовленности военнослужащих Вооруженных сил Швеции.....173
Попадьин В.В., Суворов В.О., Попадьин А.В. Педагогические условия повышения эффективности мероприятий физической подготовки военнослужащих экипажей надводных кораблей Военно-Морского Флота в период подготовки специальных задач.....182
Скворцов С.А., Резниченко С.С., Минжиров А.А., Куштаев Е.В. О необходимости совершенствования программы горной подготовки для военнослужащих горных и высокогорных подразделений в интересах повышения качества их подготовки.....186
Смирнов В.Е., Цыганок А.О., Волошин Г.Г., Киселев Н.С. Методика построения обучения приемам защиты сотрудников правоохранительных органов на основе механики перемещений.....193
Щеголев В.А., Кириченко Р.В., Пак П.С. Особенности планирования физической подготовки военнослужащих и сотрудников в войсках национальной гвардии Российской Федерации.....198

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

Боцман О.С., Пашута В.Л., Никольская А.С. Психосоматические проявления как следствие преодоления трудностей в повседневной жизни и обучении.....207
Бомбина М.Ю. Процесс службы женщин в Армии обороны Израиля: гендерный паритет.....212
Васильев А.Ю., Макарова Н.В., Рудаков А.В., Пьянков И.С. Анализ критериев оценки уровня физической подготовленности учащихся 10-11 классов Екатеринбургского суворовского военного училища по разделу «Легкая атлетика» с учётом физиологических особенностей их организма.....218
Дутчак П.Р., Торопов В.А., Коробенков А.С., Мифтахов Р.Р. Формирование психологической готовности военнослужащих и сотрудников силовых структур в процессе занятий по рукопашному бою.....224
Исламов В.А., Картамышев Д.А., Корявцев А.А., Бомбина М.Ю. Биомеханические факторы, определяющие двигательную точность и

№ 3’ 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:
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

координацию при выполнении ударов рукой у курсантов образовательных организаций ФСБ России пограничного профиля на этапе подготовки к соревновательной деятельности.....229
Криличевский В.И., Руденко М.А. Анализ опыта нравственного поведения студентов вузов физической культуры.....234
Криличевский В.И., Руденко М.А. Формирование нравственного долга у студентов вузов физической культуры.....241
Курьянович Е.Н., Чуян А.А. Опыт иностранных государств в военно-полевой медицине и возможность его применения в подразделениях противодействия терроризму вузов Министерства обороны Российской Федерации.....248
Легаев А.П., Канболатов Д.Ю., Загиров Э.З. Нравственная культура военнослужащих как фактор умения работать с провокационной информацией.....254
Матусов Д.В., Федоренко О.А., Грибченко С.П. Особенности отбора кандидатов и совершенствование функциональных резервов организма у военнослужащих морской пехоты для выполнения задач в Арктическом регионе.....258
Пашута В.Л., Абрамов Д.Н., Пашута А.В. Дидактические основы физического воспитания студентов вузов в процессе внеаудиторной спортивно-массовой работы.....262
Павлова Н.В. Теоретический и социально-биологический анализ использования дифференцированного подхода в физическом воспитании обучающихся.....267
Торопов В.А., Куликов М.Л., Дудчик В.И. Антидопинговая политика Всемирного антидопингового агентства как одна из проблем участия российских спортсменов в XXXII Олимпийских играх в Токио.....271

Правила для авторов.....277

№ 3' 2021

CONTENTS

METHODOLOGICAL AND GENERAL THEORETICAL PROBLEMS

Zykov A.V., Dmitriev G.G., Matusov D. V. On the state and tasks of improving military personnel physical training system.....7
Baranov A.M. Historical and theoretical analysis of the relevance of tactical motor actions of law enforcement officers during anti-terrorism operations and other special ev ents.....11
Isakov N.A., Rudenko R.V., Popadyin V.V., Bagreev S.R. Retrospective analysis of research in the field of improving the efficiency of professional activities in Russian Security agencies.....19
Myznikov I.L., Kuryanovich E.N., Yakovleva E.O. Investigation of factor models and desirability functions in relation to military pentathlon.....26
Sorokin V.P., Androsov A.M., Timofeev I.Y., Kuznetsov P.K. Current trends in physical education as a basis for reorganization of physical training.....36
Shchegolev V.A., Kisly A.N. The role of professor V.I. Silin in the formation of organizational basics of research on physical training and sports.....43

PROBLEMS OF PHYSICAL TRAINING AND SPORT

Egorov A.A., Islamov V.A., Egorov A.A., Baranov V.V. Hand-to-hand combat in the ground forces of the Russian Armed Forces.....53
Kadyrov R.M., Mikhail I.I., Zubakin V.P. Options for building physical activities.....58
Kiselev S.G. Experimental assessment of the efficiency of the standards for practical pistol shooting for cadets of military educational institutions of the Defence Ministry.....63
Kiselev S.G. Rationale of rating indicators for practical pistol firing for cadets of military educational institutions of the Russian Defence Ministry.....68
Mironov V.V., Kuznetsova O.M. Features of organising and holding forms of physical training in the Nakhimov Naval School under pandemic conditions.....74
Muminov V.I., Sotnikov E.S., Tkach A.V., Guryanov V.S. Peculiarities of application of power relay races in kettle bar sport.....78
Savchenko V.A., Savchenko O.A., Presnyakov V.V. Experimental training technique as a system-forming factor of combat and physical fitness of foreign states cadets training in higher educational institutions of the Russian Defence Ministry.....83
Fofanov A.M, Odorov E.I. Foundation of the content of military-sport competitions simulating the peculiarities of military-professional activities of military units of the military air defense armed with MANPADS.....88
Shumikhin N.A., Smaznov K.S. Pedagogical signs of a differentiated approach to physical training of military reserve staff at military training sessions.....92

PROFESSIONAL ACTIVITY IN EXTREME CONDITIONS

Arkhiptsev I.N., Sarychev A.V., Borovenskaya I.I. Combat actions by the National Guard military in hot spots of Russia.....97
Aslanov M.Sh., Lozbenev E.Yu., Petrova P.S., Fedyuk N.S. The physical fitness standards for US Marines.....101
Blakhin G.N., Shaposhnikov A.R., Trul A.R., Simakov V.A. Comprehensive exercise for military intelligence as a model of testing their combat and physical fitness.....110
Bobrovik A.P., Dutchak P.R., Kraev S.A., Sidorov A.Yu. Generalization of pedagogical experience on improving the training of military police personnel in shooting from combat hand-held short-barreled weapons.....117
Gubenkov A.O. Peculiarities of activities of law enforcement officers under convenience in wells organized by fighters.....123
Dutchak P.R., Miftakhov R.R., Sidorov A.Y., Tsurkan O.V. Current issues of training law enforcement officers in personal security skills.....130

№ 3' 2021

Dutchak P.R., Tsurkan O.V., Kirichenko R.V., Shlychkov A.G. Some approaches to determining requirements for physical training of military police personnel.....134
Egorov V.Yu., Kirichenko R.V., Shaidullov A.R. The use of rugby training for the development of military-applied and service-applied motor skills of military personnel (employees) of the Russian National Guard.....139
Korchagin I.V., Bombina M.Yu. Physical fitness problem in the US Armed Forces: eight myths that weaken combat readiness.....143
Lozbenev E.Yu., Aslanov M.Sh., Petrova P.S., Fedyuk N.S. The final stage of testing combat physical fitness of the US Marine Corps «Maneuvers under Fire».....150
Pershin Yu.Yu., Mitkov D.Yu. Current tendencies of the Norwegian special operation forces (forsvarets spesialstyrker) manning.....157
Pershin Yu.Yu., Muzhchil O.A., Dmitrieva N.G. The recruitment problem in the Armed Forces of Scandinavian countries.....164
Politov A.V., Pershin Yu.Yu., Zelenin A.V. Physical fitness assessment of the Swedish Armed Forces personnel.....173
Popadyin V.V., Suvorov V.O., Popadyin A.V. Pedagogical conditions for increasing the efficiency of the physical training measures of the navy ships crews during the period of special training.....182
Skvortsov S.A., Reznichenko S.S., Minzhirov A.A., Kushtaev E.V. The need to improve the mountain training program for the military of mountain and high altitude units to increase the quality of their training.....186
Smirnov V.E., Tsyganok A.O., Voloshin G.G., Kiselev N.S. Methodology for building training in protection techniques for law enforcement officers based on the mechanics of movement.....193
Shchegolev V.A., Kirichenko R.V., Pak P.S. Features of planning the physical training of military personnel and employees in the National Guard Troops Russian Federation.....198

PSYCHOLOGICAL, PEDAGOGICAL AND MEDIOBIOLOGICAL SUPPORT OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS

Botsman O.S., Pashuta V.L., Nikolskaia A. S. Psychosomatic manifestations as a result of difficulties overcoming in everyday life and education.....207
Bombina, M.Yu. Process of female service in Israeli Defense Forces: the gender balance.....212
Vasiliev A.Yu., Makarova N.V., Rudakov A.V., Pyankov I.S. Analysis of the criteria for assessing physical fitness level of the Yekaterinburg Suvorov military school cadets of 10-11 grades within the athletic section taking into account their physiological characteristics.....218
Dutchak P.R., Toropov V.A., Korobenkov A.S., Miftakhov R.R. Formation of psychological readiness of military personnel and officers of law enforcement agencies in the process of training in hand-to-hand combat.....224
Islamov V.A., Kartamyshev D.A, Koryavtsev A.A., Bombina M.Yu. Biomechanical factors determining the motor accuracy and coordination among the federal security service cadets performing punches at the competitive preparation stage.....229
Krilichevsky V.I., Rudenko M.A. Analysis of the experience of moral behavior among students of higher educational institutions of physical education.....234
Krilichevsky V.I., Rudenko M.A. Formation of moral duty among students of higher educational institutions of physical education.....241
Kuryanovich E.N., Chuyan A.A. Experience of foreign states in military field medicine and the possibility of its application in units of counterting terrorism of higher educational institutions of the Russian Defence Ministry.....248
Legaev A.P., Kanbolatov D.Yu., Zagirov E.Z. Moral culture of military personnel as a factor of the work ability with provocative information.....254
Matusov D.V., Fedorenko O.A., Gribchenko S.P. Specificities of selecting candidates and improvement of the body functional reserves of Marines for performing tasks in the Arctic region.....258
Pashuta V.L., Abramov D.N., Pashuta A.V. Didactical bases of physical education of university students in the process of outluded sports and mass work.....262

№ 3' 2021

Pavlova N.V. Theoretical and socio-biological analysis of the differentiated approach using of the students' physical education.....267
Toropov V.A., Kulikov M.L., Dudchik V.I. Anti-doping policy of the world anti-doping agency as one of the problems of Russian athletes' participation in the XXXII Olympic games in Tokyo.....271

Rules for authors.....277

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ И ОБЩЕТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ

УДК 355.233.22

О СОСТОЯНИИ И ЗАДАЧАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

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

Дмитриев Григорий Геннадьевич, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, начальник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Матусов Дмитрий Викторович, кандидат педагогических наук, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

ON THE STATE AND TASKS OF IMPROVING MILITARY PERSONNEL PHYSICAL TRAINING SYSTEM

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;

Dmitriev G.G., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Matusov D. V., Candidate of Pedagogics, Senior Researcher of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

Рассматривается актуальная проблематика, связанная с оценкой состояния и задачами совершенствования системы физической подготовки военнослужащих в современных условиях.

Ключевые слова:

система физической подготовки, состояние системы физической подготовки, управление системой физической подготовки.

Abstract:

The current problems related to the state assessment and the tasks improving of the military personnel physical training system in modern conditions are considered.

Key words:

physical training system, the state of the physical training system, physical training system management.

ВВЕДЕНИЕ

Концепция системы физической подготовки войск занимает центральное место в теории физической подготовки, получает дальнейшее развитие и, в целом, удовлетворяет требованиям современного обучения и служебной деятельности специалистов.

Управление системой физической подготовки военнослужащих требует исчерпывающих знаний о ее состоянии и представления о первоочередных и перспективных задачах совершенствования.

Говоря о состоянии системы физической подготовки военнослужащих, следует рассматривать совокупность показателей, наиболее полно характеризующих ее функционирование в соответствии с представлениями о цели и задачах в текущих условиях.

Текущие, внешние и привнесенные условия функционирования системы физической подготовки определяются включенностью в системы более высокого порядка, и также являются обязательными для изучения.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В числе факторов влияния на систему физи-

ческой подготовки традиционно рассматриваются «... требования современного боя и оперативно-боевой деятельности к физическому состоянию военнослужащих; особенности комплектования и организации Вооруженных Сил; физическое состояние военнослужащих и лиц, поступающих на военную службу; характер и степень влияния учебно-боевой деятельности на физическое состояние военнослужащих» [1].

Вышеперечисленные факторы, на наш взгляд, могут быть охарактеризованы как ведомственные. Для понимания приоритетных направлений и задач совершенствования системы физической подготовки также необходим учет изменений в характере современных военных угроз, сферах и формах военного противостояния, и связанных с ними изменений во взглядах на строительство, развитие и применение Вооруженных Сил, военной доктрине государства и действующем законодательстве.

Существенным фактором, обуславливающим требования к системе физической подготовки военнослужащих, является интегральный уровень современности армии и характер, и степень сложности выполняемых ею задач.

В интервью «Российской газете» 18 апреля 2021 года Министр обороны РФ генерал армии С.К. Шойгу сообщил, что «... на сегодняшний день ... основные преобразования в Вооруженных Силах РФ в целом завершены». Вооруженные Силы приведены к трехвидовой структуре, а их штатная численность доведена до установленных указом Президента Российской Федерации параметров. Созданы самодостаточные группировки войск на стратегических направлениях, сформированы Силы специальных операций, военная полиция и подразделения беспилотной авиации. Появился новый вид Вооруженных Сил – Воздушно-космические силы. Сформировано объединенное стратегическое командование Северного флота [2].

В ходе марафона «Новое знание» С.К. Шойгу сказал: «Мы сегодня имеем, если говорить о стратегических ядерных силах, уровень современности 86%» [3].

Таким образом, по доле современной техники в стратегических ядерных силах российская армия обошла самые сильные армии мира. В целом, уровень современности в Вооруженных Силах Российской Федерации на сегодня превышает 70%, что дает основание утверждать о вхождении в число самых передовых и наиболее технологически развитых армий мира.

Сложившаяся ситуация являет собой серьезный вызов действующей системе физической подготовки и спорта в Вооруженных Силах. Нам предстоит по-новому оценить состояние и задачи совершенствования физической подготовки войск с точки зрения соответствия положению и потребностям одной из ведущих мировых армий.

Состояние системы физической подготовки военнослужащих описывается показателями функционирования системы в целом и показателями состояния компонентов (концептуальных основ, процесса физического совершенствования и управления этим процессом) в частности.

К числу основных параметров, прямо характеризующих функционирование системы физической подготовки и спорта в соответствии с регламентированными целью и задачами, мы относим физическую и спортивную подготовленность военнослужащих.

По состоянию на текущий момент число военнослужащих, оцениваемых на «хорошо» и «отлично», превысило 67%, а выполнивших нормы и требования для присвоения спортивных званий и разрядов – 44% от штатной численности личного состава Вооруженных Сил.

По итогам 2020 года 90% выпускников военных вузов в ходе государственных экзаменов оценены на «хорошо» и «отлично», а более 75% имеют спортивные разряды и звания.

С 2015 года в системе довузовского образования Министерства обороны успешно реализуются задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Количество значкистов комплекса ГТО ежегодно увеличивается, и в настоящее время составляет 71%.

Мероприятия по совершенствованию системы физической, горной подготовки и спорта в Вооруженных Силах осуществлялись на всем протяжении периода реформирования и продолжаются в настоящее время.

Значительным этапом в развитии системы

физической подготовки является разработка и подготовка к вводу в действие нового Наставления (НФП-2021).

Осуществляемые изменения процесса физической подготовки военнослужащих соответствуют базовым тенденциям повышения прикладности и углубления специализации. В содержании проекта Наставления (НФП-2021) в полной мере отражены современные представления о вышеназванных тенденциях физической подготовки военнослужащих.

Последовательно проводятся организационные мероприятия в целях совершенствования управления процессом физической подготовки.

Разрабатываются и реализуются меры по управлению мотивацией военнослужащих к физическому совершенствованию. Физическая подготовленность военнослужащих учитывается при аттестациях и назначении на должность. За особые достижения в физической подготовке выплачивается денежная надбавка, которая достигает 100% должностного оклада за звание «Мастер спорта России».

Военнослужащие, проходящие военную службу по призыву, обеспечиваются спортивной формой одежды.

Развиваются новые формы военно-спортивных состязаний и конкурсов, такие как «Командирские старты», «Суворовский марш», «Кадетский натиск», «Курсантский бросок», «Саянский марш», «Эльбрусское кольцо» и групповые восхождения на горные вершины. За участие в соревнованиях военнослужащим вручаются ведомственные медали и знаки отличия, а выполнившим соответствующие нормативы присваиваются спортивные разряды и звания.

Продолжается работа по развитию учебно-материальной базы. За последние годы введено в эксплуатацию 87 современных спортивных объектов, в том числе 45 универсальных спортивных комплексов, 28 бассейнов и 14 ледовых дворцов.

Осуществляется закупка и поставка в воинские части и организации Минобороны России современных мобильных спортивных комплексов, спортивно-модульных систем, уличных и специальных тренажеров.

Более 100 таких комплексов эксплуатируются военнослужащими как в пунктах постоянной дислокации, так и в полевых условиях, в том числе в Сирийской Арабской Республике.

Создана и эффективно функционирует структура управления горной подготовкой. В настоящее время численность военнослужащих, прошедших подготовку к действиям в горной местности, достигла 15 тысяч человек.

В центре горной подготовки и выживания «Терскол» впервые введен цикл горной подготовки и выживания офицерского состава штатной численностью 10 преподавателей.

Укомплектованность должностей инструкторов горной подготовки в Вооруженных Силах доведена до 100%. В целях качественной организации процесса физической и горной подготовки введены новые должности специалистов физической и горной подготовки, в том числе и в Сирийской Арабской Республике.

Спортсмены ЦСКА за последние пять лет приняли участие более чем в 120-ти чемпионатах мира, региональных чемпионатах Международного совета военного спорта, Спортивного комитета при Совете министров обороны государств – участников СНГ, завоевав 515 золотых медалей. На чемпионатах Мира и Европы завоевано более 2 тысяч медалей различного достоинства.

Достижение вышеперечисленных показателей, на наш взгляд, позволяет утверждать, что в результате целенаправленной работы руководителей и специалистов всех звеньев система физической, горной подготовки и армейского спорта приведена в качественно новое состояние, более полного соответствия представлениям о месте и роли в системе учебно-боевой деятельности Вооруженных Сил, целесообразном функционировании, потребностях армии и возможностях государства в современных условиях.

Вместе с тем, развитие системы физической подготовки, по нашим оценкам, в последние годы проходило недостаточно равномерно. Выявляемые недостатки функционирования системы физической подготовки, как показывает опыт, связаны с задержкой назревших преобразований, недостатком научных исследований по актуальной проблематике либо нарушением принципа поэтапного внедрения

новаций. Представления о направлениях и задачах совершенствования системы физической подготовки отражены в Плане совершенствования системы физической подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации до 2025 года.

Применительно к текущему времени первоочередными задачами совершенствования системы физической, горной подготовки и армейского спорта следует считать:

работу по актуализации правовой и нормативной базы, в том числе ввод в действие новых Наставления и Руководств по физической подготовке в видах Вооруженных Сил и родах войск;

дальнейшую разработку и осуществление мер по управлению мотивацией военнослужащих к систематическому физическому совершенствованию;

работу по совершенствованию управления системой физической подготовки, в частности, проведение мероприятий по аттестации, повышению профессиональной квалификации специалистов, разработке критериев персональной профессиональной эффективности специалистов всех звеньев управления;

проведение научных исследований по дальнейшей разработке концептуальных основ физической подготовки, обоснованию содержания и методики физической подготовки военнослужащих в особых условиях, ситуационной физической подготовки, путей совершенствования управления системой физической подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации.

Следование парадигме опережающего развития должно быть обязательным условием вышеназванной деятельности специалистов физической подготовки и спорта.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Роль физической подготовки в обеспечении физической готовности военнослужащих к действиям по предназначению, вне зависимости от характера и способов ведения военного противоборства, была и остается безальтернативной.

Показатели состояния системы физической подготовки военнослужащих позволяют оценить ее соответствие представлениям о месте и роли в обеспечении боевой готовности Вооруженных Сил. Совершенствование системы физической подготовки должно осуществляться при соблюдении требований перспективного планирования, научного обоснования и поэтапного осуществления преобразований.

ЛИТЕРАТУРА

1. Теория и организация служебно-прикладной физической подготовки, физической культуры и спорта. Ч. 1 : учеб. для курсантов Военного института физической культуры / Под ред. проф. В. В. Миронова, А. А. Обвинцева. – СПб. : ВИФК, 2014. – 297 с.
2. Шойгу, С. К. Интервью «Российской газете» / С. К. Шойгу. – 18 апреля 2021 года.
3. Шойгу, С. К. Выступление на просветительском марафоне «Новое знание» / С. К. Шойгу. – 21 мая 2021 года.

REFERENCES

1. Theory and organization of service and applied physical training, physical culture and sports. Pt. 1 : textbook for cadets of the Military Institute of Physical Training / Eds. by prof. V. V. Mironov, A. A. Obvitsev. – St. Petersburg : MIPT, 2014. – 297 p.
2. Shoigu, S. K. The interview to Rossiyskaya Gazeta / S. K. Shoigu. – April 18, 2021.
3. Shoigu, S. K. Speech at the educational marathon «New Knowledge» / S. K. Shoigu. – May 21, 2021.

УДК 371.385.3

ИСТОРИКО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ АКТУАЛЬНОСТИ ТАКТИЧЕСКИХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ КОНТРТЕРРОРИСТИЧЕСКИХ ОПЕРАЦИЙ И ИНЫХ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Баранов Алексей Михайлович, начальник кафедры деятельности органов внутренних дел в особых условиях, Омская академия МВД России, Омск.

HISTORICAL AND THEORETICAL ANALYSIS OF THE RELEVANCE OF TACTICAL MOTOR ACTIONS OF LAW ENFORCEMENT OFFICERS DURING ANTI-TERRORISM OPERATIONS AND OTHER SPECIAL EVENTS

Baranov A.M., Head of the Department of Law Enforcement Agencies Activity in Special Conditions, the Omsk Academy of the Russian Interior Ministry, Omsk.

Аннотация:

Отечественный и зарубежный опыт боевого применения Вооруженных Сил и оперативно-боевого применения правоохранительных органов как при ликвидации внутренних вооруженных конфликтов, так и при проведении специальных мероприятий и операций является источником для разработки современных методик боевой подготовки. В статье представлены результаты анализа актуальности тактических двигательных действий сотрудников органов внутренних дел, привлекаемых к проведению контртеррористических операций и иных специальных мероприятий на различных этапах развития российского государства.

Ключевые слова:

контртеррористические операции, специальные мероприятия, сотрудники органов внутренних дел, тактические двигательные действия.

Abstract:

The Russian and foreign experience of the combat use of the armed forces and the operational and combat use of law enforcement agencies in both the elimination of internal armed conflicts, and during special events and operations is a source for the development of modern techniques of combat training. The article presents the results of the analysis of the relevance of tactical motor actions of law enforcement officers involved in anti-terrorism operations and other special events at various stages of the Russian state development.

Key words:

anti-terrorism operations, special events, officers of the law enforcement agencies, tactical motor actions.

ВВЕДЕНИЕ

Изменение криминологической обстановки в стране и за рубежом, исключительная опасность терроризма обозначили проблему совершенствования методики подготовки сотрудников правоохранительных органов, привлекаемых к проведению контртеррористических операций и иных специальных мероприятий.

В настоящее время в программе профессионального обучения повышения квалификации сотрудников органов внутренних дел, привлекаемых к проведению контртеррористических операций, не представлены организационно-педагогические условия, направленные на формирование у сотрудников органов внутренних дел навыков выполнения актуальных (отвечающим требованиям современных условий выполнения оперативно-служебных задач) тактических двигательных действий на основе отработки двигательных действий – нормативов (двигательных тестов) по тактико-специальной подготовке. По мнению автора, это свидетельствует о несовершенстве профессионального обучения данной категории сотрудников. При этом в системе профессионального обучения, профессиональной служебной и физической подготовки требования к физической и огневой подготовленности обучающихся представлены в соответствующих нормативных правовых актах

МВД России в виде нормативов по общей физической подготовке, боевых приемов борьбы, упражнений стрельб.

В современных педагогических исследованиях вопросы совершенствования огневой и физической подготовки являются одними их самых исследованных, чего нельзя сказать об области тактического содержания [1, 2]. Владение тактическими приемами и способами действий при выполнении оперативно-служебных задач, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия, является не менее важным компонентом подготовленности сотрудников органов внутренних дел, привлекаемых к проведению контртеррористических операций на территории Северо-Кавказского региона Российской Федерации [3].

Несоответствие содержания обучения сотрудников органов внутренних дел в образовательных организациях МВД России условиям выполнения оперативно-служебных задач при проведении контртеррористических операций и иных специальных мероприятий определяет проблему исследования.

Научно-практический опыт в педагогике богат полезными результатами изыскательской деятельности, в том числе и исторического характера. Еще в IV веке до н. э. китайский военный теоретик У-цзы писал, что только на основе прошлого военного опыта определяется настоящее и будущее… Пытаться создавать современное военное искусство без творческого учета минувшего опыта – это значит начинать все сначала, с азов [4].

Исторический опыт оперативно-боевой деятельности подразделений органов внутренних дел в ходе локальных войн и конфликтов в различной литературе раскрыт достаточно широко. В публицистической и научной литературе в различных аспектах раскрыты вопросы борьбы с бандитизмом в Сибири, на Дальнем востоке, басмачеством в Средней Азии [5]. Со дня окончания Великой Отечественной войны количество локальных конфликтов и проводимых в связи с этим оперативно-боевых мероприятий, где применялись силы структурных подразделений и комплексных сил правоохранительных органов как отечественных, так и за рубежом, исчисляется также большим количеством. Систематизация описываемых в этих источниках двигательных действий тактического характера, выполняемых сотрудниками органов внутренних дел в экстремальных условиях, связанных с риском для их жизни, позволит обосновать перечень наиболее актуальных из них, навыки выполнения которых необходимы для обеспечения личной и коллективной безопасности в процессе выполнения трудовой функции «физическое принуждение правонарушителей», в т. ч. в условиях контртеррористических и иных специальных мероприятий. Понятие «физическое принуждение правонарушителя» в рамках настоящего исследования трактуется как процесс непосредственного (то есть прямого, а не опосредованного) воздействия на личность, ограничивающий свободу ее действий (например, задержание лица с применением различных средств – физической силы, специальных средств, огнестрельного оружия). Описание трудовой функции «физическое принуждение» представлено в ст. 1 (Назначение полиции) Федерального закона от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ «О полиции»: «… полиция Российской Федерации предназначена для защиты жизни, здоровья <…> граждан <…>, для противодействия преступности, охраны общественного порядка, <…> для обеспечения общественной безопасности» [3].

Исследование имеет историко-логический характер, применены методы контент-анализа, периодизации и математической статистики, позволившие изучить сущностные доминанты исследуемых источников, хронометрировать факты оперативно-боевого опыта органов внутренних дел, провести статистическую обработку и оценить полученные результаты по Перцентильной шкале. Исследования по данной шкале позволяют расчленить совокупность измеренных признаков на множества, связанные между собой, что в целом продуцирует качественно-обоснованные результаты [3, 6].

Актуальность исследования обусловлена рядом обстоятельств:

Во-первых, на протяжении межвоенных периодов последнего столетия истории России число локальных войн, конфликтов, где в рамках боевых и специальных операций принимали участие сотрудники органов внутренних дел, составляет не один десяток. Успех

таковых мероприятий обеспечивался путем выполнения сотрудниками оптимальных двигательных действий, обеспечивающих личную безопасность, соответственно гибель и травматизм, напрямую зависел от наличия или отсутствия навыка выполнения таковых.

Во-вторых, описываемые в воспоминаниях участников, документальных публикациях эпизоды боевых действий представляют собой закономерность информации об актуальных двигательных действиях, обеспечивающих личную безопасность при выполнении трудовой функции «физическое принуждение правонарушителей».

В-третьих, исследуемый практический опыт не учтен в педагогической системе профессионального обучения сотрудников органов внутренних дел, не оформлен дидактически.

Объект исследования – профессиональное обучение военнослужащих и сотрудников правоохранительных органов, привлекаемых к проведению контртеррористических операций и иных специальных мероприятий.

Предмет исследования – тактические приемы и способы действий сотрудников правоохранительных органов, направленные на физическое принуждение правонарушителей в условиях проведения контртеррористических операций и иных специальных мероприятий.

Цель исследования – определить актуальные (соответствующие современным условиям выполнения оперативно-служебных задач) тактические приемы и способы действий сотрудников органов внутренних дел, направленные на физическое принуждение правонарушителей в условиях проведения контртеррористических операций и иных специальных мероприятий.

Намеченная цель предопределила постановку и решение вытекающих из нее задач исследования:

1. Произвести хронометрирование и периодизацию материала, свидетельствующего о фактах и событиях оперативно-боевого опыта деятельности советских и российских правоохранительных органов, путем контент-анализа систематизировать данные об актуальных двигательных действиях, уверенные навыки выполнения которых обеспечивали успешное выполнение трудовой функции «физическое принуждение правонарушителя».

2. Принять статистическое решение и выбрать статистический метод, позволяющий сопоставить данные по актуальным тактическим двигательным действиям, установить между ними связь. Определить степень актуальности (ранг) тактических двигательных действий сотрудников правоохранительных органов для каждого периода.

3. Посредством сравнения полученных математических параметров резюмировать наиболее актуальные тактические двигательные действия в целях дальнейшей разработки двигательных тестов (нормативов).

Гипотеза исследования заключается в предположении о том, что описываемые в анализируемых материалах события, факты и эпизоды оперативно-боевого применения комплексных сил органов внутренних дел позволят определить перечень и обосновать содержание актуальных тактических приемов и способов действий, которые обеспечат успешное выполнение оперативно-служебных задач по физическому принуждению правонарушителей в условиях проведения контртеррористической операции и иных специальных мероприятий.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Навык как понятие в педагогической науке является одним из элементов, характеризующих результат образования, обучения, подготовки [3]. Двигательное действие – это целенаправленный двигательный акт, сознательно осуществляемый в целях решения какой-либо двигательной задачи. Двигательное действие состоит из движений и поз [7].

Описываемые в мемуарах и свидетельствах события, связанные с оперативно-боевым применением подразделений органов внутренних дел, указывают на то, что решаемые сотрудниками подразделений ВЧК-ОГПУ-НКВД-МГБ-МВД оперативно-боевые задачи связаны с необходимостью владения навыками индивидуальных тактических двигательных действий, обеспечивающих личную безопасность. Посредством хронометрирования и контент-анализа получены сведения об

актуальных тактических двигательных действиях сотрудников органов внутренних дел, уровень навыка выполнения которых так или иначе повлиял на обеспечение личной или коллективной безопасности в экстремальной ситуации. Был изучены ряд научных публикаций и работ диссертационного и монографического характера [5, 9-18], также подвергнуты хронометрированию и контент-анализу литературные издания отдельных авторов и различных авторских коллективов. Например, Коротков С.Н. Участие внутренних войск в разгроме остатков сил внутренней контрреволюции в начале восстановительного периода 1921-1923 гг. Л., 1980; Борисов А. Поход конной группы и 8-й кавалерийской бригады в Каракумскую пустыню в 1927 году. М.: Воениздат, 1932. Данные источники позволили обобщить сведения о двигательных действиях сотрудников правоохранительных органов периода 20-х годов прошлого столетия. Анализу была подвергнута и другая подборка литературы авторов и авторских коллективов региональных управлений внутренних дел, например: Виртуальная война / Н.А. Коротаевский [и др.]. Вологда, 2005. 249 с.; Стражи земли Вятской. М., 2002. 175 с.; Милиция Кузбасса. М., 2004. 366 с.; Необъявленная война / Ю.Г. Гаврилов [и др.]. Курган: ООО «Типография Дамми», 2017. 184 с.; Командировка на войну / Г.Ф. Киров [и др.]. Курган: ООО «Типография Дамми», 2019. 264 с.; Омские витязи. Омск, 1998. 112 с.; 20 лет на страже закона / В.А. Ларионов [и др.]. Владивосток, 2008. 104 с. и другие. Всего автором было изучено содержание 38 открытых литературных источников, описывающих более 100 эпизодов оперативно-боевого применения подразделений органов внутренних дел различных регионов России периода 1995-2007 гг. Общие хронологические рамки исследования охватили период от момента начала оперативно-боевой деятельности органов внутренних дел советской России в Средней Азии в 1921 году до момента завершения контртеррористической операции в Чеченской республике РФ в 2007 году. Полученные количественные и качественные данные были систематизированы в следующей периодизации:

Период № 1: Функционирование органов правопорядка по обеспечению военной и общественной безопасности на территории отдельных регионов советского государства в 1920-х гг.

Период № 2: Практический опыт проведения войсковых операций по ликвидации диверсантов на территории Белоруссии, радикальных формирований ОУН-УПА на территории Украины в 1944-46 гг., националистических бандформирований «Лесных братьев» на территории прибалтийских республик Литвы, Латвии и Эстонии (1944-1956 гг.).

Период № 3: Участие советских правоохранительных органов в силовых акциях по освобождению заложников, несению службы на контрольно-пропускных пунктах (постах), задержанию вооруженных (особо опасных) преступников за рубежом (на примере Республики Афганистан).

Период № 4: Проведение мероприятий по *«…разоружению и ликвидации вооруженных формирований на территории Чеченской Республики»*, что в последующем в исторической и публицистической литературе фигурировало как Первая и Вторая чеченские кампании. Контртеррористические операции и иные специальные мероприятия, проводимые в России до 2007 года.

Существенную помощь в методике проведения историко-логического исследования оказала диссертация В.О. Зверева [8], позволившая успешно организовать сбор и систематизацию качественных и количественных индикаторов контента.

По первому периоду наиболее детально систематизирован материал в публикациях В.Л. Анисимова [9], К.К. Горяинова [10], С.А. Селиверстова [11], В.В. Шитько [5], А.Н. Хоменко [12]. Указанные научные работы проводились по научным специальностям административного и уголовно-правового характера, однако сведения, фигурирующие в них, стали применимы в целях сбора эмпирических данных в рамках настоящего педагогического исследования.

Например, в тексте диссертации А.Н. Хоменко на тему: «Уголовно-правовые аспекты захвата и освобождения заложников» приводятся примеры силовых действий сотрудников милиции в 27 специальных мероприятиях по освобождению заложников в период 1990-2007 гг. В ходе контент-анализа были

обнаружены и учтены такие единицы контента, как «Скрытное передвижение к объекту противника», «Изготовка для стрельбы (стоя, лёжа, с колена)», «Смена огневой позиции». Аналогично были получены сведения о таких двигательных действиях в текстах диссертаций С.О. Екимова [13] и В.М. Щукина [14]. Аналогичному анализу был подвергнут опыт борьбы с басмачеством в Средней Азии в 20-х гг. прошлого столетия. Все полученные качественные и количественные показатели в последующем были учтены и отображены в таблице № 1.

При анализе второго периода, рассматривая содержание источников, описывающих события и факты оперативно-боевой деятельности внутренних войск НКВД СССР при ликвидации в 1940-е и 50-е гг. украинских националистов, бандформирований «Лесных братьев» на территории Белоруссии и Прибалтики, было установлено, что перечень двигательных действий значительно шире. Так, с развитием транспортного вопроса в данной литературе появилась «Посадка и спешивание с транспортного средства», причем актуальность «спешивания» показывается в материалах значительно чаще, чем «посадка». Вторым двигательным действием фигурирует «Досмотр задерживаемого лица и транспортного средства».

В исследовании сборника воспоминаний советников и специалистов МВД СССР, выполнявших интернациональный долг в Республике Афганистан, изучено описание как одиночных, так и групповых действий в составе специального подразделения «Кобальт». Авторы описывают 86 эпизодов и фактов чрезвычайного характера, которые были систематизированы в объеме третьего периода.

Четвертый период, связанный с *«…разоружением и ликвидацией вооруженных формирований на территории Чеченской Республики»*, показал перечень тактических двигательных действий еще более широкой номенклатуры. Так, при изучении содержания открытых изданий, подготовленных авторскими коллективами УВД по Вологодской, Вятской, Кемеровской, Курганской, Омской областей, УБОП УВД по Приморскому краю, где описаны факты и события боевых действий (специальных операций), проводимых на территории Северо-Кавказского региона с декабря 1994 по август 2007 гг., различные тактические двигательные действия описываются 265 раз.

Всего исследованием охвачено одиннадцать тактических двигательных действий, навыки выполнения которых необходимы для обеспечения личной и коллективной безопасности в условиях проведения контртеррористических и иных специальных мероприятий. По результатам обобщения числовых показателей по всем четырем периодам, исследуемым двигательным действиям был присвоен порядковый номер:

№ 1. Действия по сигналам взаимодействия.

№ 2. Экипировка средствами защиты и оружием.

№ 3. Посадка личного состава служебного наряда в автомобиль.

№ 4. Спешивание личного состава служебного наряда из автомобиля и боевое развертывание.

№ 5. Изготовка для стрельбы.

№ 6. Скрытное передвижение к объекту противника.

№ 7. Смена огневой позиции.

№ 8. Занятие окопа, траншеи, огневой позиции опорного пункта или иного места для ведения огня.

№ 9. Действия личного состава в пункте временной дислокации по сигналу о нападении.

№ 10. Уяснение задачи и составление карточки огня на оборону позиции.

№ 11. Досмотр задерживаемого лица и транспортного средства.

Согласно предложенной периодизации, выявленные количественные показатели автором были ранжированы с помощью «MS Office Excel» (пакет анализа, инструмент анализа «Ранг и Персентиль») [3], тем самым стало возможным обосновать актуальность тактических двигательных действий, навыки выполнения которых необходимы для обеспечения личной и коллективной безопасности (табл. 1).

Таблица 1 – Результаты первичной статистической обработки количественных показателей актуальности тактических двигательных действий

Номер двигательного действия	Периодизация (I-IV) и ранжирование (по персентилю)											
	I			II			III			IV		
	∑	Ранг	%	∑	Ранг	%	∑	Ранг	%	∑	Ранг	%
№ 1	4	6	44,4	9	4	66,6	76	max		62	max	
№ 2	–	8	0,0	–	9	0,0	59	1	100,0	49	2	88,8
№ 3	5	4	55,5	6	5	44,4	11	8	22,2	31	5	55,5
№ 4	5	4	55,5	9	4	66,6	44	3	77,7	52	1	100,0
№ 5	12	1	100,0	30	1	100,0	51	2	88,8	37	4	66,6
№ 6	4	6	44,4	10	3	77,7	29	5	55,5	26	6	44,4
№ 7	8	2	88,8	11	2	88,8	14	7	33,3	44	3	77,7
№ 8	7	3	77,7	2	8	22,2	7	10	0,0	4	10	0,0
№ 9	–	8	0,0	–	9	0,0	38	4	66,6	11	9	11,1
№ 10	–	8	0,0	4	7	33,3	8	9	11,1	18	7	33,3
№ 11	2	5	55,5	6	5	44,4	26	6	44,4	16	8	22,2

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, хронометрирование и периодизация материала, свидетельствующего о фактах и событиях оперативно-боевого опыта деятельности советских и российских правоохранительных органов, позволили систематизировать данные об актуальных двигательных действиях в рамках четырех периодов времени истории деятельности отечественных правоохранительных органов.

Полученные сведения о рангах позволяют сделать вывод о том, что при величине задаваемого персентиля 0,8 (значение ранжирования не менее 20,0%) из представленного перечня тактических двигательных действий, наименее актуальными являются: № 8 – «Занятие окопа, траншеи, огневой позиции опорного пункта или иного места для ведения огня» и № 10 – «Уяснение задачи и составление карточки огня на оборону позиции».

Остальные подвергнутые анализу тактические двигательные действия показывают высокую актуальность. Применение историко-логического и математико-статистического методов позволило сделать вывод о том, что перечень двигательных действий, актуальных для сотрудников органов внутренних дел, привлекаемых к проведению контртеррористических операций и иных специальных мероприятий, имеют четкое обоснованное содержание. Сотрудники органов внутренних дел, привлекаемые к проведению контртеррористических операций и иных специальных мероприятий, должны владеть следующими индивидуальными и коллективными двигательными действиями: «Действия по сигналам взаимодействия», «Экипировка средствами защиты и оружием», «Спешивание личного состава служебного наряда из автомобиля и боевое развертывание», «Смена огневой позиции», «Скрытное передвижение к объекту противника», «Посадка личного состава служебного наряда в автомобиль», «Досмотр задерживаемого лица и транспортного средства», «Действия личного состава в пункте временной дислокации по сигналу о нападении».

ЛИТЕРАТУРА

1. Астафьев, Н. В. Направленное воздействие на сенсорные и моторные компоненты деятельности сотрудников органов внутренних дел на этапе совершенствования двигательного навыка в стрельбе из пистолета / Н. В. Астафьев, Д. В. Литвин // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 4. – С. 105-109.
2. Хуббиев, Ш. З. Физические качества в структуре двигательного компонента боевой деятельности / Ш. З. Хуббиев, Г. Г. Дмитриев, В. И. Криличевский // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 83-85.
3. Астафьев, Н. В. Нормирование способов действий сотрудников органов внутренних дел с применением средств физического принуждения : монография / Н. В. Астафьев. – Тюмень : Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России, 2020. – С. 106.
4. История военного искусства. Том 1. – М. : Воениздат, 1963. – 528 с.
5. Шитько, В. В. Войска ОГПУ-НКВД в локальных войнах и конфликтах (1922-июнь 1941 гг.) : автореф. дис. … канд. ист. наук / В. В. Шитько. – М., 2007. – 25 с.
6. Математико-статистические методы обработки данных психологических исследований : учеб. пособие / В. А. Богаевский, И. А. Паршутин, А. Н. Сударик. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Московский университет МВД России имени В. Я. Кикотя, 2019. – 72 с.
7. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры / Ю. Ф. Курамшин. – М. : Советский спорт, 2010. – 463 с.
8. Зверев, В. О. Система мер противодействия угрозам военной безопасности Российской империи (1904-1914 годы): дис. … д-ра ист. наук: 07.00.02 / В. О. Зверев. – Омск, 2017. – 483 с.
9. Анисимов, В. Л. Организационные основы деятельности ОВД при проведении специальных операций : учеб. пособие / В. Л. Анисимов [и др.]. – М. : ВНИИ МВД России, 1998.
10. Горяинов, К. К. Проблемы ОРД : сборник избранных работ В. А. Лукашова / Сост. К. К. Горяинов, А. П. Исиченко, А. С. Вандышев. – М. : ВНИИ МВД России, 2000.
11. Селиверстов, С. А. Выявление, предотвращение и пресечение преступной деятельности террористических и экстремистских группировок, вскрытие и ликвидация бандподполья (теоретический и исторический аспекты) : монография / С. А. Селиверстов. – М. : ФГКУ «ВНИИ МВД России», 2015. – 270 с.
12. Хоменко, А. Н. Уголовно-правовые аспекты захвата и освобождения заложников : дис. … канд. юрид. наук/ А. Н. Хоменко. – Омск, 2008. – 213 с.
13. Екимов, С. О. Правовые и организационные основы деятельности подразделений милиции специального назначения : дис. … канд. юрид. наук / С. О. Екимов. – Омск, 2004. – 193 с.
14. Щукин, В. М. Организация деятельности группировки сил и средств органов внутренних дел по предотвращению и пре сечению захватов заложников террористами : автореф. дис. … канд. юрид. наук / В. М. Щукин. – М., 2006. – 26 с.
15. 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.
16. 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.
17. 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.
18. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута //Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Astafyev, N. V. Directional effects on sensory and motor components of activity of officers of law enforcement agencies at the stage of the development of motor skills in gun firing / N. V. Astafyev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 4. – P. 105-109.
2. Khubbiev, Sh. Z. Physical qualities in the structure of the motor component of combat activities / Sh. Z. Khubbiev, G. G. Dmitriev, V. I. Krilichevsky // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies.– 2020. – No. 1. – P. 83-85.
3. Astafyev, N. V. Rationing of methods of actions of officers of interior affairs bodies with the use of means of physical compulsion : monograph / N. V. Astafyev. – Tyumen : Tyumen Institute for Advanced Training of Officers of the Russian Interior Ministry, 2020. – P. 106.

4. History of military art. Vol. 1. – Moscow : Voennizdat, 1963. – 528 p.
5. Shitko, V. V. Troops of the OGPU-NKVD in local wars and conflicts (1922-June 1941) : Abstract of PhD thesis (History) / V. V. Shitko. – Moscow, 2007. – 25 p.
6. Mathematical and statistical methods of processing psychological research data : textbook / V. A. Bogaevsky, I. A. Parshutin, A. N. Sudarik. – 2nd ed., reprint. and additional – Moscow : Moscow University of the Russian Interior Ministry, 2009. – 72 p.
7. Kuramshin, Yu. F. Theory and methodology of physical training / Yu. F. Kuramshin. – Moscow : Sovetskiy sport, 2010. – 463 p.
8. Zverev, V. O. System of measures to counteract threats to the military security of the Russian Empire (1904-1914): Doctoral thesis (History) : 07.00.02 / V. O. Zverev. – Omsk, 2017. – 483 p.
9. Anisimov, V. L. Organizational bases of the Department of Law enforcement during special operations : a textbook/ V. L. Anisimov [et al.]. – Moscow : ARRC of the Russian Interior Ministry, 1998.
10. Goryainov, K. K. Problems of the Department of Law enforcement agencies : A collection of selected works by V. A. Lukashov / Comp. K. K. Goryainov, A. P. Isichenko, A. S. Vandyshev. – Moscow : ARRC of the Russian Interior Ministry, 2000.
11. Seliverstov, S. A. Detection, prevention and suppression of criminal activity of terrorist and extremist groups, opening and liquidation of the bandit underground (Theoretical and historical aspects) : Monograph / S. A. Seliverstov. – Moscow : ARRI of the Russian Interior Ministry, 2015. – 270 p.
12. Khomenko, A. N. Criminal-legal aspects of the capture and release of hostages : PhD thesis (Juridical Sciences).– Omsk, 2008. – 213 p.
13. Ekimov, S. O. Legal and organizational bases of activity of divisions of special purpose militia : PhD thesis (Juridical Sciences) / S. O. Ekimov. – Omsk, 2004. – 193 p.
14. Shchukin, V. M. Organization of the activities of the grouping of forces and means of law enforcement agencies for the prevention and suppression of hostage-taking by terrorists : Abstract of PhD thesis (Juridical Sciences) / V. M. Shchukin. – Moscow, 2006. – 26 p.
15. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical foundation of an individual and typological approach to 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.
16. 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.
17. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
18. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 355.233.22

РЕТРОСПЕКТИВНЫЙ АНАЛИЗ ИССЛЕДОВАНИЙ В ОБЛАСТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СИЛОВЫХ СТРУКТУРАХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Исаков Никита Александрович, адъюнкт, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Руденко Родион Владимирович, доктор педагогических наук, доцент кафедры теории и управления физической подготовки и спорта, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Попадьин Виталий Валериевич, заместитель начальника кафедры теории и управления физической подготовки и спорта, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Багреев Сергей Романович, начальник отдела организации научной работы и подгтовки научно-педагогических кадров, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

RETROSPECTIVE ANALYSIS OF RESEARCH IN THE FIELD OF IMPROVING THE EFFICIENCY OF PROFESSIONAL ACTIVITIES IN RUSSIAN SECURITYAGENCIES

Isakov N.A., Postgraduate student, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Rudenko R.V., Doctor of Pedagogics, Associate Professor at the Department of Theory and Management of Official Physical Training and Sports, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Popadyin V.V., Candidate of Pedagogics, Deputy Head of the Department of Theory and Management of Physical Training and Sports, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Bagreev S.R., Head of the Department of Organization of Research Work, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье проанализированы исследования в области оценки и повышения эффективности профессиональной деятельности сотрудников силовых структур, в том числе Министерства обороны. Рассмотрен вопрос значимости повышения эффективности специалистов по физической подготовке в соответствии с современными стратегическими задачами, стоящими перед военным ведомством.

Ключевые слова:

эффективность, профессиональная деятельность, специалист по физической подготовке, повышение эффективности, оценка эффективности.

Abstract:

The article focuses on research in the field of assessing and improving the professional performance of security agencies officers, including the Ministry of Defense. The issue of the importance of increasing the effectiveness of physical training specialists in accordance with modern strategic tasks facing the Military Department has been considered.

Key words:

effectiveness, professional activities, fitness specialist, increase of efficiency, efficiency score.

ВВЕДЕНИЕ

С конца девятнадцатого века сформировался интерес к организации труда и контроля профессиональной деятельности, в начале прошлого столетия остро встал вопрос о повышении эффективности и производительности труда. К середине 20 века были выработаны различные подходы, предназначенные для выявления показателей и критериев эффективности труда для различных категорий специалистов. С начала 90-х годов и по настоящий момент многие ученые предпринимают попытки определения и измерения эффективности, разрабатывается множество различных методик и моделей оценки профессиональной деятельности. На основе имеющихся знаний у производственных организаций, государственных учреждений и силовых структур появилась возможность оценивать

сотрудников с точки зрения эффективности их труда. При этом личностные данные, образование, квалификация и опыт учитываются как второстепенный критерий, для руководства наиболее важным является конкретный результат, выполненный с наименьшими трудовыми, экономическими и временными затратами.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Одним из важнейших приоритетов государственной политики является повышение эффективности гражданской службы, службы силовых структур в целом и отдельных служащих в частности [5].

Понятие «эффективность» не имеет однозначного определения и существует множество подходов для его вывода. До сих пор само это понятие является предметом научных дискуссий в разных сферах [6].

Определений, раскрывающих понятие «эффективность», в научной литературе огромное множество, но мнения большинства авторов сводятся к пониманию эффективности как соотношению достигнутых результатов и затраченных ресурсов[19, 23-26]. Исходя из этого определения, можно сказать, что эффективность труда оценивается на основании только количественных показателей. Такие показатели характерны производственной сфере, однако мы считаем, что представляется возможным оценивать труд, связанный с выполнением работы в силовых структурах по принципу эффективности, при соотношении результата к временным затратам, потраченных на работу и качество выполненной работы.

Повышение эффективности деятельности всех органов управления и силовых ведомств, а также качество исполнения ими своих функций стало ведущим мотивом всех крупных преобразований, осуществленных в стране за последние десять лет. В.В. Путин, выступая с ежегодным посланием Федеральному Собранию, заявил, о том, что система государственной службы должна быть перестроена по принципу эффективности и нацеленности на результат [12]. В Российском государственном аппарате только лишь с недавнего времени ведется работа по созданию способов повышения и объективной оценки эффективности профессиональной деятельности. Нормативно-правовой основой оценки эффективности муниципального управления и труда муниципальных служащих является Указ Президента РФ «Об оценке эффективности деятельности органов местного самоуправления городских округов и муниципальных районов» и распоряжение Правительства РФ «О реализации Указа Президента Российской Федерации от 28 апреля 2008 г. № 607 «Об оценке эффективности деятельности органов местного самоуправления городских округов и муниципальных районов».

Исследования по вопросу повышения эффективности деятельности силовых структур и их сотрудников проводились еще с советских времен и продолжились уже в современной России. Рассмотрим такие исследования в органах внутренних дел (далее – МВД), Министерстве чрезвычайных ситуаций (далее – МЧС и Министерстве обороны (далее – МО РФ).

Теоретические и прикладные исследования по повышению и оценке эффективности деятельности МВД проводились еще в советский период, однако многие принципиальные вопросы в данной области остаются нерешенными [3]. МВД является одной из самых сложных организаций, имеющих в своем составе множество разнонаправленных структур, а также более одного миллиона трехсот тысяч сотрудников. А неудовлетворенность деятельностью органов МВД, по данным социологического опроса граждан, составляло в разное время от 22% до 53%. Такое состояние дел обязывало руководство принимать меры по повышению эффективности профессиональной деятельности сотрудников МВД. зарубежных коллег. До начала 2000-х годов использовалась система оценки деятельности сотрудников МВД, которая функционировала с 70-х годов XX века, основой была оценка деятельности по общим показателям структурного подразделения, достигнутого общими усилиями.

В начале XXI века руководство МВД приступило к разработке новой системы оценки деятельности органов внутренних дел, которая получила свое отражение в приказе МВД России от 23 ноября 2002 г. № 1150. Основой

приказа было создание условий для поднятия престижа органов МВД у общественности с показателями и критериями, характерными для выполнения этой задачи. В последующие годы руководство МВД не раз принимало попытки модернизации системы оценки органов МВД, которые были отражены в приказах МВД России № 1120 от 30 декабря 2006 года, № 25 от 19 января 2010 года и в приказе № 1040 от 31 декабря 2013 года. Анализ предпринимавшихся в разные годы попыток усовершенствования систем оценок в управлении МВД показывает, что каждая из них так или иначе представляла собой модифицированный вариант предыдущей, основанной преимущественно на количественных показателях [4]. И в настоящее время продолжаются исследования в области оценки эффективности профессиональной деятельности сотрудников МВД.

Начиная с 70-х годов в СССР в пожарной службе, входившей на тот момент в состав МВД СССР, советские ученые разработали ряд методик по оценке деятельности таких подразделений [18]. Исследования на создания методик оценки деятельности пожарной службы склонялись к созданию ряда отдельных показателей со своими весовыми коэффициентами, которые в совокупности определяли деятельность подразделения. Начиная с 1974 года и до 1979 года был разработан ряд методик, оценивающих пожарную службу по выполнению плана контрольно-надзорной деятельности и ущерба от пожаров, представляли собой количественные показатели [10, 11, 12, 15]. В конечном итоге на основании этих методик пожарные службы были оценены с точки зрения эффективности их деятельности. При этом некоторые авторы считают, что важным недостатком в этих исследованиях была предрасположенность к оценке подразделения в целом, т. е. объектом оценки является деятельность подразделения без идентификации деятельности конкретных должностных лиц [9]. Но ряд авторов считает, что вышеуказанный недостаток не повлиял на положительную динамику в повышении эффективности подразделений, а учитывался в дальнейших исследованиях и методиках оценки [12].

На данный момент пожарная служба действует в составе МЧС и ее функционал значительно расширен по сравнению с советским периодом времени, это не только тушение пожаров, но и борьба с различного рода чрезвычайными ситуациями. На данный момент подразделения оцениваются в большей степени по результативности, но в целом сформирована такая процедура оценки, при которой рядовой сотрудник точно знает свою задачу, а руководство применяет методы управления, необходимые для эффективной деятельности подразделения.

Помимо борьбы с чрезвычайными происшествиями, МСЧ выполняет функцию их профилактики, до 25% всей надзорной деятельности в РФ осуществляется органами МЧС. Исследования по оценке эффективности и результативности таких органов осуществлялось в соответствии с распоряжением Правительства РФ от 17 мая 2016 г. № 934-р. Основными задачами разработки и внедрения системы оценки являются выбор целей, на которые направлена деятельность контрольно-надзорных органов, определение показателей результативности и эффективности, разработка и внедрение методик оценки результативности и эффективности, а также механизмы автоматизированного сбора данных и контроля над деятельностью. В настоящий момент система оценки разработана, внедрена и успешно функционирует в контрольно-надзорных органах МЧС России.

Вопрос эффективности профессиональной деятельности военнослужащих сложно воспринимаем, так как военная служба не относится к производственной сфере. В мирное время результатом труда военнослужащих является их боевая готовность – состояние определяющее степень подготовленности к выполнению возложенных на них боевых задач. В условиях сокращения длительности службы военнослужащих по призыву до одного года и кадровой текучести военнослужащих по контракту (солдат и сержантов) вопрос повышения эффективности профессиональной деятельности и ее оценка становится актуальным, так же как и в производственной сфере.

В армиях различных стран, в том числе и России, существует понятие «боевая эффективность». Различные отечественные источники раскрывают это понятие как спо-

собность живой силы и техники выполнять боевые задачи, а также размер причиненного ущерба противнику. В Американской литературе под боевой эффективностью понимается «целевая функция, формируемая на базе тактико-тактических характеристик изделия» [21]. Г.А. Бахарев считает, что боевая эффективность – это сугубо экономический показатель, который указывает на выполнение максимального объема работы с уже заданными объемами экономических ресурсов [2]. В основном большинство авторов ведут рассуждения об использовании военной и военно-специальной техники в мирное время, а также об эффекте от ее применения при выполнении боевой задачи. Но нет рассуждений об эффективности деятельности отдельно взятого военнослужащего, который, к примеру, управляет техникой или командует подчиненными, или о должностных лицах, которые готовят расчет для выполнения боевой задачи.

Такие авторы, как И.А Авдеенко и Н.В. Козина в своих работах сводят профессиональную эффективность военнослужащего к морально-психологическим и адаптационным возможностям военного [1, 8]. Мы считаем, что морально-психологические и адаптационные возможности косвенно влияют на эффективность профессиональной деятельности и сложны к оценке. Р.Г. Смелик, работая над изучением эффективности воинского труда, писал, что анализ эффективности воинского труда целесообразно проводить по следующему алгоритму. Вначале следует раскрыть содержание функций воинского труда. Затем исследовать эффективность данной функции. В итоге попытаться выделить качественные или количественные параметры эффективности [16]. С исследованиями вышеуказанного автора мы в большинстве своем согласны, только для окончательного формирования количественных и качественных параметров мы считаем необходимым обратиться к экспертам в исследуемой области.

Анализ служебных документов показывает, что на данный момент в Министерстве обороны Российской Федерации в органах военного управления, объединений, соединений, воинских частей, учреждений, организаций, кадровых органов только должностные лица, ответственные за работу по профилактике коррупционных и иных правонарушений, оцениваются с позиции эффективности. По этому направлению деятельности должностных лиц созданы и утверждены методические рекомендации, которые содержат в себе конкретные показатели и критерии их оценки, способствующие повышению эффективности мер антикоррупционной направленности.

Также в военном ведомстве есть ряд документов, содержание которых имеет количественные и качественные показатели. В вопросах физической подготовки показателей, имеющих количественное выражение, всего два, а качественных четыре, которые направлены на достижение первых двух показателей с количественным выражением. По нашему мнению, этих показателей недостаточно, так как большая часть выполняемых обязанностей специалиста по физической подготовке, направленных на повышение боевой готовности военнослужащих, остается не учтенной. Р.В. Руденко в своем исследовании пишет о низком уровне корреляции между критериями оценивания, используемыми в рамках проверки и оценки физической подготовленности, и направлениями деятельности специалиста по физической подготовке и, помимо этого, проанализировав профессиональную деятельность специалиста, выявил дефицит критериев оценивания по отношению к непосредственным обязанностям специалиста [16].

Это приводит смещению приоритетов при выполнении служебных обязанностей, а в конечном итоге к невозможности определить, эффективен ли был специалист при выполнении своих служебных обязанностей.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В настоящее время в России в значительной части государственных органов, учреждений, компаний и силовых структур профессиональная деятельность должностных лиц оценивается по их эффективности. Но при этом в военном ведомстве вопрос оценки эффективности профессиональной деятельности недостаточно распространен и опыт применения разработок повышения и оценки эффективности отразился только в методических рекомендациях для должностных лиц, выполняющих мероприятия антикоррупцион-

ной направленности или определяющие экономическую эффективность использования техники и энергоресурсов. Но данная модель оценки деятельности должностных лиц приобретает популярность и в Министерстве обороны. Высшее военное руководство считает, что повышение эффективности деятельности должностных лиц органов управления позволит успешнее решать задачи обеспечения боевой готовности Вооруженных Сил, улучшит социальную защищенность военнослужащих и повысит престиж армии в целом. Так как специалист по физической подготовке выполняет различные мероприятия, направленные на повышения уровня физической подготовленности военнослужащих, что способствует повышению боевой готовности личного состава, а также косвенно влияет на материальное положение, особенно военнослужащих, проходящих военную службу по контракту. Это обусловлено повышением качества жизни данной категории для предупреждения кадровой текучести. В военном ведомстве понимают, что подготовка новых кадров является дорогостоящей процедурой и снижает боевую готовность. Таким образом, эффективное выполнение должностных обязанностей специалистами по физической подготовке является одной из важных задач для обеспечения боевой готовности ВС РФ.

ЛИТЕРАТУРА

1. Авдеенко, И. А. Психолого-педагогические условия, необходимые для повышения эффективности военно-профессиональной деятельности военнослужащих в условиях горной местности / И. А. Авдеенко, О. Н. Чибирков // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2011. – № 12. – С. 7-11.
2. Бахраев, Г. А. Боевая эффективность и затраты / Г. А. Бахраев // Приоритеты России– 2014. – № 2. – С. 38-49.
3. Бунов, Е. Г. Оценка эффективности деятельности органов внутренних дел: социологическое измерение // Труды Академии управления МВД России. – 2011. – № 3. – С. 67-69.
4. Бунов, Е. Г. Социальная эффективность деятельности органов внутренних дел в условиях реформирования системы управления МВД России : дис. … канд. соц. наук / Е. Г. Бунов. – М. : Академия МВД, 2014.
5. Васильева, Е. И. Оценка эффективности государственных служащих / Е. И. Васильева, Т. Е. Зерчанинова, А. В. Ручкин // Управленческое консультирование. – 2016. – № 4. – С. 14-25.
6. Евдокимова, Т. В. Анализ генезиса теоретических подходов к понятию и оценке эффективности / Т. В. Евдокимова // Вестник Томского государственного университета. – 2013. – № 3 (23).
7. Кибанов, А. Я. Управление персоналом организации. Отбор и оценка при найме, аттестация / А. Я. Кибанов, И. Б. Дуракова. – М. : Экзамен, 2016. – 417 с.
8. Козина, Н. В. Адаптационные характеристики военнослужащих срочной службы, симулирующие соматические симптомы / Н. В. Козина, Д. А. Скворнякова // Медицинская психология в России. – 2015. – № 5 (34).
9. Мартинович, Н. В. Особенности оценки служебной деятельности должностных лиц пожарно-спасательных подразделений Государственной противопожарной службы МЧС России / Н. В. Мартинович, А. А. Мельник, А. В. Антонов, И. Н. Татаркин // Интернет-журнал «НАУКОВЕДЕНИЕ». – Том 8. – № 6 (2016) [Электронный ресурс]. – http://naukovedenie.ru/PDF/10TVN616.pdf.
10. Методика оценки деятельности пожарной охраны МВД СССР. – М. : ВНИИПО МВД СССР, 1974. – 64 с.
11. Методика оценки деятельности аппаратов государственного пожарного надзора. – М. : ВНИИПО МВД СССР, 1977. 61 с.
12. Методика оценки деятельности пожарных частей по охране населенных пунктов. – М. : ВНИИПО МВД СССР, 1978. – 24 с.
13. Методика оценки деятельности частей технической службы пожарной охраны. – М. : ВНИИПО МВД СССР, 1978. – 18 с.
14. Распоряжение Правительства РФ «О реализации Указа Президента Российской Федерации от 28 апреля 2008 г. № 607 «Об оценке эффективности деятельности органов местного самоуправления городских округов и муниципальных районов».
15. Рекомендации по оценке деятельности частей и отрядов ВПО по охране особо важных пожароопасных объектов. – М. : ГУПО МВД СССР, 1975. – 48 с.
16. Руденко, Р. В К вопросу о разработке многофакторной модели оценки эффективности профессиональной деятельности специалиста по физической подготовке в ВС РФ / Р. В. Руденко, Д. В. Чернов, О.С. Зайцев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 3. – С. 45-48.

17. Смелик, Р. Г. Анализ эффективности воинского труда: функционально-трудовой подход / Р. Г. Смелик // Вестник Омского университета. Серия «Экономика». – 2004. – № 4. – С. 129-133.
18. Тимошкова, С. Н. Методы оценки эффективности служебной деятельности органов и подразделений по чрезвычайным ситуациям: история и современность / С. Н. Тимошкова, Н. М. Дмитракович // Вестник Полесского государственного университета. Серия общественных и гуманитарных наук. – 2018. – № 1. – С. 3-12.
19. Трапезников, С. А. Особенности профессиональной деятельности специалиста физической подготовки воинской части : учеб.-метод. пособие / С. А. Трапезников; под общ. ред. С. А. Трапезникова, Г. Г. Дмитриева. – СПб. : ВИФК, 2019.
20. Указ Президента РФ «Об оценке эффективности деятельности органов местного самоуправления городских округов и муниципальных районов».
21. Хитч, Ч. Военная экономика в ядерный век / Ч. Хитч, Р. Маккин. – М. : Воениздат, 1964.
22. Чернов, Д. В. Анализ содержания проверки профессиональной подготовленности специалиста по физической подготовке в качестве объективного инструмента оценки эффективности его служебной деятельности / Д. В. Чернов, Р. В. Руденко, А. Н. Безрук, А. М. Рыльцов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 1. – С. 69-73.
23. 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.
24. 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.
25. 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.
26. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута //Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Avdeenko, I. A. Psychological and pedagogical conditions necessary to increase the effectiveness of military professional activities of military personnel in mountainous areas / I. A. Avdeenko, O. N. Chibirkov // Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2011. – No. 12. – P. 7-11.
2. Bakhraev, G. A. Combat effectiveness and cost / G. A. Bakhraev // Priorities of Russia. – 2014. – No 2. – P. 38-49.
3. Bunov, E. G. Evaluation of the effectiveness of the law enforcement agencies activities: a sociological dimension/ E. G. Bunov // Proceedings of the Academy of Management of the Russian Interior Ministry. – 2011. – No. 3. – P. 67-69.
4. Bunov, E. G. Social efficiency of the law enforcement agencies activities in the context of reforming the management system of the Russian Interior Ministry : PhD thesis (Sociology) / E. G. Bunov. – Moscow : Academy of the Interior Ministry, 2014.
5. Vasilieva, E. I. Evaluation of the effectiveness of public servants / E. I. Vasilieva, T. E. Zerchaninova, A. V. Ruchkin // Management Consulting. – 2016. – No. 4. – P. 14-25.
6. Evdokimova, T. V. Analysis of the genesis of theoretical approaches to the concept and evaluation of effectiveness/ T. V. Evdokimova // Bulletin of Tomsk State University. – 2013. – No. 3 (23).
7. Kibanov, A. Ya. Management of the organization staff. Selection and evaluation when hiring, certification/ A. Ya. Kibanov, I. B. Durakova. – Moscow : Ekzamen, 2016. – 417 p.
8. Kozina, N. V. Adaptive characteristics of conscripts simulating somatic symptoms / N. V. Kozina, D. A. Skvornyakova // Meditsinskaya Psikhologiya v Rossii: electron. Nauchny zhurnal. – 2015. – No. 5 (34).
9. Martinovich, N. V. Features of the performance appraisal of officials of the fire-rescue units of the State Fire Service of the Ministry of Emergencies of Russia / N. V. Martinovich, A. A. Melnik, A. V. Antonov, I. N. Tatarkin// Internet journal «SCIENCE»/ – Vol. 8. – No. 6 (2016). – Available at : http://naukovedenie.ru/PDF/10TVN616.pdf.
10. Methodology for assessing the activities of the Fire Department of the USSR Interior Ministry. – Moscow: VNIIPO of the USSR Interior Ministry, 1974. – 64 p.
11. Methodology for assessing the performance of state fire control apparatuses. – Moscow : VNIIPO of the USSR Interior Ministry, 1977. – 61 p.
12. Methodology for assessing the activities of fire departments for the protection of human settlements. – Moscow: VNIIPO the USSR Interior Ministry, 1978. – 24 p.
13. Methodology for assessing the activities of parts of the technical fire service. – Moscow : VNIIPO of the USSR Interior Ministry, 1978. – 18 p.

14. Order of the Government of the Russian Federation «On the implementation of the Decree of President of the Russian Federation of April 28, 2008 No. 607 «On the evaluation of the effectiveness of local authorities of urban districts and municipal regions».
15. Recommendations on the evaluation of the activities of units and detachments of HPE for the protection of critical fire hazardous facilities. – Moscow : FFD of the USSR Interior Ministry, 1975. – 48 p.
16. Rudenko, R. V. On the issue of developing a multifactor model for assessing the effectiveness of the professional activity of a physical training specialist in the RF Armed Forces / R. V. Rudenko, D. V. Chernov, O. S. Zaitsev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 3. – P. 45-48.
17. Smelik, R. G. Analysis of the effectiveness of military labor: a functional-labor approach / Smelik, R. G. // Bulletin of Omsk University. Series. «Economics». – 2004. – No. 4. – P. 129-133.
18. Timoshkova, S. N. Methods for evaluating the performance of official bodies and units for emergency situations: history and modernity / S. N. Timoshkova, N. M. Dmitrakovich // Bulletin of Polesie State University. A series of social and human sciences. – 2018. – No 1. – P. 3-12.
19. Trapeznikov, S. A. Specificities of the professional activity of a physical training specialist of a military unit: training manual / Ed. S. A. Trapeznikov, G. G. Dmitriev. – St. Petersburg : MIPT, 2019.
20. Decree of President of the Russian Federation «On the evaluation of the effectiveness of local authorities in urban districts and municipal regions».
21. Hitch, C. Military economics in the nuclear age / C. Hitch, R. Mackin. – Moscow : Voenizdat, 1964.
22. Chernov, D. V. Analysis of the content of the verification of the professional readiness of a physical training specialist as an objective tool for assessing the effectiveness of his career / D. V. Chernov, R. V. Rudenko, A. N. Bezruk, A. M. Ryltsov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 1. – P. 69-73.
23. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical foundation of an individual and typological approach to 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.
24. 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.
25. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
26. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 612.0:796.08-517.5

ИССЛЕДОВАНИЕ ФАКТОРНЫХ МОДЕЛЕЙ И ФУНКЦИИ ЖЕЛАТЕЛЬНОСТИ ПРИМЕНИТЕЛЬНО К ВОЕННОМУ ПЯТИБОРЬЮ

Мызников Игорь Леонидович, кандидат медицинских наук, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;
Курьянович Елена Николаевна, доктор педагогических наук, профессор, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;
Яковлева Екатерина Олеговна, адъюнкт, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

INVESTIGATION OF FACTOR MODELS AND DESIRABILITY FUNCTIONS IN RELATION TO MILITARY PENTATHLON

Myznikov I.L., Candidate of Medicine, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;
Kuryanovich E.N., Doctor of Pedagogical Sciences, 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.

Аннотация:

Данная статья посвящена актуальной теме, в ней представлены материалы анализа решения многокритериальной задачи в интересах мониторинга результатов соревновательной деятельности и оценки результатов выполнения контрольных физических упражнений для составления рейтинга кандидатов при отборе в сборные команды на примере военного пятиборья [1].

Отбор наиболее перспективных спортсменов для различных видов спорта является важной частью деятельности тренера и преподавателя. В данной статье мы продемонстрировали один из подходов к решению данной проблемной ситуации.

Ключевые слова:

спорт, военнослужащие, военное пятиборье, оценка результата, многокритериальные задачи, функция желательности.

Abstract:

This article is devoted to a relevant topic. It presents the materials of the analysis of a multi-criteria problem solution in the interests of monitoring the results of competitive activity and assessment of results of performing control physical exercises to compile a rating of candidates for selection to national teams based on the example of military pentathlon.

The selection of the most perspective athletes for various sports is part and parcel of a teacher and a coach. In this article, we have demonstrated one of the approaches to solving this problem situation.

Key words:

sport, military personnel, military pentathlon, military sport, assessment of the result, multi-criteria tasks, desirability function.

ВВЕДЕНИЕ

В практике врачебно-педагогического наблюдения и тренерской работы складываются ситуации, когда необходимо оценить эффективность тренировки, адекватность ее направленности, готовность к соревновательным стартам, а также произвести отбор кандидатов в сборные команды по их функциональной готовности. Как правило, отбор необходимо проводить по группе показателей, формирующих представление о функциональной готовности спортсменов. Учитываемые при отборе показатели, в зависимости от вида спорта, могут быть как прямыми нормативами, так и косвенными показателями, характеризующими функциональное состояние спортсмена [1,7].

Именно в комплексных видах спорта, таких как военное пятиборье, возникает проблема решения многокритериальной задачи по прямым и косвенным показателям, позволяющим описать варьирующие по рейтингу в различных упражнениях результаты одного и того же спортсмена одним, но объективным критерием. Приведение к одному общему критерию результатов выполненных различных упражнений позволяет ранжировать

спортсменов по их общей успешности. Также следует учитывать, что среди показателей (результатов выполненных упражнений, иных измерений) есть те, чей рост (увеличение) будут желательны, а также те, у которых желателен обратный результат. Все это учитывает функция желательности («обобщенный критерий эффективности; desirability function; обозначается как «D», в литературе встречается как функция Харингтона «FH») [2, 3, 4, 5, 6].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Цель исследования. Целью настоящей работы стала демонстрация решения многокритериальной задачи в интересах мониторинга результатов соревновательной деятельности и оценки результатов выполнения контрольных физических упражнений для составления рейтинга кандидатов при отборе в сборные команды на примере военного пятиборья.

Методика и организация исследования. Изучены результаты контрольных испытаний (n = 36) по 13 физическим упражнениям: бег на 400 м, бег на 1 км, общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий в сочетании с бегом 200 м, бег на 5 км, бег на 10 км, плавание 50 м, плавание 100 м, метание гранаты 600 г на дальность, жим штанги лежа (масса штанги 70 кг), прыжок в длину с места, тройной прыжок в длину с места, стрельба из пневматической винтовки (дистанция 25 м), стрельба из мелкокалиберной винтовки (дистанция 50 м). А также результаты соревнований этих же испытуемых по основным спортивным дисциплинам.

Для ранжирования результатов по каждому физическому упражнению рассчитывался частный отклик функции желательности.

Значение частного отклика случайной величины по шкале функции желательности задается уравнением:

$$d = e^{-e^{-(z)}}$$

где: z – нормированное относительно заданных границ значение случайной величины, расчёт которой производится по алгоритмам для распределений в одностороннем и двустороннем ограничении, а также направленностью вектора «хуже ↔ лучше».

Особенностью этой логистической функции («кривая желательности») являются особые свойства: она обладает двумя участками насыщения (в $d \to 0$ и $d \to 1$) и линейным участком (от d = 0,2 до d = 0,63). Выбор отметок на шкале желательности 0,63 и 0,37 объясняется удобством вычислений: 0,63 = 1- (1/e) и 0,37 = 1/e. Значение di = 0,37 обычно соответствует границе допустимых значений [2, 3].

Значение di = 0 соответствует абсолютно неприемлемому уровню данного свойства, а значение di = 1 – самому лучшему значению свойства. Эта зависимость возникает в шкалах, где рост показателя имеет позитивное значение. При анализе шкал, где рост значения связан с негативным эффектом, уровни меняются по своему семантическому толкованию, при этом границы функции остаются неизменными (частный отклик: $d' = 1 - d$)

Для всего комплекса учитываемых показателей применялась обощённая функция желательности:

$$D = \sqrt[n]{\prod\nolimits_{i=1}^{n} d_i} = \sqrt[n]{d_1} \cdot \sqrt[n]{d_2} \cdot \ldots \cdot \sqrt[n]{d_i}$$

где: di – частная функция желательности (i = 1, 2, …, n), n – число показателей.

Применение этой функции позволяет классифицировать результаты в диапазонах от 0 до 5 баллов (таблица 1).

Таблица 1 – Связь между количественными значениями безразмерной шкалы и нечёткого множества учитываемых параметров

Желательность	Значение	Уровень показателя по 5-ти бальной оценке		Уровень показателя по 3-х бальной оценке	
«очень хорошо»	D > 0,80	5	высокий	3	высокий
«хорошо»	0,80 > D ≥ 0,63	4	выше среднего		
«удовлетворительно»	0,63 > D ≥ 0,37	3	средний		
«плохо»	0,37 > D ≥ 0,20	2	снижен	2	средний
«очень плохо»	0,00 <D < 0,20	1	низкий	1	низкий

Для получения общей картины результативности участников исследования произведен расчет производных величин распределений, в том числе: средней и ее ошибки (AVER ± mX), коэффициента вариации случайной величины и ее ошибки (Cv ± mCv), границ нижнего и верхнего квантиля распределения (Q25%: Q75%).

В работе использованы также корреляционный анализ, кластерный анализ (Евклидово расстояние, метод одиночной связи), факторный анализ с вращением в процедуре Varimax, коэффициент парной корреляции Спирмена.

Результаты исследования и их обсуждение.

Спортсмены – пятиборцы высокой спортивной квалификации показывают довольно высокие результаты в отдельных упражнениях, так, например, средние результаты в беге на 400 м, 1 км, 5 км и 10 км соответствуют 2 спортивному разряду по легкой атлетике. Результаты в плавании на 50 м и 100 м вольным стилем соответствуют 3 и 2 спортивным результатам. При этом мы можем видеть, что спортсмены в отдельных упражнениях показывают результаты выше, чем в упражнениях пятиборья. Это может быть связано с тем, что контрольные упражнения выполнялись с значительными интервалами отдыха, а соревновательные упражнения выполнялись в течение 3-х дней.

Таблица 2 – Результаты контрольных измерений на тренировках и спортивной результативности на соревновании у спортсменов

Упражнение	AVER ± mX	Cv ± mCv	Q25% : Q75%
Контрольное измерение по 13 физическим упражнениям			
Бег на 400 м, с	55,6±0,48	5,16±0,61	53,4:58,2
Бег на 1 км, мин	2.52,46±0,85	2,96±0,35	2.50,8:2.56,3
Общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий в сочетании с бегом на 200 м, мин	1.43,33±1,14	5,81±0,69	1.54,52:1.59,31
Кросс 5 км, мин	15.46,92±3,84	2,43±0,29	15.43,22:15.59,2
Кросс 10 км, мин	34.44,41±7,24	2,09±0,25	34.19,00:35.19,56
Плавание на 50 м, с	28,70±0,21	4,41±0,52	28,075:29,425
Плавание на 100 м, с	1.00,30±0,32	3,14±0,37	58,875:1.01,825
Метание гранаты 560 гр на дальность, м	56,69±0,91	9,63±1,15	51,75:59
Прыжок в длину с места, см	264,94±1,86	4,21±0,5	257,75:273
Тройной прыжок в длину с места, см	818,75±8,47	6,21±0,73	806,5:849,25
Жим штанги 70 кг лежа, кол-во	16,25±0,61	22,38±2,77	14,75:19,0
Стрельба из пневматической винтовки на дистанции 25 м, очки	88,97±0,93	6,3±0,75	86,75:93,28
Стрельба из малокалиберной винтовки на расстояние 50 м, очки	88,86±0,75	5,06±0,6	86,75:90,25
Анализ результатов, показанных на соревнованиях			
Метание гранаты 560 гр на точность и дальность, очки	173,5±1,76	6,09±0,72	170,75:179,0

Продолжение таблицы 2

Плавание 50 м, с	30,85±0,45	8,68±1,03	28,8:32,75
Преодолении полосы препятствий в сочетании с бегом на 400 м, мин	2.15,68±0,95	4,21±0,5	2.12,14:2.19,9
Стрельба из малокалиберной винтовки на расстояние 50 метров из положения лежа (быстрая + медленная), очки	142,03±0,95	11,68±1,4	133,775:156,575
Кросс 8 км, мин	28.11,0±0	6,11±0,72	27.37,8:29.24,4

Кластерный анализ продемонстрировал, что из числа контрольных упражнений формируются два больших кластера. В первый кластер входят все упражнения по бегу на различные дистанции и плаванию (плавание 50 м, бег на 5 км, 1 км, 10 км), к которым примыкают бег 400 м, плавание 100 м и преодоление полосы препятствий в сочетании с бегом на 400 м. Второй кластер образован стрельбой на 25 и 50 м, метанием гранаты, прыжком в длину, к ним примыкают жим штанги, тройной прыжок. При этом сгруппированные по физическим качествам упражнения продемонстрировали (рис. 1), что ближе всего друг к другу лежат «выносливость» и «быстрота» (31 ед.Е), на уровне 34 ед.Е к ним примыкает группа показателей, характеризующих «скорость и выносливость», а на уровне 38 ед.Е – «точность». На расстоянии 93 ед.Е от этой группы контрольных физических упражнений находятся силовые упражнения.

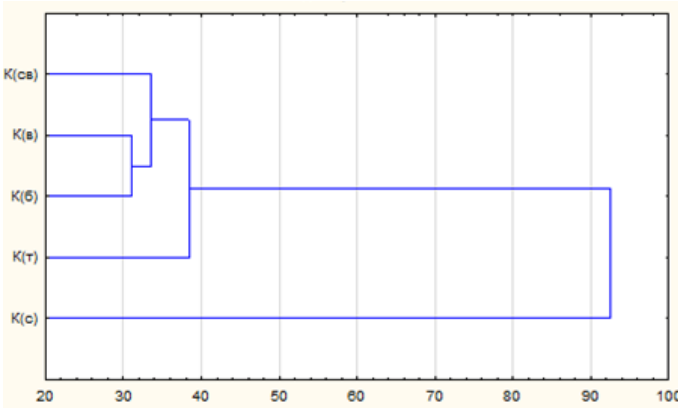

Рисунок 1 – Результаты кластерного анализа при выполнении контрольных упражнений и при выполнении соревновательных упражнений (св – силовая выносливость, в – выносливость, б – быстрота, т – точность, с – сила)

В соревновательных упражнениях учитываемые показатели организовались в два кластера: первый был образован плаванием и кроссом, а второй – ОКУ, точностью стрельбы и дальностью метания гранаты. Это может быть связано с тем, что первый кластер образован циклическими видами, входящими в многоборье, а второй – смешенными.

Факторный анализ, проведенный нами с целью поиска скрытых переменных, позволил нам получить четыре главных фактора (далее – ГФ). С первым главным фактором (29,15% дисперсии модели) коррелировали бег на 400 м (r = 0,7363), бегом на 1000 м (r = 0,7944), бегом на 5000 м и прыжком в длину (r = 0,7761); со вторым ГФ (15,68%) коррелировали с плавание 50 м (r = 0,8056) и плавание 100 м (r = 0,9073). Третий главный фактор (10,93%) был связан с жимом штанги 70 кг (r = 0,9127), а четвертый ГФ4 (13,74%) – со стрельбой из пневматической винтовки на дистанцию 25 м (r = 0,9214) и со стрельбой из малокалиберной

винтовки на дистанцию 50 метров (r = 0,9064). Таким образом, 1-й ГФ можно обозначить как фактор «специальной выносливости», 2-й ГФ как фактор «быстроты», 3-й ГФ «фактор силы», 4-й ГФ «точности».

На основании этой факторной модели мы просчитали вклад каждого контрольного упражнения в общую дисперсию (табл. 3).

При этом наибольший вклад в дисперсию внесли результаты упражнений бег на 5 км и бег 10 км, мы считаем, что это связано с тем, что для этих упражнений характерна преимущественная роль выносливости, которая в свою очередь является базой для выполнения практически всех физических упражнений.

Далее следуют упражнения: бег на 1 км, бег на 400 м, общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий в сочетании с бегом на 200 м, плавание на 50 м, метание гранат 600 г на дальность и прыжок в длину с места. Все эти упражнения являются направленными на скоростную выносливость и силу мышц ног.

Скоростная выносливость в военном пятиборье является очень важным качеством, так как она вносит большой вклад в выполнение упражнений данного вида многоборья, в частности в плавание на 50 м с препятствиями, преодоление единой полосы препятствий в сочетании с бегом на 400 м и метание гранат на дальность и точность (на первый взгляд может показаться, что для данного упражнения характерны только силовые способности, но метание осуществляется в течение продолжительного времени и с разбега, что при правильной технике выполнения упражнения, позволяет задать снаряду первоначальную высокую скорость).

Наименьший вклад в дисперсию внесли такие упражнении как стрельба из пневматической винтовки на 25 м, стрельба из малокалиберной винтовки на 50 м, жим штанги 70 кг лежа, тройной прыжок в длину с места и плавание на 50 м. Возможно, это связано с тем, что эти результаты предельны для данной возрастной группы.

Таблица 3 – Вклад отдельных контрольных упражнений в общую факторную модель

Контрольное упражнение	Вклад дисциплины в общую дисперсию модели	Доля в общей дисперсии модели, в %	Распределение мест по вкладу в модель
Бег на 400 м	0,24	7,89	7,5
Бег на 1 км	0,25	8,22	6
Общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий в сочетании с бегом на 200 м	0,22	7,24	10
Кросс 5 км	0,31	10,2	1
Кросс 10 км	0,29	9,54	2
Плавание на 50 м	0,26	8,55	4,5
Плавание на 100 м	0,15	4,93	12,5
Метание гранаты 560 г на дальность	0,27	8,88	3
Прыжок в длину с места	0,26	8,55	4,5
Тройной прыжок в длину с места	0,17	5,59	11
Жим штанги 70 кг лежа	0,15	4,93	12,5
Стрельба из пневматической винтовки на дистанции 25 м	0,23	7,57	9
Стрельба из малокалиберной винтовки на расстояние 50 м	0,24	7,89	7,5

Примечание: Значимость каждой дисциплины представлена в таблице рейтингом от максимально значимого (рейтинг 1 место).

Факторный анализ, проведенный нами по результатам прямых показателей соревновательных упражнений, позволил выявить три главных фактора. С первым главным фактором (25,41% дисперсии модели) коррелировал с плаванием (r = 0,8763) и стрельбой (r = 0,7024); со вторым ГФ (24,20 %) коррелировал только кросс (r = -0,8601); с третьим ГФ (24,49 %) – только метание гранаты главный фактор (r = 0,8399).

По результатам анализа выполнения соревновательных упражнений наибольший вклад в общий результат внесли стрельба, плавание, за ними следуют: общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий в сочетании с бегом на 400 м, метание гранаты и замыкает рейтинг (5 место) – кросс.

Таблица 4 – Вклад соревновательных упражнений в общую факторную модель в соревновательной деятельности

Контрольное упражнение	Вклад дисциплины в общую дисперсию модели	Доля в общей дисперсии модели, в %	Распределение мест по вкладу в модель
Метание гранаты 560 г на точность и дальность	0,25	17,48	4
Плавание 50 м	0,31	21,68	2
Преодолении полосы препятствий в сочетании с бегом на 400 м	0,29	20,28	3
Стрельба из малокалиберной винтовки на расстояние 50 метров из положения лежа (быстрая + медленная)	0,35	24,48	1
Кросс 8 км	0,23	16,08	5

Примечание: Значимость каждой дисциплины представлена в таблице рейтингом от максимально значимого (рейтинг 1 место).

Следует заметить, что показатель, вносящий больший вклад в общую дисперсию модели, имеет относительно более широкий диапазон значений, а, следовательно, менее стабилен в исследуемой группе.

При сравнении двух таблиц мы видим, что вклад определенного упражнения в общую дисперсию модели меняется в обратном направлении (за исключением плавания), это может быть связано с тем, что плавание является преобладающей дисциплиной в военном пятиборье, об этом свидетельствует таблица начисления баллов за данное упражнение, так 1 секунда в плавании равна 27 очкам, а в беге 1 секунда равна 1 очку.

Разные упражнения членами команды на тренировке или участниками соревнований выполняются не однородно. Спортсмен, успешно вошедший в тройку лидеров по результатам выполнения одного упражнения, по другому упражнению может показать иной, более низкий рейтинговый результат. Возникает вопрос: «Как оценить спортсмена по результатам выполнения всех упражнений?»

При анализе результатов, полученных в командах по военному пятиборью, существует проблема отбора перспективных спортсменов в сборные команды с помощью контрольных упражнений, преимущественно направленных на то или иное физическое качество. Использовать каждый раз для тестирования кандидатов только упражнения, входящие в состав военного пятиборья, не целесообразно, так как большая часть этих упражнений энергоемкая и не для всех перспективных спортсменов такая нагрузка будет адекватна, само применение этих тестов из-за возникающего после их выполнения утомления может нарушить общий план тренировки, выводящий на пик формы перед соревнованием.

Выделить конкретное контрольное упражнение, с помощью которого специалист может прогнозировать динамику спортивных результатов в данном виде спорта, практически невозможно. Нет возможности и опреде-

лить ведущее физическое качество в данном виде спорта и его соотношение относительно других физических качеств, так как функциональное состояние спортсмена и другие условия могут существенно повлиять на результат.

Решая задачу описания физических качеств в рамках FH, мы можем оценивать каждый вид спортивной дисциплины по частному отклику (d'), рассчитанному в пределах результатов, зафиксированных в этой группе (границами вариабельности показателя выступают максимальное и минимальное значение показателя). Группы показателей, например, «силовые», «на выносливость» и т. д. могут объединяться в отдельные вектора, характеризующие это качество по группе упражнений.

Для примера возьмем контрольные упражнения, которые будут характеризовать такое физическое качество, как выносливость, две из рассматриваемых дисциплин характеризуют данное физическое качество: бег на 5 и 10 км (табл. 5).

Таблица 5 – Ранжирование спортсменов в команде по отдельному упражнению, группе упражнений и всем вместе контрольным упражнениям

№№ п/п	5 км, d'	место	10 км d'	место	FH 5 и 10 км	место	FH За 13 упражнений	место
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	0,404717	32	0,416084	35	0,4104	36	0,262129	35
2	0,666445	4	0,677688	2	0,672	2	0,396927	4
3	0,520659	7	0,504561	19	0,5125	13	0,347023	11
4	0,497532	14	0,456381	26	0,4765	19	0,359747	7
5	0,493322	19	0,447011	30	0,4696	23	0,293828	28
6	0,496768	17	0,440630	32	0,4679	25	0,328926	19
7	0,491787	20	0,521848	18	0,5066	16	0,349261	9
8	0,518039	9	0,561738	12	0,5394	9	0,324480	20
9	0,502142	12	0,453801	28	0,4774	18	0,314463	24
10	0,486400	22	0,431002	34	0,4579	30	0,295471	27
11	0,497532	15	0,368247	36	0,428	34	0,292685	29
12	0,519911	8	0,574395	8	0,5465	7	0,288115	30
13	0,477465	24	0,436618	33	0,4566	31	0,275565	33
14	0,452725	29	0,491473	20	0,4717	20	0,272995	34
15	0,461028	26	0,471771	25	0,4664	26	0,328980	18
16	0,368247	36	0,574936	7	0,4601	28	0,336887	15
17	0,497532	16	0,446435	31	0,4713	22	0,373514	6
18	0,461813	25	0,454984	27	0,4584	29	0,331864	17
19	0,399076	33	0,536564	15	0,4627	27	0,285193	31
20	0,488327	21	0,552909	14	0,5196	12	0,339055	14
21	0,502142	13	0,584042	6	0,5415	8	0,255830	36
22	0,671180	3	0,664928	3	0,668	3	0,385719	5
23	0,448378	30	0,450032	29	0,4492	32	0,335105	16
24	0,391775	34	0,474532	23	0,4312	33	0,320085	22
25	0,455521	28	0,569249	10	0,5092	15	0,278297	32
26	0,692201	1	0,692201	1	0,6922	1	0,402024	3
27	0,515378	11	0,474320	24	0,4944	17	0,348893	10
28	0,496003	18	0,524661	17	0,5101	14	0,341166	13
29	0,485594	23	0,568383	11	0,5254	11	0,304409	26

Продолжение таблицы 5

30	0,369498	35	0,491473	21	0,4261	35	0,324049	21
31	0,456309	27	0,480216	22	0,4681	24	0,312648	25
32	0,672356	2	0,644976	4	0,6585	4	0,446559	2
33	0,516164	10	0,556701	13	0,536	10	0,315565	23
34	0,415610	31	0,534926	16	0,4715	21	0,355113	8
35	0,662534	5	0,620098	5	0,641	5	0,455514	1
36	0,529218	6	0,572098	9	0,5502	6	0,344595	12

Посчитав коэффициенты корреляции между рейтинговыми местами, полученными по результатам кросса на 5 км и 10 км (графа 3 и 5 табл. 5, r = 0,4358), мы видим, что рейтинговые места в этих упражнениях не имеют взаимно обусловленной дисперсии (19,99 % <40,0), т. е. результаты этих упражнений по своей сути не равнозначны. В то же время при объединении этих упражнений в единый вектор («выносливость», графа 7 табл. 5) каждая из дистанций приобрела с ним высокий уровень взаимно обусловленной дисперсии: 5 км (r = 0,8057, 64,92%) и 10 км (r = 0,8152, 66,5%). Между вектором «выносливость», построенным по двум упражнениям (графа 7 табл. 5) и занятым местом по результатам всех 13 контрольных упражнений был получен средний уровень корреляции (r = 0,4646, 21,6%). Эти результаты свидетельствуют о сложности подбора спортсменов по применяемым 13-ти упражнениям, что требует дополнительной селекции упражнений, имеющих наибольший прогностический эффект.

Сгруппированные по физическим качествам упражнения продемонстрировали низкий уровень парной корреляции.

Показатели рейтинга	Коэффициент корреляции
13-св	0,459974
13-в	0,480309
13-б	0,477735
13-св	0,481081
св-в	0,208237
св-б	0,080051
св-с	0,182497
в-б	0,560875
в-с	-0,10502
б-с	0,034749

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате дисперсионного анализа нами были выявлены несколько факторов, в которых существует ряд корреляционных связей:

- В первом факторе (специальной выносливости) выявлена корреляционная взаимосвязь между результатами выполнения упражнений: бег на 400 метров, бег на 1 км, бег на 5 километров и в прыжок в длину с места. Причем на данный фактор приходится 29,2%.
- Во втором факторе (быстроты) выявлена взаимосвязь между плаванием на 50 и 100 метров. На второй фактор приходится 15,7%.
- Для третьего фактора (фактора силы) характерна корреляция упражнения жим штанги 70 кг лежа. Третий фактор – 10,9%.
- И четвертый фактор (точности) характеризуется корреляционной зависимостью стрельбы из пневматической винтовки на 25 метров и стрельбы из малокалиберной винтовки на 50 метров. 13,7% пришлось на данный фактор.

Таким образом, в практике спортивной тренировки очень ограниченно используется потенциал решения многокритериальных задач с целью нормирования, более обоснованного отбора спортсменов, контроля тренировочного процесса, прогнозирования развития специальной адаптации спортсмена и спортивного прогноза.

В настоящем исследовании нами установлено, что результативность в военном пятиборье зависит в первую очередь от успешности стрельбы, затем плавания, за ними следуют общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий в сочетании с бегом на 400 м, метание гранаты и замыкает рейтинг – кросс на 8 км.

В свою очередь, для отбора спортсменов в сборные команды по военному пятиборью целесообразно использовать следующие контрольные упражнения: бег на 5 км и бег 10 км, бег на 1 км, бег на 400 метров, общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий в сочетании с бегом на 200 метров, плавание на 50 метров, метание гранат 600 г на дальность, прыжок в длину с места и стрельбу из мелкокалиберной винтовки (50 м).

Использовать стрельбу из пневматической винтовки на 25 метров, жим штанги 70 кг лежа, тройной прыжок в длину с места и плавание на 100 метров нецелесообразно, так как их вклад в общую дисперсию модели низкий.

ЛИТЕРАТУРА

1. Курьянович, Е. Н. Военное пятиборье как средство физического совершенствования военнослужащих и молодежи допризывного возраста / Е. Н. Курьянович, Е. О. Яковлева // Спортивное движение: опыт, проблемы, развитие : сб. мат-лов Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием (15-16 октября 2020 года)/ Федеральное государственное бюджетное учреждение «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры», Санкт-Петербург. – СПб. : ФГБУ СПбНИИФК, 2020. – С. 49-53.
2. Мызников, И. Л. Способы решения многокритериальных задач в практике медико-биологического сопровождения спортивной деятельности / И. Л. Мызников // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С. 161-167.
3. Мызников, И. Л. Подходы к решению многокритериальных задач в спортивной медицине / И. Л. Мызников// Материалы докладов III Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием, Сыктывкар, 24–25 октября 2019 года. – Сыктывкар : ФИЦ Коми НЦ УрО РАН, 2019. – С. 47-52.
4. Мызников, И. Л. Оценка специальной адаптации спортсмена в рамках решения многокритериальных задач / И. Л. Мызников // Физическая культура и спорт в образовательном пространстве: инновации и перспективы развития : сб. мат-лов Всерос. науч.-практ. конф. «Герценовские чтения» : в 2-х т. – Т. 2. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2020. – С. 293-298.
5. Мызников, И. Л. Исследование реакций организма человека на гипоксическую тренировку (подходы к применению мультипликативного интегрального показателя) / И. Л. Мызников, Ю. Н. Королев, И. И. Жильцова [и др.] // Материалы XII науч.-практ. конф., 31 мая 2019 года. – СПб. : ВМедА [Б.и.]. – С. 137-147.
6. Обобщенная функция полезности и ее применение / под. ред. С. Г. Федорченко. – Тирасполь : Изд-во Приднестровского университета, 2011. – 196 с.
7. 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.

REFERENCES

1. Kuryanovich, E. N. Military pentathlon as a way of physical improvement of servicemen and youth of pre-conscription age / E. N. Kuryanovich, E. A. Yakovleva // Sports movement: experience, problems, development : Proceedings of the All-Russian scientific and practical conference with international participation (October 15-16, 2020) / St. Petersburg Research Institute of Physical Training, St. Petersburg. – St. Petersburg : SRIPT, 2020. – P. 49-53.
2. Myznikov, I. L. Ways of solving multi-criteria problems in the practice of biomedical support sporting activities/ I. L. Myznikov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 4. – P. 161-167.
3. Myznikov, I. L. Approaches to solving multi-criteria problems in sports medicine / I. L. Myznikov // Proceedings of the 3rd All-Russian Scientific and Practical. Conf. with international. participation, Syktyvkar 24-25.10.2019.– Syktyvkar : FITZ Komi Scientific Center of the Ural Branch of the Russian Academy of Sciences, 2019. – P. 47-52.
4. Myznikov, I. L. Evaluation of the special adaptation of an athlete within the framework of solving multi-criteria tasks / I. L. Myznikov // Physical education and sport in the educational space: innovations and prospects for development : Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference «Herzen Readings»: in 2 volumes. – Vol. 2. – St. Petersburg : Publishing House of the Herzen State Pedagogical University, 2020. – P. 293-298.
5. Myznikov, I. L. Investigation of the human body’s reactions to hypoxic training (approaches to the use of a multiplicative integral indicator) / I. L. Myznikov, Yu. N. Korolev, I. I. Zhiltsova [et al.] // Proceedings of the 7th Scientific and Practical Conference, May 31, 2019. – St. Petersburg : MMedA. – P. 137-147.

6. Generalized utility function and its application / Ed. by S. G. Fedorchenko. – Tiraspol : Publishing House of the Pridnestrovian University, 2011. – 196 p.
7. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical foundation of an individual and typological approach to 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.

УДК 378

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ КАК ОСНОВА РЕОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Сорокин Василий Петрович, доктор педагогических наук, профессор, старший преподаватель кафедры физической подготовки, Военная академия связи, Санкт-Петербург;

Андросов Алесандр 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;

Кузнецов Павел Константинович, кандидат социологических наук, заведующий кафедрой физического воспитания, Российская академия народного хозяйства и государственной службы, Санкт-Петербург.

CURRENT TRENDS IN PHYSICAL EDUCATION AS A BASIS FOR REORGANIZATION OF PHYSICAL TRAINING

Sorokin V.P., Doctor of Pedagogics, Professor, Senior lecturer at the 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.Y., Lecturer at the Department of Physical Training, Military Academy of Communications, St. Petersburg;

Kuznetsov P.K., Candidate of Sociology, Head of the Department of Physical Education, the Russian Academy of National Economy and Public Administration, St. Petersburg.

Аннотация:

В данной статье рассматриваются современные тенденции в физическом воспитании населения, в организации физической культуры как учебной дисциплины в высших учебных заведениях. В их основе лежат цифровые технологии, представленные гаджетами, девайсами, обладающие возможностями от представления объективной информации о тренировке в онлайн режиме до формирования и предложения различных тренировочных программ, основанных на индивидуальных показателях. Второй тенденцией выступают новые формы организации физической культуры – элективные курсы, которые позволяют физически совершенствоваться с учетом индивидуальных возможностей, особенностей личных интересов и мотивов. В статье кратко раскрываются возможности построения физической подготовки в высших военно-учебных заведениях на основе современных тенденций.

Ключевые слова:

физическое воспитание, физическая подготовка, цифровые технологии, средства физической подготовки, высшие военно-учебные заведения.

Abstract:

Current trends in the physical education of the population, in the organization of physical training, as an academic discipline in higher educational institutions are considered in this article. They are based on digital technologies, presented by gadgets, devices that have the capabilities from the presentation of objective information about the training in the online mode, to the formation and proposal of various training programs based on individual indicators. The second tendency is new forms of organization of physical training - elective courses, which allow to improve physical status, taking into account individual capabilities, characteristics of personal interests and motives. The article briefly reveals the possibilities of building physical fitness in higher military educational institutions on the basis of modern trends.

Key words:

physical education, physical training, digital technologies, physical training means, higher military educational institutions.

ВВЕДЕНИЕ

Система отечественного образования является динамической системой, которая находится в постоянном поиске точки равновесия. Не остается в стороне и подготовка военных кадров, которая является одним из элементов данной синергетической системы [1, 4]. Так различные факторы, оказывающие влияние на подготовку специалистов в высших учебных заведениях, сказываются и на подготовке военнослужащих в образовательных организациях Министерства обороны Российской Федерации. В итоге подготовка специалистов для Вооруженных Сил Российской Федерации постоянно адаптируется под новые условия и требования, трансформируется, изменяется. Упраздняются различные учебные дисциплины (предметы), вводятся новые, формируются различные блоки и модули подготовки специалистов, происходят и другие изменения в целях подготовки высококвалифицированных военных кадров, отвечающих современным требованиям, в первую очередь, боевой подготовке [7, 10].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Основным документом, определяющим направления и тенденции изменений в образовании, выступают Федеральные государственные образовательные стандарты. Так уже с 1 сентября высшие военно-учебные заведения начнут подготовку специалистов для ВС РФ по ФГОС 3++.

Основные изменения в ФГОС традиционно прослеживаются в группах (блоках) компетенций, их перечне и формулировках, а также бюджете времени, выделяемого на различные циклы [1]. Например, по ФГОС 3+ требования к выпускникам высших военно-учебных заведений были выражены через одну общекультурную компетенцию для магистратуры и специалитета, через две – для среднего профессионального образования (табл. 1).

Таблица 1 − Компетенции, формируемые учебной дисциплиной «физическая культура» (физическая подготовка)

Специальность	Поколение стандарта	Компетенции, формируемые учебной дисциплиной «физическая культура» (физическая подготовка)
Высшие военно-учебные заведения		
11.05.04 – инфокоммуникационные технологии и системы специальной связи	3	способность самостоятельно применять методы физического развития и воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
	3 +	способность самостоятельно применять методы физического развития и воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
	3++	способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Продолжение таблицы 1

Высшие учебные заведения		
090302/10.05.02 – информационная безопасность телекоммуникационных систем	3	способность к образовательной и воспитательной деятельности; способность самостоятельно применять методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
	3+	способность использовать методы и средства физической культур для обеспечения социальной и профессиональной деятельности.
	3++	

В вводимых стандартах (ФГОС) 3++, например, по уровню высшего образования «специалитет» количество компетенций не поменялось. Не прослеживается и значительное изменение в смысловой нагрузке. Формулировка компетенции достаточно расплывчата и требует формирования значительного багажа знаний, навыков и умений из всех областей физической культуры. Количество зачетных единиц, выделяемых на физическую подготовку как на учебную дисциплину, осталось без изменений.

Новые ФГОС, отличающиеся, в первую очередь, группами компетенций и их формулировками, обуславливают изменения в образовательном процессе: в применяемых подходах, принципах, средствах и методах.

В условиях динамично меняющейся системы образования, в том числе в системе подготовки военных кадров, достаточно консервативной остается физическая подготовка и как учебная дисциплина, и как неотъемлемая часть всей, общей подготовки военных специалистов [11].

Анализ диссертационных работ, поступающих на рецензирование в Военную академию связи по направлению «Физическая подготовка» (шифры научных специальностей 13.00.04 и 13.00.08), свидетельствуют об отсутствии новых подходов в построении физического воспитания военнослужащих. В данных исследованиях активно продолжается использование теории «Специальной направленности физической подготовки» [9]. Как результат, соискателями ученых степень рассматривается не весь процесс физического воспитания военнослужащих в образовательных организациях, осуществляющих подготовку кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации, а лишь отдельные составные части его элементов. Например, рассматриваются отдельные вопросы формирования теоретических знаний на конкретном этапе подготовки (курсе, семестре) или формирование отдельных навыков, также привязанных к определенному периоду обучения и к направлению подготовки [7, 10]. Активно рассматривается применение отдельных упражнений или их совокупности в построении нескольких учебных занятий, направленных на развитие определенного физического качества. Все предлагаемые средства и методы в данных диссертационных работах предполагают строго регламентированный контроль со стороны руководителя учебного занятия, которым должен являться специалист физической подготовки, а также не учитывают индивидуальные особенности военнослужащих. Новые средства, активно применяющиеся в практике физической культуры не военных образовательных организаций, не применяются и даже не рассматриваются в качестве перспективных для достижения основной цели физической подготовки, определенной действующим Наставлением.

Аналогичная ситуация и в исследованиях,

посвященных совершенствованию физической подготовки в воинских частях. Соискатели ученых степеней рассматривают ее через узконаправленную призму выполнения профессиональных задач в конкретно заданных условиях или на определенном этапе подготовки к выполнению специальных обязанностей, к действиям в определенных климатогеографических условиях [2]. В основе предлагаемых изменений лежит определение факторов, влияющих на выполнение тех или иных действий в строго обусловленных условиях, на их основе – профессионально важных и физических качеств. Определяется содержание физической подготовки на конкретном этапе подготовки специалистов: набор, как правило, стандартных физических упражнений и методов развития физических качеств. Важно подчеркнуть, что, как и в случае с физической подготовкой в высших военно-учебных заведениях, данное содержание физической подготовки подразумевает строгое руководство со стороны специалиста физической подготовки, а также не учитывает индивидуальные особенности каждого военнослужащего, вариациях которых значительна даже в условно репрезентативной выборке для исследований в области физической подготовки.

Существующие исследования в области профессионально прикладной физической подготовки не учитывают ряд факторов и современных тенденций, которые уже вошли в обиход физического воспитания населения и трансформируют физическую культуру (и как учебную дисциплину, и как часть общей культуры человека) в высших учебных заведениях страны.

Первым фактором и современной тенденцией, которые вносят значительные изменения в организацию физической культуры студентов, а также требуют поиска новых подходов и принципов в построении образовательного процесса, является активная цифровизация нашей страны и всех областей деятельности человека. Увеличивается не только объем имеющейся информации в области физической культуры, но и предлагается значительное количество цифровых средств для решения различных, как локальных, так и глобальных задач физического воспитания [3, 5, 12]. Наиболее перспективным средством в интересах совершенствования физической подготовки военнослужащих могут выступать гаджеты и девайсы, обладающие возможностями от представления объективной информации о тренировке в онлайн режиме, до формирования и предложения различных тренировочных программ, основанных на индивидуальных показателях [8]. Фактически, данные девайсы уже в настоящее время населением страны рассматриваются как аналоги персональным тренерам. Собственные исследования свидетельствуют, что обучающиеся в высших военно-учебных заведения все чаще используют данные средства для построения самостоятельной физической тренировки и достижения поставленных целей – так на первом курсе используют около 44,2% военнослужащих, 60,9% – на втором курсе, более 65,0% – обучающихся на третьем курсе, 69% – на четвертом и более 75,1% – обучающихся на пятом курсе. Однако для их применения в практике физической подготовки военнослужащих требуется поиск и обоснование новых педагогических подходов и принципов, реорганизация процесса проведения учебного занятия, выработка новых алгоритмов построения всей физической подготовки в высшем военно-учебном заведении. Перспективным направлением, по нашему мнению, будет выступать научное обоснование модели формирования теоретических знаний, организаторско-методических и практических навыков в построении самостоятельной физической тренировки на основе или с учетом цифровых технологий. Собственными исследования обоснован ряд подходов и принципов, ранее не применявшихся в полном объеме в процессе физического воспитания военнослужащих и позволяющих использовать цифровые технологии как одно из средств для достижения основной цели физической подготовки, определенной действующим Наставлением: междисциплинарный подход и принцип трансдисциплинарности; дефицитарный подход, опережающий подход и принцип прикладности с учетом прогнозирования профессиональной деятельности и карьерного роста, принцип информатизации и цифровизации.

Вторым фактором и тенденцией является индивидуализация и персонализация всех процессов, в том числе и физического со-

вершенствования населения. Учет индивидуальных особенностей каждого человека его интересов и желаний также определяют важность поиска и применения в практике физического воспитания новых подходов, принципов, методов и средств, а также поиска и обоснования наиболее эффективных форм занятий физическими упражнениями. В высших учебных заведениях активно внедряется и применяется такая форма физической культуры как элективные (факультативные) занятия, позволяющие студентам развиваться с учетом индивидуальных особенностей физического развития, возможностей, интересов и желаний. Возможность заниматься именно тем видом спорта или выполнять тот набор упражнений, который применялся ранее, является важным условием развития и совершенствования. Появляется возможность выбрать секцию (элективный курс), наиболее подходящий под собственные интересы и индивидуальные возможности.

В практике физической подготовки существует такая форма как самостоятельная физическая тренировка [6, 11]. В ее формате возможно индивидуальное развитие и совершенствование, создание условий для персонализации процесса физического воспитания с учетом интересов и мотивов субъекта. Ее построение возможно осуществлять на основе современных цифровых устройств или использовать их как средство для развития физических качеств. Собственными исследованиями доказано, что самостоятельная физическая тренировка становится наиболее востребованной формой физической подготовки, позволяющая военнослужащим эффективно поддерживать высокий уровень собственной физической подготовленности в любых условиях выполнения обязанностей военной службы без непосредственного привлечения к этому процессу специалистов физической подготовки. Однако должного внимания данной форме в высших военно-учебных заведениях не уделяется. Не уделяется его и в практике физической подготовки войск. Применение в образовательном процессе самостоятельной физической тренировки как формы, позволяющей достигать поставленной цели физической подготовки с минимальными энергетическими, временными и трудовыми (человека-ресурсами) затратами, а также учитывающей индивидуальные особенности каждого военнослужащего, требует научного обоснования. Несомненно, что применение в подготовке военных кадров в высших военно-учебных заведениях самостоятельной физической тренировки позволит на практике реализовать индивидуальный и субъектно-деятельностный подход.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В настоящее время в практике физического воспитания студентов учитываются обе тенденции (оба фактора). Они объединены в единой системе – находятся в прямой взаимосвязи, где цифровые устройства и их возможности обуславливают необходимость такой формы как элективные (факультативные) занятия, а те, в свою очередь, – необходимость применения новых цифровых устройств и программ в физическом воспитании.

Данные тенденции необходимо учитывать в построении физической подготовки, искать и обосновывать подходы, принципы построения образовательного процесса в высших военно-учебных заведениях. Имеющиеся наработки в физическом воспитании студентом могут служить основой реорганизации всей физической подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андросов, А. М. Анализ внедрения Федеральных государственных образовательных стандартов нового поколения в высшие военные учебные заведения на примере учебной дисциплины «физическая подготовка»/ А. М. Андросов, В. П. Сорокин, Ю. В. Яковлев, П. К. Кузнецов // Научные труды Северо-Западного института управления РАНХиГС. – 2019. – Т. 10. – № 5 (42). – С. 8-12.
2. Андросов, А. М. 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.
3. Андросов, А. М. Цифровые технологии в практике физической подготовки в высшем военно-учебном заведении / В. П. Сорокин, А. М. Андросов, Д. Е. Иващенко, И. Ю. Тимофеев, И. М. Колбая // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 7 (161). – С. 257-262.

4. Михаил, И. И. Система образования Российской Федерации на современном этапе / И. И. Михаил, А. М. Андросов, В. П. Сорокин // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 2. – С. 9-12.
5. Михаил, И. И. Технические устройства как средство повышения качества самостоятельной физической тренировки курсантов и слушателей военной академии / И. И. Михаил, В. П. Сорокин, А. М. Андросов, И. Ю. Тимофеев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2021. – № 1. – С. 110-113.
6. Наставление по физической подготовке в ВС РФ (с изменениями от 31 июля 2013 года) (НФП – 2009 с изменениями) // Типография военного института физической культуры. – СПб. : ВИФК, 2013. – 199 с.
7. Сорокин, В. П. Анализ технологий проведения теоретических занятий и самостоятельной работы по учебной дисциплине «физическая подготовка» по программам высшего образования (специалитет) в Военной академии связи / В. П. Сорокин, А. М. Андросов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2018. – № 1. – С. 16-19.
8. Сорокин, В. П. Исследование характеристик, представляемых мультиспортивными часами в ходе спортивной тренировки / В. П. Сорокин, А. М. Андросов, И. Ю. Тимофеев, А. В. Полуян // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2021. – № 1. – С. 114-118.
9. 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.
10. Сорокин, В. П. Технология проведения теоретических и методических занятий по учебной дисциплине «физическая подготовка» по программам подготовки магистров в Военной академии связи / В. П. Сорокин, А. М. Андросов, И. Ю. Тимофеев, И. М. Колбая // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 4 (158). – С. 301-303.
11. Сорокин, В. П. Физическая подготовка военнослужащих управления соединений на современном этапе/ В. П. Сорокин, А. М. Андросов, Н. С. Федюк, И. Ю. Тимофеев, С. Ю. Степанов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 12 (154). – С. 266-270.
12. Сорокин, В. П. Электронная программа оценки командно-методических навыков по физической подготовке курсантов и слушателей / В. П. Сорокин, А. М. Андросов, П. К. Кузнецов, Ю. В. Яковлев, П. А. Котов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 12 (166). – С. 235-239.
13. 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.
14. 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.
15. 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.
16. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута //Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Androsov, A. M. Analysis of the introduction of new generation federal state educational standards in higher military educational institutions on the example of the discipline «physical training» / A. M. Androsov, V. P. Sorokin, Yu. V. Yakovlev, P. K. Kuznetsov // Scientific works of the North-West Institute of Management RANEPA. – 2019. – Vol. 10. – No. 5 (42). – P. 8-12.
2. Androsov, A. M. 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 // Nauchnye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2018. – No. 11 (165). – P. 322-325.
3. Androsov, A. M. Digital technologies in the practice of physical training in a higher military educational institution/ V. P. Sorokin, A. M. Androsov, D. E. Ivashchenko, I. Yu. Timofeev, I. M. Kolbaia // Nauchnye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2018. – No. 7 (161). – P. 257-262.
4. Mikhail, I. I. The educational system of the Russian Federation at the present stage / I. I. Mikhail, A. M. Androsov, V. P. Sorokin // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 2. – P. 9-12.
5. Mikhail, I. I. Technical devices as a means of improving the quality of independent physical training of cadets and students of the military academy / I. I. Mikhail, V. P. Sorokin, A. M. Androsov, I. Yu. Timofeev // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2021. – No. 1. – P. 110-113.

6. Physical Training Manual in the Russian Armed Forces (as amended on July 31, 2013) (PTM-2009 with changes). Printing house of the Military Institute of Physical Training (2013). – St. Petersburg : MIPT, 2013. – 199 p.
7. Sorokin, V. P. Analysis of technologies for conducting theoretical studies and independent work in the discipline «physical training» under the programs of higher education (specialty) at the Military Academy of Communications/ V. P. Sorokin, A. M. Androsov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2018. – No. 1. – P. 16-19.
8. Sorokin, V. P. Study of the characteristics presented by multisport watches during sports training / V. P. Sorokin, A. M. Androsov, I. Yu. Timofeev, A. V. Poluyan // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2021. – No. 1. – P. 114-118.
9. Sorokin, V. P. Retrospective analysis of the special orientation of physical training in the Russian Armed Forces / 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.
10. Sorokin, V. P. Technology of theoretical and methodical lessons in the discipline «physical training» according to the programs of training masters in the Military Academy of Communications / V. P. Sorokin, A. M. Androsov, I. Yu. Timofeev, I. M. Kolbaia // Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2018. – No. 4 (158). – P. 301-303.
11. Sorokin, V. P. Physical training of military personnel of command and control of formations at the present stage / V. P. Sorokin, A. M. Androsov, N. S. Fedyuk, I. Yu. Timofeev, S. Yu. Stepanov // Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2017. – No. 12 (154). – P. 266-270.
12. Sorokin, V. P. Electronic program of assessment of command-methodical skills in physical training of cadets and listeners / V. P. Sorokin, A. M. Androsov, P. K. Kuznetsov, Yu. V. Yakovlev, P. A. Kotov // Nauchnye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2018. – No. 12 (166). – P. 235-239.
13. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical foundation of an individual and typological approach to 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.
14. 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.
15. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
16. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 796.011.2

РОЛЬ ПРОФЕССОРА В. И. СИЛИНА В СТАНОВЛЕНИИ ОРГАНИЗАЦИОННЫХ ОСНОВ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ И СПОРТУ

Щеголев Валерий Александрович, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Кислый Александр Николаевич, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, кандидат педагогических наук, профессор, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

THE ROLE OF PROFESSOR V.I. SILIN IN THE FORMATION OF ORGANIZATIONAL BASICS OF RESEARCH ON PHYSICAL TRAINING AND SPORTS

Shchegolev V.A., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Kisly A.N., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Candidate of Pedagogics, Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматривается научно-исследовательская и редакционно-издательская деятельность профессора В.И. Силина, подводятся итоги его работы в качестве ученого секретаря диссертационного совета института. Определены основные этапы организации и проведения научных исследований по физической подготовке и спорту, рекомендованные В.И. Силиным; раскрыты во взаимосвязи объект, предмет, гипотеза, цель, задачи, методы как основные категории педагогических исследований.

Ключевые слова:

профессор В.И. Силин, научное наследие, диссертационный совет, физическая подготовка и спорт, организация научных исследований, объект и предмет исследований, рабочая и научная гипотезы, цель, задачи и методы исследования.

Abstract:

The article considers the research, editorial and publishing activities of Professor V.I. Silin. It reviews the results of his work as a Learned Secretary of the Institute Dissertation Council. The main stages of organizing and conducting initial research on physical training and sports, recommended by V.I. Silin are defined. The object, subject, hypothesis, goal, tasks, and methods as the main interrelated categories of pedagogical research are revealed.

Key words:

Professor V.I. Silin, scientific heritage, dissertation council, physical training and sports, organization of scientific research, object and subject of research, working and scientific hypotheses, purpose, tasks and methods of research.

ВВЕДЕНИЕ

3 июля 2021 г. исполнилось 100 лет со дня рождения участника Великой Отечественной войны, Заслуженного работника физической культуры Российской Федерации, кандидата педагогических наук, академика, профессора, судьи международной категории, мастера спорта по спортивной гимнастике полковника СИЛИНА Владимира Ивановича (рис. 1).



Рисунок 1 – Владимир Иванович Силин

Жизнь и творчество Владимира Ивановича неразрывно связаны с Военным институтом физической культуры, в стенах которого он проходил службу и работал с 1941 по 2015 гг.

В послевоенные годы В.И. Силин серьезно занимался научной деятельностью: в 1955 г. успешно защитил диссертацию на соискание ученой степени кандидата педагогических наук, а в 1956 г. ему присвоено ученое звание «доцент». В этом же году Владимир Иванович был назначен начальником кафедры гимнастики Краснознаменного Военного института физической культуры и спорта, которой руководил более 24 лет (рис. 2, 3, 4) [4].



Рисунок 2 – Начальник кафедры п-к В.И. Силин, ЗМС О.В. Бормоткин и слушатели-гимнасты факультета, 1963 г.



Рисунок 3 – Подведение итогов государственного экзамена по гимнастике: начальник кафедры п-к В.И. Силин, 1965 г.



Рисунок 4 – Кафедра гимнастики ВДКФ-ФКиС: В.К. Голубев, В.Н. Винокуров, К.И. Брыков, С.А. Алекперов, В.И. Силин, П.Д. Теренин, Б.П. Кашеваров, А.Ф. Гринштейн. Ленинград, 1969 г.

Под руководством п-ка В.И. Силина на кафедре проходили службу и трудились выдающиеся ученые, специалисты по физической культуре, физической подготовке войск, спортивной и военно-прикладной гимнастике, среди них: лауреат Государственной премии СССР, народный артист России, заслуженный деятель искусств РФ, заслуженный тренер РФ, профессор Б.Н. Петров; заслуженный мастер спорта О.В. Бормоткин; заслуженный работник физической культуры РФ, профессор С.А. Алекперов; доктор педагогических наук, профессор Н.К. Меньшиков; заслуженный работник физической культуры РФ, профессор Ю.И. Наклонов; заслуженный мастер спорта К.И. Брыков; заслуженный работник физической культуры РФ, доктор педагогических наук, профессор В.В. Миронов; отличник физической культуры РФ, доцент Б.П. Кашеваров, заслуженный работник физической культуры РФ, профессор Н.Г. Лутченко и др.

Научное наследие. Владимир Иванович много времени уделял научно-исследовательской деятельности. Он углубленно изучал теорию и методику физического воспитания, спортивной тренировки, спортивную педагогику и психологию. Принимал личное участие в разработке и обосновании разделов «Гимнастика» и «Гимнастика и атлетическая подготовка» в Наставлениях по физической подготовке 1948, 1954, 1959, 1966, 1978, 1987 и 2001 гг.

Владимир Иванович является автором более 300 научных и учебно-методических трудов, среди которых 9 учебников, монографии, учебные и методические пособия, изданные в российской печати и за рубежом, в том числе учебники «Гимнастика» (1968, 1978), «Гимнастика и атлетическая подготовка» (1996), «Теория и практика спорта» (1984) и др. [13].

В конце 60-х годов В.И. Силин совместно с Ю.И. Наклоновым и С.А. Алекперовым впер-

вые разработали Программированный курс по учебной дисциплине «Гимнастика», который стал основой обучения курсантов и слушателей военно-учебных заведений [8].

Владимир Иванович проводил большую исследовательскую работу по проблемам психологии спорта. Он является одним из авторов монографии «Гимнастика в трех измерениях» (1979), учебника «Спортивная гимнастика» (1979), в которых раскрываются основы общей и специальной психологической подготовки гимнастов [9, 10].

С 1960 по 1974 гг. он активно помогал тренерам сборной команды страны по спортивной гимнастике в организации предсоревновательной психологической подготовки участников к непосредственному их выступлению в соревнованиях (рис. 5, 6).



Рисунок 5 – Абсолютный чемпион Олимпийских игр Борис Шахлин, Владимир Силин и главный тренер сборной команды СССР Леонид Аркаев. Италия, Рим, 1960 г.



Рисунок 6 – Президент Международной федерации гимнастики Юрий Титов и главный судья Владимир Силин. Первенство СССР, 1975 г.



Профессор В.И. Силин: ученый секретарь диссертационного совета

За многолетнюю и плодотворную научно-педагогическую деятельность в 1977 г. В.И. Силину присвоено ученое звание «профессор».

После завершения военной службы полковник В.И. Силин в 1980 г. был избран на должность профессора кафедры гимнастики, на которой работал до 2015 г., блестяще сочетая научную и педагогическую деятельность.



В.И. Силин, В.А. Щеголев: секретарь и председатель диссертационного совета

Владимир Иванович подготовил 18 кандидатов педагогических наук. С 1984 по 2010 гг. он являлся ученым секретарем диссертационного совета института, где защитились более 300 кандидатов и 42 доктора педагогических наук, которых он по праву называл своими учениками [13]. Среди них – начальники военно-учебных заведений, кафедр, профессорско-преподавательский состав и многие руководители физической подготовки и спорта в Вооруженных Силах Российской Федерации.

Профессор В.И. Силин принимал активное участие в научной жизни института, г. Санкт-Петербурга и России. Как ученый, практик-гимнаст он был востребован на различных международных, Всероссийских и межвузовских симпозиумах, научных конференциях. Владимир Иванович в течение длительного времени являлся одним из организаторов международной научно-практической конференции «Современная гимнастика: проблемы, тенденции, перспективы» (2005–2013 гг.) (рис. 7).



Рисунок 7 – Участники III Международной конференции «Современная гимнастика: проблемы, тенденции, перспективы». Руководители: В.И. Силин и 3-кратный чемпион Олимпийских игр А.Н. Дитятин

Родина высоко оценила заслуги Владимира Ивановича. Он награжден орденом Красной Звезды, орденом Отечественной войны II степени, орденом «Знак Почета» и многими медалями, в т. ч. «За боевые заслуги», «За оборону Москвы», бронзовой медалью Выставки достижений народного хозяйства СССР и др.

Владимир Иванович являлся постоянным организатором и участником встреч ветеранов и выпускников Военного института физической культуры различных лет; активно принимал участие в мероприятиях, посвященных Великой Отечественной войне. Он пользовался большим уважением и признательностью всего коллектива нашего учебного заведения и гимнастического сообщества (рис. 8).



Рисунок 8 – Ветераны спорта Ю.Т. Чихачев, В.И. Силин, П.А. Тресков. Санкт-Петербург, 9 мая 2012 г.

Он являлся академиком Петровской, Балтийской и Калифорнийской академий наук, награжден бронзовой медалью, почетными знаками: «За заслуги в развитии Олимпийского движения», «За заслуги в развитии физической культуры и спорта», «За заслуги в развитии высшей школы», «За научную работу в СССР», «Отличник физической культуры», «Изобретатель СССР», знаком «Л» (за общественную спортивную деятельность в Ленинграде). Ему вручены почетные дипломы Олимпийского и Всесоюзного спортивного комитетов и присвоено почетное звание «Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации».

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Профессор В.И. Силин хорошо понимал, что среди главных задач подготовки военных

специалистов существенное место занимают вопросы их физического совершенствования. В связи с этим возрастает необходимость поиска новых путей, обеспечивающих эффективное применение современных средств, методов и форм физической подготовки и спорта для целенаправленного педагогического воздействия на военнослужащих. Поэтому командиры, начальники, преподаватели, тренеры и другие специалисты в области физической подготовки и спорта должны постоянно повышать уровень своей научно-теоретической подготовленности, хорошо владеть методологией и методами научных исследований, обеспечивающих качество учебно-тренировочного процесса личного состава. Особенно остро данная проблема стоит в условиях разработки и апробации нового Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2021).

Объект и предмет исследования

Проблемам организации и проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта посвящены многие научные труды В.И. Силина и ряда других авторов [1, 2, 6, 15]. При этом в них в той или иной степени затрагиваются вопросы методологического характера, в том числе определение понятий «объект» и «предмет» в теории и методике физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Под объектом научного познания как философской категории принято называть часть объективной реальности, которая на важном этапе становится предметом практической и теоретической деятельности потенциального субъекта [7]. Предметом научного познания в философии считают зафиксированные в опыте и включенные в процесс практической деятельности человека стороны, свойства и отношения объекта, исследуемые с определенной целью в данных условиях и обстоятельствах.

В этой связи объект и предмет научного познания, по мнению Владимира Ивановича, являются важными категориями в методологии исследований в сфере физической культуры и спорта.

Так, И.А. Кузнецов с соавторами считают, что объект исследования представляет собой сферу профессиональной, спортивной или образовательной деятельности, в которой функционирует та или иная специальная группа людей [5].

Предмет исследования – это составная часть данного процесса, представленная средствами, методами или организационными формами, внедрение которых в исследуемую сферу деятельности позволяет получить позитивные изменения [3, 5].

Объект и предмет исследования всегда выступают как категории, соотносящиеся как общее и частное. В этой связи предмет всегда находится в границах объекта исследования.

Этапы организации научного исследования

По убеждению профессора В.И. Силина, эффективность и качество исследований по физической культуре и спорту во многом зависят от правильной организации научно-исследовательского поиска, который должен привести к конкретным результатам [12].

В процедуре всех научных педагогических исследований есть и много общего, что позволяет сформулировать определенные рекомендации по их эффективной организации. Так, В.И. Силин выделял пять основных начальных этапов организации диссертационных исследований по специальности «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры», которые приведены на рисунке 9.

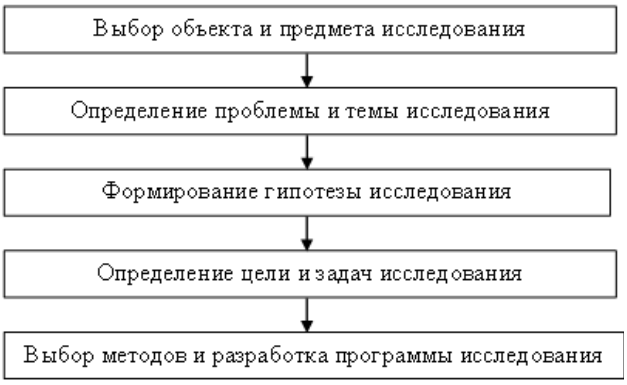

Рисунок 9 – Начальные этапы организации научного исследования

1. Выбор объекта и предмета исследования. Выбор объекта и предмета исследования становится исходной позицией для разработки гипотетической модели достижения цели проводимого исследования, а следовательно, определяет и конечный результат.

В.И. Силин и В.А. Щеголев [12, 14] рекомендуют военно-научные исследования по физической подготовке и спорту начинать с выбора ***объективной области***, которая может быть представлена в виде военно-прикладной, научно-теоретической или научно-дидактической деятельности. Выбор ***объекта исследования*** определяется ее актуальностью, новизной, перспективностью, а также возможностями самого исследователя, его научной эрудицией, опытом, интересами и т. д.

Авторы приводят десять направлений научных исследований в сфере физической подготовки и спорта на современном этапе реформирования Вооруженных Сил. При этом в каждом направлении предлагаются наиболее актуальные объективные области исследования. Например, в таблице приводятся сформулированные основные области исследований по первому направлению.

Таблица – Физическая подготовка военнослужащих как фактор их боевого мастерства в условиях военной реформы (направление № 1)

№	Актуальные объекты исследования
1.	Основные концептуальные направления стратегии развития системы физической подготовки и спорта в условиях военной реформы
2.	Физическая подготовка военнослужащих различных видов и родов войск в структуре их боевого совершенствования
3.	Физическая готовность военнослужащих к действиям в различных климатогеографических зонах
4.	Формы, средства и методы физической подготовки военнослужащих различных видов и родов войск
5.	Педагогические условия развития профессионально-важных качеств у военнослужащих средствами физической подготовки и спорта
6.	Особенности организации и методики физической подготовки и спорта военнослужащих различных возрастных групп
7.	Управление системой физической подготовки и спорта на различных иерархических уровнях
8.	Комплексирование средств физической и боевой подготовки в интересах повышения боеспособности частей и подразделений
9.	Совершенствование норм и требований к физической подготовленности военнослужащих различных видов и родов войск
10.	Теоретическое и экспериментальное обоснование системы руководящих документов по физической подготовке и спорту

Предмет исследования представляет собой конкретную целостность, самостоятельный вопрос, выделенный из объекта исследования. Так в объекте исследования № 4 (см. табл.) по обоснованию форм, средств и методов физической подготовки военнослужащих различных видов и родов войск могут быть выделены предметные области, связанные со спецификой военно-профессиональной деятельности военнослужащих различных подразделений Сухопутных войск, Военно-морского флота, Воздушно-космических сил, Воздушно-десантных войск и Ракетных войск стратегического назначения.

2. Определение проблемы и темы исследования является следующим шагом в логической структуре научного поиска. Проблема может совпадать с предметом исследования. Предмет как элемент объекта может быть взят в качестве проблемы исследования, но, в то же время проблема может являться характеристикой некоторого существующего про-

тиворечия между предметом исследования и объективной реальностью или практикой функционирования объекта исследования. Поэтому проблема является как бы уточнением предмета исследования.

Научная проблема выдвигается после глубокого изучения состояния практики и научной литературы, а не произвольно. По мнению В.И. Силина и других ведущих ученых, правильно поставленная проблема – залог успешного научного поиска [12].

Источником проблемы обычно являются трудные ситуации, конфликты, рождающиеся в практике. Возникает необходимость в их преодолении, т. е. ставится соответствующая практическая задача, например, определить уровень физической подготовленности различных социально-демографических групп призывной молодежи и разработать пути его дальнейшего повышения. Для того, чтобы перейти от данной практической задачи к научной проблеме, важно выполнить две процедуры:

определить, нужны ли научные знания для решения данной задачи и если нужны, то какие;

установить, существуют ли эти знания в науке.

Если знания имеются и их необходимо только отобрать, систематизировать и использовать, то как таковой научной проблемы не существует. Однако, если эти знания в науке отсутствуют или имеются, но неполные, то возникает проблема или даже несколько проблем.

Научная проблема в конечном счете всегда связана с совершенствованием предмета исследования или с разработкой системы мер на повышение эффективности его практического функционирования или на развитие его теории.

Проблемная ситуация (противоречие) прямо или косвенно должна найти отражение в названии темы исследования. При этом сама формулировка темы диссертационной работы должна обязательно базироваться на предмете исследования.

Таким образом, научная проблема, предмет и тема исследования всегда взаимосвязаны и взаимообусловлены и находятся в диалектическом единстве.

3. Формирование гипотезы исследования. В педагогической и специальной литературе обычно различают рабочую и научную гипотезы [3, 5, 12].

Рабочая гипотеза представляет собой временное предположение для систематизации имеющегося фактического материала, а научная гипотеза – положения, сформулированные в результате накопления фактического материала и научных данных, которые с определенными уточнениями могут лечь в основу научной теории. Таким образом, процесс разработки гипотезы довольно длителен и может идти параллельно с другими этапами исследования.

Научная гипотеза должна отвечать следующим требованиям: соответствовать фактам, быть проверяемой, приемлемой для широкого круга явлений, простой и т. д. По своему характеру она может быть направлена на выдвижение принципиально нового положения или модификацию известных положений и закономерностей. Если гипотеза содержит в себе предположение о связи между педагогическим воздействием, содержанием, организационными формами и результатами обучения или тренировки, не раскрывая при этом механизма воздействия, то она носит эмпирический характер.

Для того, чтобы гипотеза имела теоретический характер, она должна содержать еще предположение о характере исследуемых связей, об их внутреннем механизме и закономерностях.

4. Определение цели и задач исследования. В предмете исследования в концентрированном виде заключены *цель*, основные задачи и возможности их решения. Следует отметить, что научная проблема, предмет, тема и цель исследования всегда взаимосвязаны и взаимообусловлены и находятся в диалектическом единстве [3, 15, 16-20].

В диссертационных исследованиях по физической подготовке и спорту, как правило, решаются несколько научных задач (не более пяти).

Чаще всего, первая задача предполагает выявление сущности, природы, структуры и закономерностей изучаемого объекта, вторая – определение наиболее характерных способов педагогической коррекции объекта;

третья и последующие задачи – разработку и обоснование конкретных практических рекомендаций по педагогическому воздействию или комплекса мер, направленных на совершенствование объекта исследования.

5. Выбор методов и разработка программы исследования. На данном этапе для соискателя наибольшую трудность представляет подбор методов исследования и процедура получения собственных экспериментальных материалов. При этом важно не только подбирать адекватные задачам методы исследования, но и конструировать свои собственные методики, доказав их достоверность и эффективность.

Для каждого этапа исследования планируется такая совокупность и последовательность приемов и методов, которая обеспечивает качественное решение поставленных научных задач. Фактически эта совокупность составляет методику исследования, с помощью которой проверяется и уточняется гипотеза.

Педагогическая интерпретация и обобщение полученных в ходе исследования научных данных позволяют сформулировать предварительные теоретические и практические выводы, на основе которых можно судить о качестве решения задач и проверки рабочей гипотезы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, правильная и строгая последовательность в организации исследовательского поиска по вопросам физической подготовки и спорта может в существенной мере обеспечить эффективность труда начинающих ученых и позволит избежать многих методологических и методических ошибок при выборе актуального направления и предметной области в педагогических исследованиях. При этом необходимо опираться на научный опыт и практические рекомендации ученых Военного института физической культуры и, прежде всего, профессора Силина Владимира Ивановича, который длительное время являлся ученым секретарем диссертационного совета нашего военно-учебного заведения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аристер, Н. И. Процедура подготовки и защиты диссертаций / Н. И. Аристер, Н. И. Загузов. – М. : АОЗТ «Икар», 1995. – С. 65-78.
2. Ашмарин, Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании : учеб. пособие/ Б. А. Ашмарин. – М. : ФиС, 1978. – 223 с.
3. Болотин, А. Э. Содержание научно-исследовательской работы в сфере физической культуры и спота : учеб. пособие / А. Э. Болотин, О. С. Давыдова. – СПб. : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2019. – 180 с.
4. Кислый, А. Н. Силин Владимир Иванович. Этапы творческого пути / А. Н. Кислый, В. А. Ложкин // Сб. докум. и истор. матер., посв. 85-летию со дня рожд. проф. В. И. Силина. – СПб. : ВИФК, 2006. – 20 с.
5. Кузнецов, И. А. Основы научно исследовательской деятельности в сфере физического воспитания, служебно-прикладной физической подготовки и спора : учеб. пособие / И. А. Кузнецов, А. А. Обвинцев, С. А. Трапезников [и др.] // Под ред. А. А. Обвинцева. – СПб. : ВИФК, 2015. – 250 с.
6. Райзберг, Б. А. Диссертация и ученая степень : учеб. пособие / Б. А. Райзберг. – М. : ИНФРА-М, 2006. – 430 с.
7. Романенко, Н. В. Философия науки : монография / Н. В. Романенко, В. Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2018. – 286 с.
8. Силин, В. И. Гимнастика. Программированный курс : учеб. пособие / В. И. Силин, Ю. И. Наклонов. – Л. : ВДКФФКиС, 1968. – 160 с.
9. Силин, В. И. Гимнастика в трех измерениях : монография / В. И. Силин, В. М. Смолевский, Ю. В. Менхин.– М. : Физкультура и спорт, 1979. – 248 с.
10. Силин, В. И. Спортивная гимнастика : учеб. / В. И. Силин, Ю. К. Гавердовский, В. М. Смолевский [и др.]// Под ред. Ю. К. Гавердовского, В. М. Смолевского. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 327 с.
11. Силин, В. И. Гимнастика и атлетическая подготовка : учеб. / В. И. Силин, А. Н. Кислый, Н. Г. Лутченко [и др.] // Под ред. В. И. Силина, Н. Г. Лутченко. – СПб. : ВИФК, 1996. – 388 с.
12. Силин, В. И. Актуальные направления научных исследований по физической подготовке и спорту в условиях военной реформы / В. И. Силин, В. А. Щеголев // Сб: Актуальные вопросы современной гимнастики / под ред. В. А. Щеголева, А. Н. Кислого. – СПб. : ВИФК, 2011. – С. 13-32.
13. Старовойтов, А. Л. Профессор Силин В. И.: страницы жизни и творчества / А. Л. Старовойтов, А. Н. Кислый, В. А. Ложкин // Сб. докум. и истор. матер., посв. 90-летию со дня рожд. проф. В.И. Силина.–

СПб. : ВИФК, 2011. – 106 с.
14. Щеголев, В. А. Актуальные направления и методы научных исследований по физической культуре и спорту: учеб.-метод. пособие / В. А. Щеголев. – СПб. : СПГУ, 2005. – 69 с.
15. Щеголев, В. А. Организация научных исследований по физической культуре в вузе : учеб.-метод. пособие/ В. А. Щеголев, В. А. Белоус, Ю. Н. Щедрин – СПб. : СПбГУИТМО, 2005. – 72 с.
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. Зыков, А. В. Система профессионального обучения различных категорий личного состава вооруженных сил Норвегии / А. В. Зыков, С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В.Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С.43-47.
18. Сущенко, В. П. Факторы, определяющие отношение призывной студенческой молодежи к выполнению норм и требований Физкультурно-спортивного комплекса ГТО / В. П. Сущенко, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, И. В. Корчагин // Здоровье - основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. – 2018. – Т.13. – № 2. – С.704-710.
19. 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.
20. 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.

REFERENCES

1. Arister, N. I. Preparation and defense of thesis / N. I. Arister, N. I. Zaguzov. – Moscow : JSC Ikar, 1995. – P. 65-78.
2. Ashmarin, B. A. Theory and methods of pedagogical research in physical education : textbook / B. A. Ashmarin.– Moscow : Fizkultura i sport, 1978. – 223 p.
3. Bolotin, A. E. The content of research work in the field of physical education and spot : textbook / A. E. Bolotin, O. S. Davydova. – St. Petersburg : POLYTECH-PRESS, 2019. – 180 p.
4. Kisly, A. N. Silin Vladimir Ivanovich. Stages of the creative path / A. N. Kisly, V. A. Lozhkin // Col. of docum. and hist. mater., dedicated to the 85th anniversary of prof. V. I. Silin's birth. – St. Petersburg : MIPT, 2006. – 20 p.
5. Kuznetsov, I. A. Fundamentals of research activity in the field of physical education, service and applied physical training and sports : textbook / I. A. Kuznetsov, A. A. Obvintsev, S. A. Trapeznikov [et al.] // Ed. by A.A. Obvintsev.– St. Petersburg : MPT, 2015. – 250 p.
6. Raizberg, B. A. Dissertation and academic degree : textbook / B. A. Raizberg. – Moscow : INFRA-M, 2006. – 430 p.
7. Romanenko, N. V. Philosophy of science: monograph / N. V. Romanenko, V. L. Pashuta. – St. Petersburg : MIPT, 2018. – 286 p.
8. Silin, V. I. Gymnastics. Program course : textbook / V. I. SilinY. I. Naklonov. – Leningrad : MIPT, 1968. – 160 p.
9. Silin, V. I. Gymnastics in three dimensions: monograph / V. I. Silin, V. M. Smolevsky, Yu. V. Menkhin. – Moscow: Fizkultura i sport, 1979. – 248 p.
10. Silin, V. I. Sports gymnastics : textbook / V. I. Silin, Y. K. Gaverdovsky, V. M. Smolevsky [et al.] // Ed. by Y. K. Gaverdovsky, V. M. Smolevsky. – Moscow : Fizkultura i sport, 1979. – 327 p.
11. Silin, V. I. Gymnastics and athletic training: textbook / V. I. Silin, A. N. Kisly, N. G. Lutchenko [et al.] // Ed. by V. I. Silin, N. G. Lutchenko. – St. Petersburg : MIPT, 1996. – 388 p.
12. Silin, V. I. Actual trends of scientific research on physical training and sports in the conditions of military reform/ V. I. Silin, V. A. Shchegolev // Actual issues of modern gymnastics / Ed. by V. A. Shchegolev, A. N. Kisly. – St. Petersburg : MIPT, 2011. – P. 13-32.
13. Starovoitov, A. L. Professor Silin V. I.: pages of life and creativity / A. L. Starovoitov, A. N. Kisly, V. A. Lozhkin// Col. of docum. and hist. mater., dedicated to the 90th anniversary of the birth of prof. – St. Petersburg : MIPT, 2011. – 106 p.
14. Shchegolev, V. A. Actual trends and methods of scientific research on physical training and sport : training manual / V. A. Shchegolev. – St. Petersburg : SPSU, 2005. – 69 p.
15. Shchegolev, V. A. Organization of scientific research on physical training in higher education : training manual / V. A. Shchegolev, V. A. Belous, Y. N. Shchedrin. – St. Petersburg : SPbSUITMO, 2005. – 72 p.
16. Zykov, A.V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the Armed Forces of Saudi Arabia / A.V. Zykov, O. S. Bosman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of power structures. –2020. – No. 3. – P. 32-36.
17. Zykov, A.V. The system of professional training of various categories of personnel of the Norwegian armed forces/ A.V. Zykov, S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of power structures. – 2020. – No. 4. – P. 43-47.

18. Sushchenko, V. P. Factors determining the attitude of conscripted student youth to the fulfillment of the norms and requirements of the Physical culture and sports complex of the TRP / V. P. Sushchenko, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, I. V. Korchagin // Health-the basis of human potential: problems and ways to solve them. 2018. Vol. 13. – No. 2. – P. 704-710.
19. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of the leading NATO countries. monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
20. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of US military personnel: textbook. manual / V. A. Shchegolev, V. P. Sushchenko // St. Petersburg: Publishing house of the Polytechnic University, 2017. - 113 p.

ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

УДК 796.89:356

РУКОПАШНЫЙ БОЙ В СУХОПУТНЫХ ВОЙСКАХ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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;

Егоров Алексей Александрович, заместитель начальника факультета – начальник учебной части факультета, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Баранов Валентин Валентинович, курсовой офицер-преподаватель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

HAND-TO-HAND COMBAT IN THE GROUND FORCES OF THE RUSSIAN ARMED FORCES

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, Head of the Department of Overcoming Obstacles and Hand-to-Hand Combat, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Egorov A.A., Deputy Head of the Faculty – Head of the Training Unit of the Faculty; Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Baranov V.V., Course Officer-Teacher, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

Рукопашный бой в Сухопутных войсках Вооруженных Сил Российской Федерации представляет собой вид боевой деятельности военнослужащих в ближнем бою с противником. Опыт ведения боевых действий показал, что изучение приемов, применяемых на практике, необходимо военнослужащему для развития навыков, которые требуются для ведения боевых действий, уничтожения, выведения из строя или пленения противника. Помимо этих целей, приемы, маневры и действия рукопашного боя нужны для самостоятельной защиты и активного ответа на атаки противника.

Изучение и освоение приемов и действий рукопашного боя положительно влияют на психологическую подготовку военнослужащего, воспитание смелости и решительности, находчивости и уверенности в своих силах, подавление чувства страха.

Ключевые слова:

сухопутные войска, наставление по физической подготовке, рукопашный бой, физическая подготовка, физическая готовность.

Abstract:

Hand-to-hand fighting in the Ground Forces of the Russian Armed Forces is the type of combat activity of military personnel in close combat. Combat experience has shown that learning techniques used in practice is necessary for military personnel to develop skills required for conducting combat operations, destruction, disablement or captivity of the enemy. Apart from those purposes techniques, maneuvers and actions of the hand-to-hand combat are necessary for self-defense and active response to an enemy attack.

Learning and mastering hand-to-hand techniques and actions have a positive effect on psychological training of military personnel, fostering courage and determination, resourcefulness and self-confidence, suppression feelings of fear.

Key words:

Ground Forces, manual on physical training, hand-to-hand fighting, physical training, physical readiness.

ВВЕДЕНИЕ

Сухопутные войска (далее – СВ) один из трех видов Вооруженных Сил Российской Федерации (другие: Военно-морской флот, Военно-космические силы). Основной и пер-

востепенной задачей СВ является ведение боевых действий и выполнение специальных задач преимущественно на суше. На данный момент количество военнослужащих СВ насчитывает 280 тысяч человек.

В современном мире имеют место быть различные виды угроз по отношению к России и Вооруженным Силам Российской Федерации, в частности: нарушение территориальной целостности со стороны других государств, вторжение во внутренние проблемы России, ограничение стремлений России в урегулировании вопросов, касающихся внешнеэкономической безопасности, существование центров вооруженных столкновений рядом с государственными рубежами, увеличение количества групп враждебных армейских подразделений, которые ставят своей целью разрушение баланса войск неподалеку от межнациональных границ России и дружественных армий стран-союзников, наращивание межгосударственных коалиций, уклонение от соблюдений положений Устава ООН (Организация Объединенных Наций), организация, материально-техническое обеспечение и обучение внутри границ вражеских государств вооруженных соединений для их вторжения и военных деяний на территории Российской Федерации.

В связи с вышеперечисленными проблемами и существованием явных угроз можно сделать вывод о необходимости совершенствования и модификации Вооруженных Сил. Одним из направлений повышения обороноспособности страны является совершенствование физической подготовленности военнослужащих, в том числе формирование навыков ведения рукопашного боя.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

На данный момент боевые действия, несмотря на все достижения науки и техники, не обходятся без рукопашных схваток. В связи с этим для качественного ведения рукопашного боя необходимы умения и навыки владения им абсолютно всеми военнослужащими СВ: артиллеристам, танкистам, мотострелкам, связистам и многим другим. Рукопашные схватки были, есть и будут эффективнейшим способом решения проблем борьбы с противником в условиях ближнего (контактного) боя, а также они служат отличным средством социального становления личности, патриотического воспитания, развития активной гражданской позиции подрастающего поколения, физического, умственного, духовного, нравственного развития подростка и их подготовки к защите Родины [3, 6-9].

В Приказе Министра обороны Российской Федерации от 21.04.2009 № 200 № «Об утверждении Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации» (далее – НФП-2009) для СВ установлено, что личный состав первой и второй возрастных групп мотострелковых подразделений должен изучать приемы рукопашного боя специального комплекса РБ-2, а в танковых, инженерных, связи, войсках радиационной, химической и биологической защиты, ракетных войсках и артиллерии, войсках противовоздушных обороны разучивают приемы общевойскового комплекса ближнего боя РБ-1 [2].

В военных вузах, готовящих личный состав для прохождения военной службы в разведывательных подразделениях и частях, программой предусмотрено изучение комплекса приемов РБ-3 (специальный).

Мотострелковые части и части химической защиты во время учебных занятий рукопашным боем также нацелены на выполнение задач из раздела «Рукопашный бой» (РБ), основные положения которого изложены в НФП-2009: использование специальных приемов борьбы, ударной техники видов боевых искусств; схватка без применения огнестрельного оружия; уничтожение противника в минимально короткое время [1]. Основные цели, которые касаются всех остальных частей и подразделений Вооруженных Сил Российской Федерации, следующие: обучение навыкам устранения неприятеля и организации самостоятельной обороны от его атак, развитие уверенности в своих силах, находчивости и инициативности в действиях [4].

Военнослужащие разведывательных подразделений, курсанты военно-учебных заведений, обучающиеся для этих воинских частей и подразделений, проходят обучение приемам и действиям РБ в усложненной форме, т. е. по специальному комплексу приемов и действий

«РБ-3» и вдобавок – по особому плану, подготавливаемому специалистами физической подготовки СВ [2]. Опыт ведения боевых действий показал, что военнослужащие СВ применяют приемы РБ в боевой экипировке, в ходе боя приходится сталкиваться с различными проблемами, одной из которых является превосходящее количество людей противника. В связи с этим руководителям занятий необходимо уделять особое внимание подготовке к бою с противником, превосходящим силы наших войск. Также целесообразно проводить проверку приемов РБ в боевой экипировке, воспитывать сплоченность коллектива, улучшать свои навыки и умения действовать в коллективе, в том числе на фоне усталости под воздействием огромных психологических и физических нагрузок [3].

Как известно, РБ имеет военно-прикладную направленность, поэтому планирование всего процесса подготовки воина необходимо проводить на стадии именно военно-прикладного обучения и воспитания. В последующем на стадии интегративной физической нагрузки и подведения своего организма к тактическим учениям в рамках полевых выходов, учебно-боевой деятельности, учебно-тренировочных сборов, а также на курсах молодого бойца реализовывается процесс обучения. Обучение военнослужащих приемам и действиям РБ, согласно НФП-2009, также может проходить в виде попутной физической тренировки во время передвижения к местам несения боевого дежурства, учебных сборов. Для такого вида физических тренировок отдельно подготавливаются различные вариации ее проведения и устанавливаются определенные нормативы. Средствами физической тренировки могут быть специальные приемы и действия, предусмотренные темой проводимого занятия по боевой подготовке [1]. Порядок ее проведения и содержание для каждого варианта определяются заместителем командира воинской части [1].

В органе военного управления, воинской части и организации Вооруженных Сил соответствующие командиры (начальники) утверждают следующие документы:

а) приказ об организации физической подготовки и спортивно-массовой работы военнослужащих на учебный год со следующими приложениями: план физической подготовки военнослужащих на учебный год (для воинской части) [1];

б) программы по боевой подготовке (раздел «Физическая подготовка»), расчет часов и тем на месяц, определяемый штабом батальона (дивизиона), базирующийся на плане боевой и политической подготовки части [1]. В соответствии с НФП-2009, а также с основными документами (программами, планами, расписаниями), обучение основным приемам и действиям проходит, как известно, на первом курсе обучения (для курсантов высших военных учебных заведений) и на протяжении военной службы по призыву (первый год), а в дальнейшем, то есть на втором и последующих курсах и/или на службе по контракту, лишь развиваются, повышаются знания, умения и навыки, полученные годом ранее [3].

Для более эффективного овладения военнослужащими приемами и действиями РБ руководителю занятий необходимо постоянно контролировать и давать толчок к совершенствованию умений и навыков, в том числе и в зимний, и в летний периоды. Расписание занятий должно составляться так, чтобы помимо основных форм физической подготовки (учебных занятий, утренней физической зарядки, физической тренировки в процессе учебно-боевой деятельности, спортивно-массовой работы, самостоятельной физической тренировки) отводилось время и для занятий по РБ, дабы в общем плане оставалось не менее 180-270 минут (для высших военных учебных заведений), 200-300 минут (для воинских частей и подразделений) в неделю [5]. Руководители занятий и тренеры должны служить основным целям и постоянно преследовать и достигать их в процессе обучения военнослужащих:

а) четко осознавать место РБ в системе физического воспитания, физической культуры и спорта;

б) обучать тому, что необходимо при ведении боевых действий в условиях рукопашной схватки;

в) делать упор на активное освоение теории и методики курсантами и военнослужащими по контракту, на воспитание физических и волевых качеств, формирование психологической устойчивости и др.;

г) постоянно обучать и корректировать курсантов в организации и проведении учебно-тренировочных занятий по данному виду спорта;

д) личным примером показывать и обучать приемам и действиям РБ;

е) рассказывать о том, какое может быть материально-техническое обеспечение в процессе проведения занятий (городки, спортивные площадки, экипировка, инвентарь, оборудование, тренажеры, комплексы и т. д.);

ж) давать представление о характере сциентифической (научной) деятельности [5].

Оценить какое-либо упражнение из раздела «Рукопашный бой» иногда бывает очень сложно и потому в СВ следует пользоваться такими критериями, как «значительные» и «незначительные» ошибки [4].

Чтобы качественно и точно оценить военнослужащих, следует учитывать ряд факторов, от которых может зависеть их дальнейшая оценка, а в будущем, возможно, и жизнь. Это такие факторы как виды и рода войск, к которым принадлежит военнослужащий, время года, период обучения, задачи, которые ставят проверяющие для оценки и контроля полученных знаний. Например, в высших военных учебных заведениях особое внимание при сдаче рубежных контролей, итоговых зачетов уделяется не быстроте выполнения того или иного приема, либо действия, а качество их выполнения (применительно в большей мере к курсантам первого года обучения) [3]. В СВ кроме качества выполнения приемов и действий рукопашного боя имеет большое значение быстрота действий, логическая завершенность приема, умение действовать в необычных ситуациях и неожиданных условиях (погода, рельеф, время года), в боевой экипировке, бронежилете [2].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, в данной статье мы рассмотрели и изучили различные вопросы и проблемы РБ в Вооруженных Силах Российской Федерации и в СВ в частности: каково значение РБ для Вооруженных Сил; какие могут быть комплексы РБ и для каких войск предназначены; направления РБ; основные виды документации, регулирующие правила проведения учебно-тренировочных занятий, соревнований, программы, установленные Министерством обороны Российской Федерации; цели обучения военнослужащих РБ; виды упражнений раздела «Рукопашный бой» из НФП-2009; содержание занятий; критерии оценивания военнослужащих.

Рассмотрев более подробно данную тему, необходимо сделать вывод: РБ с течением времени не только не потерял своей значимости для Вооруженных Сил Российской Федерации, но и остается одним из важнейших средств физической подготовки военнослужащих. В подтверждение вышесказанного, приведем слова величайшего русского полководца Александра Васильевича Суворова: «пуля – дура, штык – молодец». Это выражение дает нам полное представление о важности РБ и остается актуальным по сей день.

В настоящее время происходит процесс внедрения в массы РБ, он становится обязательным для всех подразделений видов и родов войск, поэтому тему РБ необходимо изучать все больше и больше.

ЛИТЕРАТУРА

1. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации : введено в действие приказом Министра обороны Российской Федерации № 200 от 21 апреля 2009 г. – М., 2009.
2. Теория и организация служебно-прикладной физической подготовки, физической культуры и спорта : учеб. для курсантов Института. – Ч. I / Под ред. проф. В.В. Миронова, А.А. Обвинцева. – СПб. : ВИФК, 2014. – 297 с.
3. Руководство по физической подготовке в Сухопутных войсках. Часть 1. Основы организации физической подготовки в Сухопутных войсках. – М. : МО РФ, 2014. – 164 с.
4. Зайцев, Ю. Армейский рукопашный бой / Ю. Зайцев. – М. : Современная школа (Букмастер), Интерпрессервис, 2009. – 779 с.
5. Рукопашный бой в аспектах военно-специальной дисциплины, физической подготовки и как вид боевой деятельности : учеб. для курсантов и слушателей Военного института физической культуры. – Л.: Типография ВИФК, 1990. – 124 с.

6. 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.
7. 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.
8. 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.
9. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута //Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Physical training manual in the Russian armed forces, (implemented by order of the Defense Minister№ 200 April 21st, 2009). – Moscow, 2009. – P. 33-57.
2. Theory and organization of service and applied physical training, physical education and sports : Textbook for cadets of the Military Institute of Physical Training. Pt. 1 / Ed. by prof. V. V. Mironov, A. A. Obvintsev. – St.-Petersburg : MIPT, 2014. – 297 p.
3. Manual of physical training in the Ground Forces. Pt. 1. Fundamentals of the organization of physical training in the Ground Forces. – Moscow : The Russian Ministry of Defense, 2014. – 164 p.
4. Zaitsev, Yu. Army hand-to-hand combat / Yu. Zaitsev. – Moscow : Modern school (Bukmaster), Interpressservice, 2009. – 779 p.
5. Hand-to-hand combat in aspects of military-special discipline, physical training and as a type of combat activity: Textbook for cadets of the Military Institute of Physical Training. – Leningrad : MIPT Printing House, 1990. – 124 p.
6. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical foundation of an individual and typological approach to 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.
7. 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.
8. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
9. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 796.01:612]:355.232.6

ВАРИАНТЫ ПОСТРОЕНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК

Кадыров Равель Мингараевич, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Михаил Иван Иванович, кандидат педагогических наук, профессор, начальник кафедры физической подготовки, Военная академия связи имени С.М. Буденного, Санкт-Петербург;

Зубакин Валерий Павлович, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической подготовки, Военная академия связи имени С.М. Буденного, Санкт-Петербург.

OPTIONS FOR BUILDING PHYSICAL ACTIVITIES

Kadyrov R.M., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Mikhail I.I., Candidate of Pedagogics, Professor, Head of the Department of Physical Training, the Budyonny Military Academy of Communications, St. Petersburg;

Zubakin V.P., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Physical Training, the Budyonny Military Academy of Communications, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье представлены особенности выбора вариантов тренировочных нагрузок в зависимости от полученного эффекта тренировки. На основе применения метода планирования экстремального эксперимента показан вектор изменения нагрузки с учетом вклада наиболее значимого компонента нагрузки (в частности интенсивности нагрузки.

Ключевые слова:

нагрузка, планирование эксперимента, тренировочный эффект.

Abstract:

The specificities of the choice of options for training loads, depending on the resulting effect of training are presented in the paper. Based on the application of the extreme experiment planning method, the load change vector, taking into account the contribution of the most significant load component (in particular, the load intensity) is shown.

Key words:

load, design of experiments, the training effect.

ВВЕДЕНИЕ

Методика конструирования процесса физической тренировки весьма проста по идее. Необходимо знать вероятностные характеристики всех компонентов тренировки и уметь вычислять интересующую нас величину как функцию от параметров этих компонентов. Тогда случайность параметров можно учесть путем моделирования [1].

При моделировании можно получить не только математическое ожидание и дисперсию интересующей нас величины, но и другую полезную информацию. В частности, при получении большого числа значений RC1, RC2, … RCn случайной величины RC можно построить приближенную плотность распределения RC. Цель – определение вариантов подбора тренировочных нагрузок.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

При проведении имитационных экспериментов выделяют внешние (экзогенные) и внутренние (эндогенные) переменные. В качестве внешних переменных (факторов) в тренировочном процессе выделяются компоненты физической нагрузки (объем и интенсивность), частота занятий и продолжительность тренировки [2, 3-7].

Внутренними (эндогенными) переменными являются показатели работоспособности занимающихся.

Каждый фактор (внешняя переменная) в эксперименте может иметь только одно из нескольких значений, называемых уровнями. Фиксированный перечень уровней факторов обуславливает соответствующее состояние работоспособности занимающихся.

Путем подбора соответствующих параме-

тров нагрузки на основе имитационного эксперимента можно рассчитать их одинаковый вклад в выходной параметр (отклик).

В практическом и методическом отношении особый интерес представляет проблема оптимального регулирования нагрузок в физической тренировке. Для выявлений экстремальных значений параметров тренировочного процесса целесообразно строить многоуровневую модель и экспериментировать с ней. В частности, модель отдельного занятия включает в себя основные компоненты нагрузки: длительность (объем), интенсивность, количество повторений, интервал отдыха. Переменными моделей более высокого уровня являются: продолжительность тренировки, частота занятий в соответствующий промежуток времени, интервалы времени между занятиями.

После установления наиболее существенных переменных тренировки определяется область ограничений на их варьирование в соответствующем диапазоне. На основе локализации «поля» варьирования компонентов нагрузки после получения экспериментальных данных определяются конкретные функциональные зависимости уравнений.

Микроимитационные модели являются моделями нижнего уровня. Для конструирования более продолжительного тренировочного процесса отдельно создается управляющая программа, позволяющая автоматически варьировать компоненты нагрузки. Для обоснования параметров тренировки необходимо применение методов активного планирования эксперимента.

Сложность процесса конструирования в данном случае обусловлена наличием нелинейной зависимости между частотой занятий и интенсивностью нагрузки, а также чрезвычайной вариативностью показателей работоспособности занимающихся.

С учетом иерархии моделей и экспериментирования с ними возможно оперативное, микроэтапное регулирование нагрузок в процессе физической тренировки.

В зависимости от типа регулирования тренировочной нагрузки применяются различные варианты активного планирования эксперимента. Под оперативным регулированием нагрузки следует понимать процесс управления компонентами кратковременной нагрузки (отдельного упражнения, тренировочного занятия) с целью достижения заданного тренировочного эффекта.

Целесообразным при таком регулировании является планирование дробного факторного эксперимента, т. е. минимального количества опытов, которое достигается большим диапазоном варьирования величин компонентов нагрузки. Характеристиками срочного тренировочного эффекта служат наиболее чувствительные в однократной нагрузке показатели работоспособности занимающихся.

При микроэтапном и этапном регулировании нагрузок используются методы экстремального планирования эксперимента, суть которого заключается в поддержании и варьировании заданных количественных величин компонентов нагрузки в зависимости от полученного тренировочного эффекта.

Определение оптимальных количественных характеристик компонентов нагрузки с помощью имитационного моделирования позволяет сконструировать рациональные варианты построения физической тренировки.

Для определения экстремальных значений отклика при варьировании независимых факторов использовали методы планирования экспериментов при выполнении упражнений на выносливость.

Были проведены две серии экспериментов.

В первой серии 15 слушателей выполняли работу на тредбане с применением непрерывного и интервального методов тренировки. При непрерывном методе выполнялся бег в течение 12 минут с постоянной скоростью 7 км/ч и изменением наклона тредбана на 2,5% в 1 минуту, при интервальном – бег в течение 12 минут со скоростью 75 и 50% максимальной, показанной на дистанции 1 км.

Параметры нагрузки подразделялись на два уровня: верхний и нижний. При интервальном методе, кроме того, изучалось влияние четырех факторов (скорости, длительности, числа повторений и интервалов отдыха) на организм военнослужащих. В качестве примера можно привести таблицу, отражающую результаты эксперимента при интервальном методе (табл. 1).

Из таблицы видно, что наиболее высокий результат (51 л) достигается при интенсивности бега 75% максимальной скорости, длительности бега 5 минут, интервал отдыха 1 минута и числе повторений не менее двух (5-й столбец в таблице 1).

Таблица 1 – Влияние параметров нагрузки на аэробную емкость организма

Характеристика эксперимента	Факторы		
	Длительность мин (x1)	Интенсивность % (x2)	O2- приход/ O2– долг (y)
Основной уровень	25	55	
Интервал варьирования	5	5	
Верхний уровень	30(+)	60(+)	
Нижний уровень	20(-)	50(-)	
Опыты:	-	-	5,64
1-й	+	-	6,14
2-й	-	+	6,71
3-й	+	+	6,04
4-й			

*значком (+) отмечен верхний уровень, (-) – нижний уровень.

Наиболее значительными факторами нагрузки в этом случае являются: интенсивность упражнения, длительность бега и величина интервалов отдыха. Установлено, что с уменьшением числа повторений и увеличением интервалов отдыха эффект воздействия нагрузки на организм снижается. При интенсивности бега 75% максимальной скорости существенное влияние на кислородный приход оказывает длительность работы и величина интервалов отдыха.

Наиболее значительными факторами нагрузки в этом случае являются интенсивность упражнения, длительность бега и величина интервалов отдыха. Установлено, что с уменьшением числа повторений и увеличением интервалов отдыха эффект воздействия нагрузки на организм снижается. При интенсивности бега 75% максимальной скорости существенное влияние на кислородный приход оказывает длительность работы и величина интервалов отдыха.

При непрерывном методе тренировки существенное повышение потребления кислорода и выделение «неметаболического излишка» (ЭХС CO2) отмечается на 6-й минуте работы. Максимальный кислородный приход составляет 39,8 л.

В следующей серии опытов изучалось влияние двух факторов: длительности и интенсивности. В качестве функции отклика было выбрано отношение кислородного прихода во время работы к кислородному долгу (O2 – приход/O2 – долг) – параметр оптимизации.

Этот параметр, с одной стороны, характеризует срочный тренировочный эффект, а с другой – способность быстро восстанавливать организм.

Достижение экстремума функции отклика говорит об оптимальной физической нагрузке. Длительность бега варьировалась от 20 до 30 мин, скорость бега – от 50 до 60 % МПК.

Результаты исследования представлены в таблице 2.

Конкретные величины функции отклика (y) при варьировании нагрузки аппроксимированы регрессивным уравнением:

$$Y = 6,13 + 0,04x1 + 0,24x2 + 1,17x1x2$$

Увеличение интенсивности нагрузки на единицу ведет к приросту величины функции отклика на 0,24. Наибольшее влияние на параметр оптимизации оказывает взаимодействие факторов.

Для определения оптимальных значений нагрузки интенсивность увеличивается на соответствующую величину (0,24λ) и ставится новая серия опытов. Изменение знака при максимальном коэффициенте свидетельствует о достижении экстремума.

Таблица 2 – Планирование эксперимента

Характеристика эксперимента	Факторы		
	Длительность мин (x1)	Интенсивность % (x2)	O2- приход/ O2– долг (y)
Основной уровень	25	55	
Интервал варьирования	5	5	
Верхний уровень	30(+)	60(+)	
Нижний уровень	20(-)	50(-)	
Опыты:	-	-	5,64
1-й	+	-	6,14
2-й	-	+	6,71
3-й	+	+	6,04
4-й			

Выделенные фрагменты тренировочного процесса включаются в содержание обучения слушателей конструированию самостоятельной физической тренировки. В структурном отношении воспроизведение тренировочных действий должно предшествовать их самостоятельному применению. «Внутренняя» дифференциация составляющих тренировки позволяет обучаемым выделять существенные факторы регулирования физической нагрузки.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, формирование конструктивных умений возможно только при осознанной самопроизвольной активности обучаемых. Для построения собственного вектора тренировочной деятельности необходимо развивать способность к рефлексивному мышлению.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кадыров, Р. М. Теория и практика физической подготовки / Р. М. Кадыров, Г. Н. Блахин. – СПб. : ИНКЕРИ, 2020. – 153 с.
2. Кадыров, Р. М. Теория физических нагрузок / Р. М. Кадыров, Г. Н. Блахин. – СПб. : ИНКЕРИ, 2020 – 173 с.
3. Кадыров, Р. М. Новые подходы определения нормативов для самооценки физической подготовленности студентов на основе свободы выбора / Р. М. Кадыров, Д. С. Савельев, А. В. Зайцев // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 3. – С. 52-56.
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 им. П. Ф. Лесгафта. – 2014. – № 9 (103). – С. 126-131.
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. 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.
7. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута //Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Kadyrov, R. M. Theory and practice of physical training / R. M. Kadyrov, G. N. Blakhin. – St. Petersburg : INKERI, 2020. – 153 p.

2. Kadyrov, R. M. Theory of physical loads / R. M. Kadyrov, G. N. Blakhin. – St. Petersburg : INKERI, 2020. – 173 p.
3. Kadyrov, R. M. New approaches to determining standards for self-assessment of students' physical fitness on the basis of freedom of choice / R. M. Kadyrov, D. S. Savelyev, A. V. Zaitsev. – 2020. – No. 3. – P. 52-56.
4. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical foundation of an individual and typological approach to 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. 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. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
7. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 378.016:355.541.1

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ПРОВЕРКА ЭФФЕКТИВНОСТИ НОРМАТИВОВ ПО ПРАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБЕ ИЗ ПИСТОЛЕТА ДЛЯ КУРСАНТОВ ВОЕННО-УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ МИНИСТЕРСТВА ОБОРОНЫ

Киселев Сергей Геннадьевич, преподаватель кафедры тактики и общевойсковых дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

EXPERIMENTAL ASSESSMENT OF THE EFFICIENCY OF THE STANDARDS FOR PRACTICAL PISTOL SHOOTING FOR CADETS OF MILITARY EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE DEFENCE MINISTRY

Kiselev S.G., Lecturer at the Department of Tactics and Combined Arms Disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

Анализ исследований, выполненных по проблематике огневой подготовки курсантов вузов МО РФ, позволил определить необходимость решения научной задачи, направленной на научное обоснование и разработку содержания нормативов практической стрельбы из пистолета для обучения курсантов Военного института физической культуры, в целях эффективно поражать цели из стрелкового оружия любого вида и калибра за минимально короткое время из различных положений; формировать навыки безопасного обращения с оружием в повседневной и боевой деятельности; вести эффективный огонь после физических нагрузок [1, 2, 3, 4, 5]. В статье представлены материалы экспериментальной проверки эффективности разработанных нормативов практической стрельбы из пистолета для курсантов военно-учебных заведений Министерства обороны Российской Федерации.

Ключевые слова:

практическая стрельба, нормативы по практической стрельбе из пистолета, упражнения стрельб из пистолета, педагогический эксперимент, анализ результатов.

Abstract:

Analysis of the studies carried out on the problems of firepower training of cadets of higher educational institutions of the RF Ministry of Defense made it possible to determine the need for solving a scientific problem aimed at scientific substantiation and development of the content of practical shooting standards and criteria for their assessment for training cadets of the Military Institute of Physical Training in order to effectively hit targets from small arms of any type and caliber in the shortest possible time from different positions; develop skills for safe handling of weapons in daily and combat activities; to conduct effective fire after physical exertion [1, 2, 3, 4, 5]. The article presents materials of experimental assessment of the effectiveness of practical shooting standards for cadets of military educational institutions of the Ministry of Defense.

Key words:

practical shooting, standards for practical pistol shooting, pistol shooting exercises, pedagogical experiment, analysis of results.

ВВЕДЕНИЕ

Основной задачей педагогического эксперимента являлась экспериментальная проверка эффективности разработанных нами нормативов практической стрельбы из пистолета в процессе проведения учебных занятий по дисциплине «Стрелковые виды спорта» раздела «Практическая стрельба», их влияние на уровень подготовленности обучающихся в ходе изучения дисциплины.

Педагогическим экспериментом также предусматривалось выяснение степени реализации достигнутых результатов в повышении уровня общей стрелковой подготовленности курсантов.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Педагогический эксперимент был проведен в процессе образовательной деятельности курсантов Военного института физической культуры Министерства обороны Российской Федерации в пункте постоянной дислокации. К участию в эксперименте были привлечены курсанты 4 курса 1 факультета (набора 2016 года) в количестве 42 человек и курсанты 4 курса 2 факультета (набор 2016 года) в коли-

честве 45 человек. Из них было сформировано 2 группы – экспериментальная группа (далее – ЭГ) в количестве 40 человек, личный состав 4 курса 1 факультета и контрольная группа (далее – КГ) в количестве 40 человек, личный состав 4 курса 2 факультета.

Во всех экспериментальных группах два часа мы отвели на теоретическую подготовку по изучению правил обращения с оружием и требований безопасности в практической стрельбе. Также с курсантами изучались и совершенствовались основные элементы техники практической стрельбы из пистолета.

При изучении приемов и правил выполнения практической стрельбы из пистолета (16 часов) с курсантами изучались основные элементы техники практической стрельбы из пистолета: осуществление прицеливания на различных дистанциях; выхватывание пистолета из кобуры и производство первого выстрела; способы перемещения с оружием; проведения выстрела после перемещения; способы досылания патронов в патронник; проведение перезарядки пистолета [3].

Особое внимание уделялось обучению переноса стрельбы и смене скоростей; проведению стрельб как сильной, так и слабой рукой; проведению сдвоенного выстрела; ведению стрельбы из-за укрытий из неудобных стрелковых позиций.

На каждом практическом занятии, по мере изучения учебного материала, курсанты выполняли подготовительные упражнения практической стрельбы из пистолета согласно рабочей программе и тематическому плану изучения дисциплины.

В содержание учебных занятий у военнослужащих ЭГ, в отличии от КГ, включались разработанные нами нормативы по практической стрельбе из пистолета. Распорядок дня и регламент служебной деятельности курсантов, участвовавших в эксперименте, учебно-материальная база были одинаковыми.

В начале проведения экспериментальной работы для определения уровня стрелковой подготовленности все курсанты были проверены нами в выполнении упражнений огневой подготовки (1УУС из ПМ, 1УКС из пистолета ПМ). Показатели выполнения 1УУС из пистолета ПМ контрольной и экспериментальной группами представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Показатели выполнения 1УУС из пистолета ПМ курсантами в начале эксперимента

Упражнение (ед. измерен.)	КГ	ЭГ	$(\bar{X}1-\bar{X}2)$
	$\bar{X}1+m1$	$\bar{X}2+m2$	
1 УУС из пистолета ПМ, очки	19,95±0,44	19,53±0,51	0,42

Показатели выполнения 1УКС из пистолета ПМ контрольной и экспериментальной группами представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Показатели выполнения 1УКС из пистолета ПМ курсантами в начале эксперимента

Упражнение (ед. измерен.)	КГ	ЭГ	$(\bar{X}1-\bar{X}2)$
	$\bar{X}1+m1$	$\bar{X}2+m2$	
1УКС из пистолета ПМ, балл	3,20±0,15	3,08±0,13	0,12

Полученные результаты выполнения курсантами упражнений стрельб из пистолета ПМ свидетельствовали о том, что общий уровень стрелковой подготовленности курсантов контрольной и экспериментальной групп в начале педагогического эксперимента находился на одинаковом уровне.

После освоения курса практической стрельбы из пистолета все курсанты, участвующие в эксперименте, проверялись нами в выполнении упражнений скоростной стрельбы, разработанные и внедренные в образова-

тельный процесс института. Для определения уровня общей стрелковой подготовленности курсанты контрольной и экспериментальной групп были проверены в выполнении 1УУС и 1УКС из пистолета ПМ.

Результаты выполнения курсантами контрольной и экспериментальной групп учебных упражнений скоростной стрельбы представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Показатели выполнения курсантами 1УУСС из пистолета ПМ

Упражнение (ед. измерен.)	КГ	ЭГ	($\bar{X}1$-$\bar{X}2$)
	$\bar{X}1$+m1	$\bar{X}2$+m2	
1УУСС, балл	3,60±0,12	4,35±0,10	0,75***
2УУСС, балл	3,48±0,10	4,18±0,12	0,70***
3УУСС, балл	3,35±0,11	4,03±0,12	0,68***

Примечание: здесь и далее * – обозначен уровень значимости достоверных различий (* – $p \leq 0,05$, ** – $p \leq 0,01$, *** – $p \leq 0,001$).

Анализ результатов, представленных в таблице 3, свидетельствует о том, что курсанты экспериментальной группы, которые в процессе изучения дисциплины «Стрелковые виды спорта» раздела «Практическая стрельба», отрабатывали разработанные нами нормативы практической стрельбы, выполняли упражнения увереннее, без ошибок, последовательно, затрачивая меньше времени, о чем свидетельствуют результаты, в которых произошли достоверные изменения. Так, при выполнении 1УУСС «Стрельба с переносом огня в глубину через оконные проемы после остановки со сменой стрелковой позиции» изменения ЭГ относительно КГ на 0,75 балла, 2УУСС «Стрельба с переносом огня по фронту в движении вперед и назад со скоростной сменой магазина» – на 0,70 балла, 3УУСС «Стрельба из положения стоя из-за укрытия слабой и сильной рукой» – на 0,68 балла. Степень достоверности результатов $p \leq 0,001$.

Результаты выполнения курсантами контрольной и экспериментальной групп 1УУС и 1УКС из пистолета ПМ представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты выполнения курсантами контрольной и экспериментальной групп 1УУС и 1УКС из пистолета ПМ

Упражнение, ед. измерения	Группы	Результаты				Различия $\bar{X}1_{ЭГ}$-$\bar{X}1_{КГ}$
		До эксперимента		После эксперимента		
		$\bar{X}1$±m1	Различия $\bar{X}1_{ЭГ}$-$\bar{X}1_{КГ}$	$\bar{X}2$±m2	Различия $\bar{X}1_{ЭГ}$-$\bar{X}1_{КГ}$	
1УУС из ПМ, (очки)	КГ	19,95±0,44	0,42	20,08±0,34	2,07***	0,13
	ЭГ	19,53±0,51		22,15±0,30		2,62***
1УКС из ПМ (баллы)	КГ	3,20±0,15	0,12	3,40±0,11	0,78***	0,2
	ЭГ	3,08±0,13		4,18±0,11		1,1***

Анализ результатов, представленных в таблице 4, свидетельствует о том, что у курсантов экспериментальной группы за время проведения эксперимента повысились результаты выполнения упражнений, определенных Курсом стрельб. Так среднее количество очков, набранных при выполнении 1УУС из пистолета ПМ, у курсантов экспериментальной группы относительно исходного уровня повысилось на 2,62 ($p \leq 0{,}001$), различие со средним количеством очков, набранных контрольной группой, составило 2,07 ($p \leq 0{,}001$). Средний балл выполнения 1УКС из пистолета ПМ курсантами экспериментальной группы повысился на 1,1 ($p \leq 0{,}001$), различие со средним баллом контрольной группы составило 0,78 ($p \leq 0{,}001$). Таким образом, результаты указывают на положительное влияние разработанных нами нормативов по практической стрельбе из пистолета на общую стрелковую подготовленность курсантов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основной задачей педагогического эксперимента являлась экспериментальная проверка эффективности разработанных нами нормативов практической стрельбы из пистолета и их влияние на уровень подготовленности обучающихся в ходе изучения дисциплины, а также на общий уровень стрелковой подготовленности курсантов.

В результате проведенного педагогического эксперимента было доказано, что внедрение разработанных нормативов положительно сказывается на выработке навыков практической стрельбы из пистолета, а также повышает общий уровень стрелковой подготовленности. Так у курсантов экспериментальной группы, в сравнении с контрольной группой, при выполнении учебных упражнений скоростной стрельбы повысились результаты. В выполнении 1УУСС «Стрельба с переносом огня в глубину через оконные проемы после остановки со сменой стрелковой позиции» на 0,75 балла ($p \leq 0{,}001$), 2УУСС «Стрельба с переносом огня по фронту в движении вперед и назад со скоростной сменой магазина» – на 0,70 балла ($p \leq 0{,}001$), 3УУСС «Стрельба из положения стоя из-за укрытия слабой и сильной рукой» – на 0,68 балла ($p \leq 0{,}001$). В выполнении 1УУС из пистолета ПМ на 2,07 очков ($p \leq 0{,}001$), а средний балл выполнения 1УКС из пистолета ПМ на 0,78 ($p < 0{,}001$).

При анализе результатов педагогического эксперимента необходимо отметить, что зафиксированные различия между группами были статистически достоверны. Это объясняется тем, что курсанты экспериментальной группы за счет включения в программу разработанных нами нормативов практической стрельбы систематически их выполняли в процессе обучения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Долгачев, А. С. Совершенствование обучения военнослужащих применению стрелкового оружия в условиях населенных пунктов : учеб.-метод. пособие / А. С. Долгачев. – СПб. : Изд-во ВИФК, 2005. – 115 с.
2. Каменский, Д. А. Повышение огневой выучки курсантов в стрельбе из нестандартных положений средствами физической подготовки / Д. А. Каменский // Актуальные проблемы подготовки силовых структур.– 2008. – С. 30-36.
3. Трубица, С. А. Методика обучения курсантов вузов Министерства обороны приемам и правилам скоростной стрельбы из стрелкового оружия / С. А. Трубица. – СПб. : ВИФК, 2019. – 210 с.
4. 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.
5. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута //Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Dolgachev, A. S. Improving the training of military personnel in the use of small arms in the conditions of settlements: training manual / A. S. Dolgachev. – St. Petersburg : Publishing house of MIPT, 2005. – 115 p.
2. Kamenskiy, D. A. Improvement of cadets' fire training in shooting from non-standard positions by means of physical training / D. A. Kamenskiy // Actual problems of training of law enforcement agencies. – St. Petersburg : MIPT, 2008. – P. 30-36.

3. Trubitsa, S. A. Methods of teaching cadets of higher educational institutions of the Ministry of Defense techniques and rules of high-speed shooting from small arms. Saint Petersburg : MIPT, 2019. – 210 p.
4. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
5. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 378.016:355.541.1

ОБОСНОВАНИЕ ОЦЕНОЧНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ НОРМАТИВОВ ПО ПРАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБЕ ИЗ ПИСТОЛЕТА ДЛЯ КУРСАНТОВ ВОЕННО-УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ МИНИСТЕРСТВА ОБОРОНЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Киселев Сергей Геннадьевич, преподаватель кафедры тактики и общевойсковых дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

RATIONALE OF RATING INDICATORS FOR PRACTICAL PISTOL FIRING FOR CADETS OF MILITARY EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE RUSSIAN DEFENCE MINISTRY

Kiselev S.G., Lecturer at the Department of Tactics and Combined Arms Disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В исследованиях многих авторов [5] научно доказаны положения о необходимости внедрения практической стрельбы в подготовку курсантов вузов, а также представлена методика их обучения. Однако на сегодняшний день содержание нормативов и оценка результатов выполнения упражнений практической стрельбы на занятиях проводится на основе визуальной оценки техники действий с оружием, а также с помощью усредненного времени выполнения упражнений и количества попаданий. Следует отметить, что оценка выставляется за выполнение как отдельных, так и нескольких элементов техники, составляющих какое-либо упражнение, разработанное преподавателем для данного занятия. В статье проведена разработка оценочных показателей нормативов по практической стрельбе из пистолета для контроля базовых навыков в процессе обучения курсантов военно-учебных заведений Министерства обороны Российской Федерации.

Ключевые слова:

практическая стрельба, оценочные показатели, базовые навыки, контрольные упражнения, нормативы по практической стрельбе, метод сигмальных отклонений.

Abstract:

In the studies of many authors, the provisions on the need to introduce practical shooting in the training of cadets of higher educational institutions have been scientifically proven, and the methodology for their training is presented. However, to date, the content of the standards and the assessment of the results of the implementation of practical shooting exercises in the classroom is carried out on the basis of a visual assessment of the technique of actions with weapons, as well as using the average time of performing exercises and the number of hits. It should be noted that the mark is given for the implementation of both separate and several elements of the technique that make up any exercise developed by the teacher for this lesson. The article deals with the development of estimated indicators of standards for practical pistol shooting to control basic skills in the process of training cadets of military educational institutions of the Russian Defense Ministry.

Key words:

practical shooting, assessment indicators, basic skills, control exercises, practical shooting standards, sigma deviation method.

ВВЕДЕНИЕ

Из проведенного нами анализа существующих методик оценивания результатов при обучении курсантов практической стрельбе из пистолета мы выявили, что наиболее эффективной методикой является методика Общероссийской спортивной общественной организации «Федерация практической стрельбы России» [1, 2].

Результаты проведенного нами анкетирования со специалистами практической стрельбы позволили нам определить, что при обучении курсантов практической стрельбе из пистолета целесообразно использовать мишень № 4, при определении результатов выполнения упражнения необходимо учитывать хит-фактор (отношение набранных очков к времени выполнения упражнения).

Из проведенного анализа учебных про-

грамм следует вывод, что в процессе освоения учебных дисциплин курсанты овладевают навыками практической (скоростной) стрельбы из пистолета и выполняют упражнения практической стрельбы. Однако нормативных требований для выполнения контрольных упражнений практической стрельбы действующими программами не предусмотрено [3, 4].

Проанализировав результаты выполнения подготовительных упражнений скоростной стрельбы, выполняемых обучающимися в процессе изучения учебной дисциплины «Стрелковые виды спорта» раздела практическая стрельба, мы выявили прямую зависимость результатов выполнения от сформированности базовых навыков практической стрельбы.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В целях установления единого и объективного подхода при определении оценки выполнения упражнений практической стрельбы предполагалось провести разработку оценочных показателей.

Для разработки оценочных показателей нами применялся метод сигмальных отклонений. Суть его заключается в следующем: рассчитываются среднеарифметическое значение и среднеквадратичное отклонение результатов практической проверки с установлением нормативных значений. В частности, в данной работе за границу оценок «хорошо» и «удовлетворительно» берутся результаты, отклоняющиеся от средней арифметической в лучшую или в худшую сторону на 0,67σ. Результаты, имеющие более значительные отклонения от X, будут оцениваться как отличные или неудовлетворительные. Такой подход позволяет разделить все результаты на четыре равные части, так как в интервалы X±0,67σ располагается 50% вариант выборки. Таким образом, оценке «отлично» соответствует диапазон выше +0,68σ, «хорошо» – от до +0,67σ, оценке «удовлетворительно» – от –0,67σ до и оценке «неудовлетворительно» результаты ниже –0,68σ.

Для определения результата выполнения упражнений использовался хит-фактор (ХФ), вычисляемый по формуле:

$$Ф = БТ$$

где:

Б – баллы, которые набрал участник за упражнение;

Т – время выполнения упражнения, учтенное при помощи стрелкового таймера в секундах.

Участник, у которого хит-фактор больше по значению, является лучшим стрелком.

К экспериментальной работе были привлечены курсанты Военного института физической культуры, прошедшие обучение по учебной дисциплине «Стрелковые виды спорта» раздела «Практическая стрельба», в количестве 100 человек.

Для выполнения норматива № 1 обучающемуся необходимо по сигналу таймера извлечь пистолет из кобуры, дослать патрон в патронник и как можно быстрее произвести прицельный выстрел, удерживая пистолет двумя руками.

По результатам выполнения испытуемыми упражнения № 1 среднеарифметическое значение хит-фактора (ХФ) равно 2,39, а среднеквадратическое отклонение (σ) равно 0,65.

Проведя расчеты, мы получили следующие результаты:

$–0{,}68\sigma = 2{,}39–0{,}68\times0{,}65 = 1{,}95;$
$–0{,}67\sigma = 2{,}39–0{,}67\times0{,}65 = 1{,}96;$
$+0{,}67\sigma = 2{,}39+0{,}67\times0{,}65 = 2{,}82;$
$+0{,}68\sigma = 2{,}39+0{,}68\times0{,}65 = 2{,}83.$

В итоге были получены оценочные показатели выполнения упражнения № 1, представленные в таблице 1.

Таблица 1 – Оценочные показатели выполнения упражнения № 1

Оценка	Значение показателей, (хит-фактор)
«Отлично»	≥ 2,83
«Хорошо»	от 2,39 до 2,82
«Удовлетворительно»	от 1,96 до 2,38
«Неудовлетворительно»	≤ 1,95

Для выполнения упражнения № 2 обучающемуся необходимо по сигналу таймера извлечь пистолет из кобуры, дослать патрон в патронник и как можно быстрее и точнее поразить мишень двумя выстрелами из положения стоя.

По результатам выполнения испытуемыми упражнения № 2 среднеарифметическое значение хит-фактора (ХФ) равно 4,18, а среднеквадратическое отклонение (σ) равно 0,84.

Проведя расчеты, мы получили следующие результаты:

$-0{,}68\sigma = 4{,}18 - 0{,}68 \times 0{,}84 = 3{,}61$;

$-0{,}67\sigma = 4{,}18 - 0{,}67 \times 0{,}84 = 3{,}62$;

$+0{,}67\sigma = 4{,}18 + 0{,}67 \times 0{,}84 = 4{,}74$;

$+0{,}68\sigma = 4{,}18 + 0{,}68 \times 0{,}84 = 4{,}75$.

В итоге были получены оценочные показатели выполнения упражнения № 2, представленные в таблице 2.

Таблица 2 – Оценочные показатели выполнения упражнения № 2

Оценка	Значение показателей, (хит-фактор)
«Отлично»	≥ 4,75
«Хорошо»	от 4,18 до 4,74
«Удовлетворительно»	от 3,62 до 4,17
«Неудовлетворительно»	≤ 3,61

Для выполнения упражнения № 3 обучающемуся необходимо по сигналу таймера извлечь пистолет из кобуры, дослать патрон в патронник и как можно точнее и быстрее, поразить две мишени, расположенные на одной линии на интервале 2 метров, совершая выстрелы с переносом района прицеливания по фронту.

По результатам выполнения испытуемыми упражнения № 3 среднеарифметическое значение хит-фактора (ХФ) равно 3,77, а среднеквадратическое отклонение (σ) равно 0,73.

Проведя расчеты, мы получили следующие результаты:

$-0{,}68\sigma = 3{,}77 - 0{,}68 \times 0{,}73 = 3{,}27$;

$-0{,}67\sigma = 3{,}77 - 0{,}67 \times 0{,}73 = 3{,}28$;

$+0{,}67\sigma = 3{,}77 + 0{,}67 \times 0{,}73 = 4{,}26$;

$+0{,}68\sigma = 3{,}77 + 0{,}68 \times 0{,}73 = 4{,}27$.

В итоге были получены оценочные показатели выполнения упражнения № 3, представленные в таблице 3.

Таблица 3 – Оценочные показатели выполнения упражнения № 3

Оценка	Значение показателей, (хит-фактор)
«Отлично»	≥ 4,27
«Хорошо»	от 3,77 до 4,26
«Удовлетворительно»	от 3,28 до 3,76
«Неудовлетворительно»	≤ 3,27

Выполняя упражнение № 4, обучающемуся необходимо по сигналу таймера извлечь пистолет из кобуры, дослать патрон в патронник и поразить каждую мишень одним выстрелом, совершая два выстрела с переносом района прицеливания в глубину. Производя выстрелы, обучающемуся необходимо как можно точнее и быстрее поразить мишени.

По результатам выполнения испытуемыми упражнения № 4 среднеарифметическое значение хит-фактора (ХФ) равно 3,97, а среднеквадратическое отклонение (σ) равно 0,78.

Проведя расчеты, мы получили следующие результаты:

$-0{,}68\sigma = 3{,}97 - 0{,}68 \times 0{,}78 = 3{,}43$;

$-0{,}67\sigma = 3{,}97 - 0{,}67 \times 0{,}78 = 3{,}44$;

$+0{,}67\sigma = 3{,}97 + 0{,}67 \times 0{,}78 = 4{,}5$;

$+0{,}68\sigma = 3{,}97 + 0{,}68 \times 0{,}78 = 4{,}51$.

В итоге были получены оценочные показатели выполнения упражнения № 4, представленные в таблице 4.

Таблица 4 – Оценочные показатели выполнения упражнения № 4

Оценка	Значение показателей, (хит-фактор)
«Отлично»	≥ 4,51
«Хорошо»	от 3,97 до 4,5
«Удовлетворительно»	от 3,44 до 3,96
«Неудовлетворительно»	≤ 3,43

Для выполнения упражнения № 5 обучающемуся необходимо по сигналу таймера как можно быстрее и точнее поразить мишень одним выстрелом, осуществить скоростную замену магазина и прицельно произвести второй выстрел.

По результатам выполнения испытуемыми упражнения № 5 среднеарифметическое значение хит-фактора (ХФ) равно 2,86, а среднеквадратическое отклонение (σ) равно 0,44.

Проведя расчеты, мы получили следующие результаты:

$-0{,}68\sigma = 2{,}86 - 0{,}68 \times 0{,}44 = 2{,}55$;
$-0{,}67\sigma = 2{,}86 - 0{,}67 \times 0{,}44 = 2{,}56$;
$+0{,}67\sigma = 2{,}86 + 0{,}67 \times 0{,}44 = 3{,}16$;
$+0{,}68\sigma = 2{,}86 + 0{,}68 \times 0{,}44 = 3{,}17$.

В итоге были получены оценочные показатели выполнения упражнения № 5, представленные в таблице 5.

Таблица 5 – Оценочные показатели выполнения упражнения № 5

Оценка	Значение показателей, (хит-фактор)
«Отлично»	≥ 3,17
«Хорошо»	от 2,86 до 3,16
«Удовлетворительно»	от 2,56 до 2,85
«Неудовлетворительно»	≤ 2,55

Выполняя упражнение № 6, обучающемуся необходимо по сигналу таймера как можно быстрее и точнее произвести выстрел по мишени правой рукой из-за правого угла укрытия, а затем левой рукой из-за левого угла укрытия. Размер укрытия 1х2 м.

По результатам выполнения испытуемыми упражнения № 6 среднеарифметическое значение хит-фактора (ХФ) равно 3,81, а среднеквадратическое отклонение (σ) равно 0,73.

Проведя расчеты, мы получили следующие результаты:

$-0{,}68\sigma = 3{,}81 - 0{,}68 \times 0{,}73 = 3{,}31$;
$-0{,}67\sigma = 3{,}81 - 0{,}67 \times 0{,}73 = 3{,}32$;
$+0{,}67\sigma = 3{,}81 + 0{,}67 \times 0{,}73 = 4{,}30$;
$+0{,}68\sigma = 3{,}81 + 0{,}68 \times 0{,}73 = 4{,}31$.

В итоге были получены оценочные показатели выполнения упражнения № 6, представленные в таблице 6.

Таблица 6 – Оценочные показатели выполнения упражнения № 6

Оценка	Значение показателей, (хит-фактор)
«Отлично»	≥ 4,31
«Хорошо»	от 3,81 до 4,30
«Удовлетворительно»	от 3,32 до 3,8
«Неудовлетворительно»	≤ 3,31

Выполняя упражнение № 7, обучающемуся необходимо по сигналу таймера извлечь пистолет из кобуры, дослать патрон в патронник и произвести как можно быстрее и точнее выстрел по мишени через одно окно, затем через другое (окна расположены на разной высоте).

По результатам выполнения испытуемыми упражнения № 7 среднеарифметическое значение хит-фактора (ХФ) равно 3,68, а среднеквадратическое отклонение (σ) равно 0,73.

Проведя расчеты, мы получили следующие результаты:

$-0{,}68\sigma = 3{,}68 - 0{,}68 \times 0{,}73 = 3{,}18$;
$-0{,}67\sigma = 3{,}68 - 0{,}67 \times 0{,}73 = 3{,}19$;
$+0{,}67\sigma = 3{,}68 + 0{,}67 \times 0{,}73 = 4{,}17$;
$+0{,}68\sigma = 3{,}68 + 0{,}68 \times 0{,}73 = 4{,}18$.

В итоге были получены оценочные показатели выполнения упражнения № 7, представленные в таблице 7.

Таблица 7 – Оценочные показатели выполнения упражнения № 7

Оценка	Значение показателей, (хит-фактор)
«Отлично»	≥ 4,18
«Хорошо»	от 3,68 до 4,17
«Удовлетворительно»	от 3,19 до 3,67
«Неудовлетворительно»	≤ 3,18

Таким образом, были разработаны оценочные показатели выполнения разработанных нормативов по практической стрельбе из пистолета (табл. 8).

Таблица 8 – Оценочные показатели нормативов практической стрельбы из пистолета, (хит-фактор)

Номер норматива	Оценка	Значение показателей, (хит-фактор)
Норматив № 1	«Отлично»	≥ 2,83
	«Хорошо»	от 2,39 до 2,82
	«Удовлетворительно»	от 1,96 до 2,38
	«Неудовлетворительно»	≤ 1,95
Норматив № 2	«Отлично»	≥ 4,75
	«Хорошо»	от 4,18 до 4,74
	«Удовлетворительно»	от 3,62 до 4,17
	«Неудовлетворительно»	≤ 3,61
Норматив № 3	«Отлично»	≥ 4,27
	«Хорошо»	от 3,77 до 4,26
	«Удовлетворительно»	от 3,28 до 3,76
	«Неудовлетворительно»	≤ 3,27
Норматив № 4	«Отлично»	≥ 4,51
	«Хорошо»	от 3,97 до 4,5
	«Удовлетворительно»	от 3,44 до 3,96
	«Неудовлетворительно»	≤ 3,43
Норматив № 5	«Отлично»	≥ 3,17
	«Хорошо»	от 2,86 до 3,16
	«Удовлетворительно»	от 2,56 до 2,85
	«Неудовлетворительно»	≤ 2,55
Норматив № 6	«Отлично»	≥ 4,31
	«Хорошо»	от 3,81 до 4,30
	«Удовлетворительно»	от 3,32 до 3,8
	«Неудовлетворительно»	≤ 3,31
Норматив № 7	«Отлично»	≥ 4,18
	«Хорошо»	от 3,68 до 4,17
	«Удовлетворительно»	от 3,19 до 3,67
	«Неудовлетворительно»	≤ 3,18

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

По результатам проведенной экспериментальной работы были обоснованы оценочные показатели нормативов по практической стрельбе из пистолета для курсантов военно-учебных заведений Министерства обороны Российской Федерации, способствующие установлению единого и объективного подхода при определении уровня развития навыков практической стрельбы из пистолета.

При определении результатов выполнения нормативов практической стрельбы из пистолета использовалась методика оценки Общероссийской спортивной общественной организации «Федерация практической стрельбы России», в которой результаты выполнения упражнений оцениваются с использованием хит-фактора (отношения количества набранных очков к времени выполнения упражнения). Для определения оценочных показателей в работе использовался метод сигмальных отклонений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Батурин, А. Е. Методика обучения стрельбе из пистолета Макарова сотрудников УИС : учеб.-метод. пособие / А. Е. Батурин, П. Л. Былинкин. – СПб. : Изд-во Санкт-Петербургский ИПКР ФСИН России, 2010. – 113 с.
2. Долгачев, А. С. Совершенствование обучения военнослужащих применению стрелкового оружия в условиях населенных пунктов : учеб.-метод. пособие / А. С. Долгачев. – СПб. : Изд-во ВИФК, 2005. – 115 с.
3. Каменский, Д. А. Повышение огневой выучки курсантов в стрельбе из нестандартных положений средствами физической подготовки / Д. А. Каменский // Актуальные проблемы подготовки силовых структур.– СПб. : ВИФК, 2008. – С. 30-36.
4. Трубица, С. А. Методика обучения курсантов вузов Министерства обороны приёмам и правилам скоростной стрельбы из стрелкового оружия / С. А. Трубица. – СПб. : ВИФК, 2019. – 210 с.
5. 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.
6. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута //Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Baturin, A. E. Methods of training in shooting from a Makarov pistol for employees of the UIS; training manual/ A. E. Baturin, P. L. Bylinkin. – St. Petersburg : Publishing house of the Saint-Petersburg IPKR of the Federal Penitentiary Service of Russia, 2010. – 113 p.
2. Dolgachev, A. S. Improving the training of military personnel in the use of small arms in the conditions of settlements: training manual / A. S. Dolgachev. – St. Petersburg : Publishing house of MIPT, 2005. – 115 p.
3. Kamenskiy, D. A. Improvement of cadets' fire training in shooting from non-standard positions by means of physical training / D. A. Kamenskiy // Actual problems of training of law enforcement agencies. – St. Petersburg : MIPT, 2008. – P. 30-36.
4. Trubitsa, S. A. Methods of teaching cadets of higher educational institutions of the Ministry of Defense techniques and rules of high-speed shooting from small arms. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 210 p.
5. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
6. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 77.03.07; 77.03.23

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ФОРМ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В НАХИМОВСКОМ ВОЕННО-МОРСКОМ УЧИЛИЩЕ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ

Миронов Вячеслав Васильевич, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры теории и управления физической подготовки и спорта, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;
Кузнецова Ольга Михайловна, преподаватель, Военная академия Войск ПВО, Тверь.

FEATURES OF ORGANISING AND HOLDING FORMS OF PHYSICAL TRAINING IN THE NAKHIMOV NAVAL SCHOOL UNDER PANDEMIC CONDITIONS

Mironov V.V., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Professor at the Department of Theory and Management of Physical Training and Sports, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;
Kuznetsova O.M., Lecturer, Military Academy of the Air Defense Forces, Tver.

Аннотация:
В статье рассматриваются особенности организации и проведения форм физической подготовки в Нахимовском военно-морском училище в условиях пандемии. Сложившаяся эпидемиологическая ситуация в нашей стране внесла свои коррективы в образовательный процесс общеобразовательных организаций Министерства обороны Российской Федерации. Педагогический коллектив отдельной дисциплины (физической культура) Нахимовского военно-морского училища разработал комплекс мероприятий по противодействию распространения новой коронавирусной инфекции при проведении всех форм физической подготовки с нахимовцами.

Ключевые слова:
обучающиеся общеобразовательных организаций Министерства обороны Российской Федерации, планирование учебного процесса, физическая культура (физическая подготовка), физическое воспитание, новая коронавирусная инфекция.

Abstract:
In this article the authors review features of organising and holding forms of physical training in the Nakhimov Naval School under pandemic conditions. The current epidemiological situation in our country had made adjustments in the curricula of educational institutions of the Russian Defense Ministry. The teaching staff of a separate subject (physical education) of the Nakhimov Naval School have developed a range of measures in conteracting the spread of new coronavirus infection, during all forms of physical training with cadets of the school.

Key words:
students of educational institutions of the Russian Defense Ministry, educational planning, physical education (physical training), sports education, new coronavirus infection.

ВВЕДЕНИЕ

Нахимовскому военно-морскому училищу в прошлом году исполнилось 75 лет. Начиная с 1944 года, года своего основания, оно было ориентировано на подготовку воспитанников к поступлению в высшие военные (военно-морские) учебные заведения.

Училище гордится своими выпускниками. Из них около 60 человек удостоены адмиральских званий и 14 стали генералами. Пятеро выпускников училища получили звезды Героя Российской Федерации. Значительная часть воспитанников Нахимовского военно-морского училища (далее – НВМУ) нашла применение своих талантов и способностей на научно-педагогическом поприще и в общественной деятельности.

За время своего существования училищем накоплен богатейший опыт подготовки воспитанников-патриотов своего Отечества. Однако время вносит свои изменения в особенности образовательного процесса воспитанников. В данный момент это связано не только с общественным и техническим прогрессом, появлением новых требований государства к

качеству подготовки воспитанников, но и со сложившейся эпидемиологической ситуацией в Российской Федерации.

Исходя из неблагоприятной санитарно-эпидемиологической обстановки, руководство совместно со структурными подразделениями училища разработало на основании нормативно-правовых актов ряд инструктивных документов, направленных на предупреждение и противодействие распространению новой коронавирусной инфекции.

Вышеперечисленные документы внесли определенные изменения в образовательную деятельность НВМУ при реализации общеобразовательных программ основного и дополнительного образования, включая программы отдельной дисциплины (физическая культура), которые будут подробно раскрыты ниже.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В соответствии с Приказом МО РФ от 30.10.2004 г. № 352 «Об утверждении наставления по физической подготовке и спорту для суворовских военных, нахимовских военно-морских, военно-музыкальных училищ и кадетских, морских кадетских, музыкальных кадетских корпусов Министерства обороны Российской Федерации» (далее – НФП-2004), формами организации и проведения физической подготовки в НВМУ являются: учебные занятия по дисциплине «Физическая культура», утренняя физическая зарядка, спортивная работа.

Учебные занятия по дисциплине «Физическая культура» несут основную нагрузку в вопросах физического совершенствования и духовного развития обучающихся [1, 5]. Основным руководящим документом нормативно-правового регулирования занятий по физической культуре в урочное время является образовательная программа, которая разработана на основании нормативных и инструктивных документов Министерства просвещения и Министерства обороны. Программа состоит из следующих разделов: «Физическая культура как область знаний» (информационный компонент деятельности); «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» (операциональный компонент деятельности), «Физическое совершенствование» (процессуально-мотивационный компонент деятельности) [2].

Раздел 1 «Физическая культура как область знаний» представлен изучением тем, соответствующих основополагающим представлениям о развитии познавательной активности человека в сфере физического воспитания.

Раздел 2 «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» сориентирован на включение обучающимися физических упражнений в свою повседневную деятельность.

Содержание раздела 3 «Физическое совершенствование» направлено на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовленность и повышение функциональных возможностей занимающихся. На учебных занятиях практического блока в зависимости от года обучения совершенствуются двигательно-координационные способности обучающихся средствами игровых видов спорта (баскетбол, гандбол, волейбол, мини-футбол), проходят обязательные занятия: по легкой атлетике, лыжной подготовке, гимнастике, плаванию, рукопашному бою, пулевой стрельбе (с 7 по 11-й класс), скалолазанию (с 7 по 11-й класс), катанию на коньках (с 6 по 11-й класс).

Учебные занятия проводятся в виде 3-х уроков по 40 мин. в неделю с 5-го по 10-й и в 11-х классах физико-математического профиля; 4-х уроков по 40 мин. в 11-х классах оборонно-спортивного профиля.

В целях обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия занятия по учебному предмету «Физическая культура» в 2020–2021 учебном году с воспитанниками были спланированы в ходе заседания предметно-методической комиссии отдельной дисциплины (физическая культура) (далее – ОД (ФК) таким образом, чтобы каждый класс занимался на закрепленном, согласно графику учебных занятий, отдельном спортивном объекте.

Преподаватели ОД (ФК) занятия проводят обязательно в средствах индивидуальной защиты (в маске и перчатках).

После проведения занятий на каждом спортивном объекте преподаватель проводит проветривание и обработку задействованного на уроке специального оборудования.

В случае введения в классе/учебном курсе карантина занятия по ФК проводятся с использованием программы Teams, на которых рассматривается материал из разделов «Физическая культура как область знаний» и «Способы двигательной (физкультурной) деятельности».

Дополнительные занятия с обучающимися, имеющими затруднения в усвоении учебной программы по учебному предмету «ФК», проводятся в течение 1 часа в неделю с каждым классом отдельно, согласно установленному графику, утвержденному руководством училища. Порядок подготовки и проведения занятий аналогичный учебным занятиям.

Утренняя физическая зарядка (далее – УФЗ) представляет очередную форму физической подготовки. Зарядка является обязательным элементом распорядка дня и проводится ежедневно (кроме выходных и праздничных дней) через 10 минут после сна. УФЗ проводится младшими воспитателями в составе учебного курса и контролируется офицерами – преподавателями ОД (ФК). Утренняя физическая зарядка с 5 по 9-й классы длится 20 мин., а с 10 по 11-й классы – 35 минут, осуществляется по 3-м вариантам: 1-й вариант – ускоренное передвижение проводится на открытом воздухе; 2-й вариант – прогулка проводится в холодную погоду (от – 16 градусов и ниже); 3-й вариант – общеразвивающие упражнения – в спальных корпусах (в случае введения карантина в классе/учебном курсе).

Важной формой физического совершенствования нахимовцев является спортивная работа, организация которой предусмотрена программами дополнительного образования и внеурочной деятельности. Основу этих программ составляет учебный материал, направленный на развитие основных составляющих спортивной подготовки воспитанников в виде: физической (общей и специальной), технической, тактической, психологической подготовки как интегральной характеристики их готовности к соревнованиям. Программы не только обеспечивают последовательность и непрерывность процесса спортивного совершенствования в избранном виде спорта, но и повышение общей физической подготовленности и укрепление здоровья. Целью занятий в спортивных секциях для нахимовцев училища является выполнение требований для присвоения спортивного разряда по видам спорта, а также победа на спортивных состязаниях различного уровня, включая Спартакиаду и Первенства Вооруженных Сил Российской Федерации по различным видам спорта среди сборных команд общеобразовательных организаций МО РФ [3,6-8].

С целью предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции в 2020-2021 учебном году в период зачисления воспитанников в секции физкультурно-спортивного направления было исключено объединение воспитанников из разных курсов в одну группу. Дополнительно ОД (ФК) предусмотрено распределение и закрепление секций за учебным курсом.

Внеурочная деятельность по программам спортивно-оздоровительной направленности проводится 1 раз в неделю с каждым классом на отдельно закрепленном спортивном объекте.

В связи с запретом массовых мероприятий с участием воспитанников разных классов, а также проведением массовых мероприятий с участием приглашенных лиц, педагогический коллектив ОД (ФК) в сотрудничестве с Центром физической культуры спорта и здоровья Петроградского района Санкт-Петербурга дистанционно провели соревнования по легкой атлетике в беге на короткие и длинные дистанции.

Помимо этого, на базе спортивного комплекса НВМУ, во исполнение Приказа Министра обороны об обязательном участии воспитанников суворовских, нахимовских училищ в Фестивале «ГТО», был дистанционно проведен прием норм и требований «ГТО» в каждом учебном классе отдельно [4].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Все формы физической подготовки в НВМУ проводятся в соответствии с руководящими документами Министерства обороны Российской Федерации и Министерства просвещения с учетом соблюдения санитарно-эпидемиологических требований в условиях распространения новой коронавирусной инфекции. В процессе организации и проведения урочных и внеурочных форм физического

воспитания нахимовцев главной задачей остается обучение и воспитание будущего кадрового потенциала Военно-Морского Флота, патриотов своего Отечества.

Таким образом, санитарно-эпидемиологическое благополучие в настоящий момент занимает важное место в системе физической подготовки и образовательного процесса в целом НВМУ.

ЛИТЕРАТУРА

1. Пашута, В. Л. Особенности физической культуры в довузовских образовательных учреждениях Министерства обороны Российской Федерации / В. Л. Пашута, В. В. Миронов, И. А. Кузнецов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2013. – № 4. – С. 25-30.
2. Кузнецова, О. М. Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» / О. М. Кузнецова, А. В. Литвинцева, И. С. Муромцева [и др.]. – СПб., 2020. – 59 с.
3. Миронов, В. В. Значимость занятий физической культурой в военно-профессиональном самоопределении воспитанников общеобразовательных организаций Министерства обороны Российской Федерации / В. В. Миронов, О. М. Кузнецова // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 4. – С. 132-135.
4. Приказ Министра обороны РФ от 30.10.2004 № 352 «Об утверждении наставления по физической подготовке и спорту для суворовских военных, нахимовских военно-морских, военно-музыкальных училищ и кадетских, морских кадетских, музыкальных кадетских корпусов Министерства обороны» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.base.garant.ru/6391601/ (дата обращения : 22.03.2019).
5. 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.
6. 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.
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. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута //Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Pashuta, V. L. Features of physical education in the pre-university educational institutions of the Russian Defense Ministry / V. L. Pashuta, V. V. Mironov, I. A. Kuznetsov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2013. – No 4. – P. 25-30.
2. Kuznetsova, O. M. The work program in the discipline «Physical education» / O. M. Kuznetsova, A. V. Litvintseva, I. S. Muromtseva [et al.]. – St. Petersburg, 2020. – 59 p.
3. Mironov, V. V., Kuznetsova O. M. The importance of physical training in military-professional self-determination of cadets of the Russian Defense Ministry / V. V. Mironov, O. M. Kuznetsova // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 4. – P. 132-135.
4. Order of Russian Defense Ministry of October 30, 2004 No. 352 «About the approval Physical training and sports manual for Suvorov military, Nakhimov naval, military music schools and cadet, naval cadet, music cadet corps of the Russian Defense Ministry». – Available at : http://www.base.garant.ru/6391601/.
5. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical foundation of an individual and typological approach to 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.
6. 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.
7. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
8. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 796.01

ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ СИЛОВЫХ ЭСТАФЕТ В ГИРЕВОМ СПОРТЕ

Муминов Василий Исмаилович, профессор, старший преподаватель кафедры гимнастики и атлетической подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Сотников Евгений Сергеевич, старший преподаватель кафедры гимнастики и атлетической подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Ткач Александр Валерьевич, преподаватель кафедры гимнастики и атлетической подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Гурьянов Владимир Сергеевич, начальник инструкторской группы практического обучения кафедры гимнастики и атлетической подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

PECULIARITIES OF APPLICATION OF POWER RELAY RACES IN KETTLE BAR SPORT

Muminov V.I., Professor, Senior Lecturer at the Department of Gymnastics and Athletics Training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Sotnikov E.S., Senior Lecturer at the Department of Gymnastics and Athletics Training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Tkach A.V., Lecturer at the Department of Gymnastics and Athletics Training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Guryanov V.S., Head of Practical Training Instructor Group at the Department of Gymnastics and Athletics Training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В данной статье рассматриваются особенности применения силовых эстафет в тренировочном процессе спортсменов гиревиков. Силовые эстафеты способствуют развитию силы и силовой выносливости, совершенствованию техники выполнения соревновательных упражнений, а также влияют на повышение спортивного мастерства гиревиков.

Ключевые слова:

физическая подготовка, физические качества, сила и силовая выносливость, силовые эстафеты, соревновательные упражнения, гиревой спорт.

Abstract:

The article considers the specificities of the use of power relay races in the training process of athletes-weightlifters. Power relay races contribute to the development of strength and power endurance, the improvement of the technique of performing competitive exercises, and also affect the increase in sportsmanship of kettle bell lifters.

Key words:

physical training, physical qualities, power relay races, competitive exercises, kettle bell sport.

ВВЕДЕНИЕ

Изучая тренировочный процесс спортсменов гиревиков, можно сказать, что он является довольно скучным из-за монотонности многократных повторений одних и тех же упражнений в течение всей тренировки. Это можно объяснить спецификой гиревого спорта, использованием повторного метода тренировки как основного и в этом виде спорта от такой циклической нагрузки никуда не деться. Вследствие этого у спортсменов нет эмоционального всплеска на тренировках, появляется психическое переутомление, возникающее из-за однотипности данного процесса, поэтому занятия гиревиков хотя бы иногда должны проходиться в игровой форме. Для проведения такого формата тренировок мы, как правило, используем вид гиревой тренировки – выполнение силовых эстафет (которые направлены на развитие силы и силовой устойчивости, повышение командного духа, уход от однотипности и монотонности и психологическую разгрузку).

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Сила и силовая выносливость – это основные качества, необходимые гиревику, поэтому данные эстафеты мы считаем должны регулярно использоваться в тренировочном процессе, в особенности в подготовительный период. Помимо основных качеств, в немалой степени развиваются и координационные способности в совокупности с общей выносливостью [1, 4, 8-11].

Психологическая «разгрузка», воспитание силы, и силовой выносливости, совершенствование техники соревновательных упражнений является основной педагогической целью при проведении данного формата тренировок, а также это может определенным образом воздействовать на организм спортсмена, который при этом получает нагрузку, не уступающую нагрузке при обычной «классической» тренировке.

Из большого количества многообразных атлетических упражнений силового характера, которые можно применять в силовых эстафетах, самыми распространенными являются: «Рывок гири», «Толчок двух гирь», «Становая тяга», «Приседание со штангой» [3, 5], а также определенные статические и изометрические упражнения, выполняемые на месте с удержанием груза [7].

Требования для проведения силовых эстафет следующие:

1. Тренеру необходимо следить за дисциплиной и техникой выполнения эстафетных упражнений, в противном случае при несоблюдении условий это может привести к травмам и к нечестной спортивной борьбе. За техническое нарушение участникам начисляются штрафные секунды (минуты) или дополнительное количество повторений. Так, штрафные секунды или дополнительные повторения, набранные командами, могут определять отрезок времени, в течение которого будет выполняться какое-либо упражнение (берпи, отжимания от пола, подтягивания на перекладине и т. п.) или статическое (удержание гирь вверху на выпрямленных руках, вис на перекладине, переноска тяжестей и т. п.).

2. Высокая нагрузка на сердечно-сосудистую систему во время проведения эстафет может привести к печальным последствиям у слабо подготовленных, поэтому тренеру следует тщательно отслеживать их физическое состояние на всем протяжении состязания, используя методы внешнего наблюдения (цвет кожных покровов, частота дыхания и т. д.) и методы самоконтроля (подсчет пульса, субъективные ощущения и т. д.).

3. Отдых между соревновательными упражнениями эстафеты не должен превышать более 1 мин. При хорошей функциональной готовности спортсменов можно отдых сокращать, либо выполнять упражнения сразу же, друг за другом – без паузы для отдыха.

4. Для проведения таких эстафет необходимо заблаговременно готовить весь необходимый спортивный инвентарь для силовых эстафет.

5. Если зал для проведения тренировочного процесса является небольшим, то дистанции для бега можно сократить, но увеличить их количество [1, 2].

Для эксперимента было разработано 3 базовых комплекса упражнений с разной направленностью по 12 упражнений в каждом комплексе. Апробация проводилась на сборной команде Военного института физической культуры.

Конкретная направленность комплексов была следующей: комплекс на совершенствование техники рывка, толчка, толчка по длинному циклу; комплекс – на развитие силовой выносливости; комплекс – на развитие общей выносливости.

Границы площадки обозначают любыми предметами либо линиями. Участник от линии старта во время передвижения по дистанции добегает до разворотного пункта, расположенного в 30 метрах от «старта», огибает его и возвращается обратно на начальный пункт, где и передает эстафету товарищу по команде.

Уровень физического развития членов команд может быть разным, следовательно и отягощения для каждого из них следует подбирать индивидуально [3, 6]. Поэтому в дальнейшем под общим понятием «гири» будем понимать гири весом 16 кг, либо 24 кг, либо 32 кг; под «дисками» – диски для штанги весом до 10 кг; под «гантелями» – литые гантели весом 6 кг, либо 10 кг.

В качестве примера покажем один из вариантов комплексов, направленного на развитие

силовой выносливости, а также совершенствование координационных способностей гиревиков.

Комплекс № 2:

1. Толчок гири (гантели) одной рукой с продвижением вперед по дистанции. В тот момент, когда гиря зафиксирована на выпрямленной руке вверху, делается шаг вперед. После приставления ноги гиря опускается на грудь и тотчас же выталкивается вверх и т. д.

2. Ходьба «выпадами» с диском (гантелью, гирей) на спине. Держать отягощение двумя руками на плечах.

3. Рывок гири одной рукой с продвижением вперед по дистанции. В тот момент, когда гиря зафиксирована на выпрямленной руке вверху, делается шаг вперед. После приставления ноги гиря опускается вниз для выполнения очередного подъема и т. д.

4. Выпрыгивания с гирей. Отягощение – между ног; держать отягощение спереди двумя руками. Прыгать – лицом вперед.

5. Сделать протяжку гири перед грудью до подбородка, держа ее двумя руками, и в таком положении бежать до разворотного пункта. На разворотном пункте сделать 15-20 протяжек; затем – бежать обратно с поднятой до подбородка гирей.

6. Наклоны вперед с гирей на плечах, удерживая ее двумя руками. Наклоны осуществляются под каждый шаг.

7. Вытолкнуть две гири вверх и в таком положении идти до разворотного пункта, на разворотном пункте сделать 15-20 толчков гирь от груди; затем – идти обратно с поднятыми вверх гирями.

8. Взять в руки диски (гантели) и бежать в таком положении до разворотного пункта. На разворотном пункте выполнить упражнение берпи: 10-15 раз. Затем – бежать обратно к начальному пункту.

9. Гири – в руках, опущенных вдоль тела. В таком положении бежать до разворотного пункта. На разворотном пункте сделать толчок двух гирь по длинному циклу: 10-15 раз. Затем – бежать обратно к начальному пункту с опущенными вниз гирями.

10. Добежать до разворотного пункта, выполнить 10 забросов гирь на грудь. Затем – движение обратно к начальному пункту в положении полного приседа.

11. Один спортсмен сажает к себе на спину другого и в таком положении бежит с ним до разворотного пункта, приседает с ним 10 раз, а затем – обратно к начальному пункту, где партнеры меняются ролями.

12. Выпрыгивания с низкого седа вперед до разворотного пункта. На разворотном пункте выполнить упражнение приседание с гирей: 10-15 раз. Затем – бежать обратно к начальному пункту.

После завершения эстафеты мы порекомендовали гиревикам использовать несколько упражнений заминочного характера, а также упражнения на растяжку и расслабление.

В процессе эксперимента была выполнена работа на определение у членов сборной команды исходящего уровня развития физических качеств. Затем после эксперимента были проведены контрольные проверки. Исследования показали, что экспериментальная группа после использования силовых эстафет повысила уровень развития физических качеств и значительно снизила общее время выполнения всего комплекса. Результаты исследования представлены на рисунке 1.

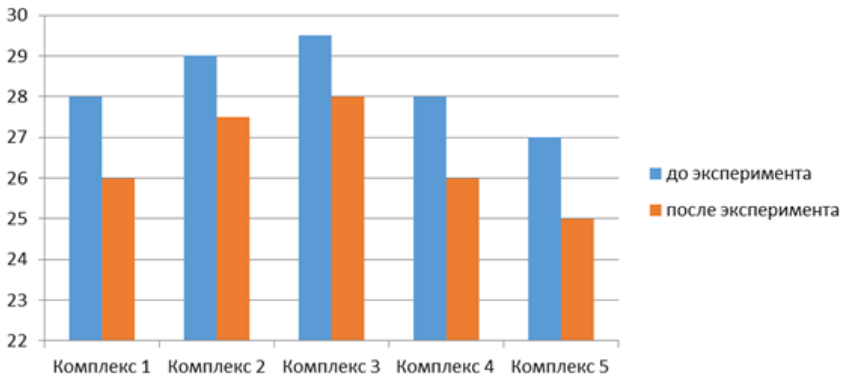

Рисунок 1 – Результаты показателей эксперимента

Исходя из практики применения нами силовых эстафет в тренировках гиревиков, можно констатировать, что по времени они занимают не более 30 минут (с подготовкой инвентаря, разминкой и заминкой – 45 минут). Однако на протяжении этого получаса организм получает чрезвычайно мощную, интенсивную нагрузку, которая может сравниться лишь с тренировками, на которых выполняются «прикидки» или «проходки» и, безусловно, положительно влияет на развития физических качеств.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, для положительного влияния на рост спортивных результатов в классических упражнениях (в толчке, в толчке по длинному циклу, в рывке) необходимо периодическое применение силовых эстафет в тренировках гиревиков. Это подтверждается высокими спортивными достижениями сборной команды Военного института физической культуры по гиревому спорту, где силовые эстафеты интенсивно внедряются в тренировочный процесс гиревиков.

ЛИТЕРАТУРА

1. Разработка, обоснование оборудования в казармах (общежитиях) комнат (мест) для занятий физической подготовкой военнослужащих : отчет о НИР (шифр «Спортивная комната»). – СПб. : ВИФК, 2017. – 76 с.
2. Содержание самостоятельной физической тренировки военнослужащих: учеб.-метод. пособие / Под ред. В. А. Щеголева. – СПб. : ВИФК, 2011. – 93 с.
3. Сотников, Е. С. Развитие силовых способностей у курсантов военно-физкультурного учреждения с учетом физиологических особенностей их организма / Е. С. Сотников, Е. Н. Курьянович, А. Л. Старовойтов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 4. – С. 25-28.
4. Старовойтова, О. П. Совершенствование силовых способностей у кадет с использованием упражнений «Бурпи» / О. П. Старовойтова, Е. С. Сотников, Е. Е. Окунь // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 4. – С. 84-87.
5. Старовойтов, А. Л. Средства гимнастики и атлетической подготовки в физическом совершенствовании военнослужащих на современном этапе / А. Л. Старовойтов, К. С. Смазнов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 2. – С. 70-75.
6. Тренажеры в спорте / Т. П. Юшкевич, В. Е. Васюк, В. А. Буланов. – М. : Физкультура и спорт, 1989. – 320 с.
7. Ткач, А. В. Совершенствование физических качеств у военнослужащих статическими и изометрическими упражнениями / А. В. Ткач, О. П. Старовойтова, Е. С. Сотников // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 11 (189). – С. 474-477.
8. 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.
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. 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.
11. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута //Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Development, foundation of equipment in barracks (dormitories) of rooms (places) for physical training of military personnel : Research report (code «Sports Room»). – St. Petersburg : MIPT, 2017. – 76 p.
2. The content of independent physical training of military personnel : Training manual / Ed. by V. A. Shchegolev. – St. Petersburg : MIPT, 2011. – 93 p.
3. Sotnikov, E. S. Development of power abilities among cadets of military physical education institutions taking into account physiological features of their body / E. S. Sotnikov, E. N. Kuryanovich, A. L. Starovoitov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 4. – P. 25-28.
4. Starovoitova, O. P. Improvement of power abilities in cadets using «BURPI» exercises / O. P. Starovoitova, E. S. Sotnikov, E. E. Okun // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 4. – P. 84-87.

5. Starovoitov, A. L. Facilities of gymnastics and athletic training in the physical improvement of military personnel at the modern stage / A. L. Starovoitov, K. S. Smaznov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 2. – P. 70-75.
6. Sports Simulators / T. P. Yushkevich, V. E. Vasyuk, V. A. Bulanov. – Moscow : Physical education and sports, 1989. – 320 p.
7. Tkach, A. V. Improvement of physical qualities of military men with static and isometric exercises / A. V. Tkach, O. P. Starovoitova, E. S. Sotnikov // Uchenye zapiski universiteta imeni of P. F. Lesgafta. – 2020. – No. 11 (189). – P. 474-477.
8. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical foundation of an individual and typological approach to 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.
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. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
11. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 796.42

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ КАК СИСТЕМООБРАЗУЮЩИЙ ФАКТОР БОЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КУРСАНТОВ ИНОСТРАННЫХ ГОСУДАРСТВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВУЗАХ МИНИСТЕРСТВА ОБОРОНЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Савченко Виктор Алексеевич, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры физической подготовки, Россия, Смоленск, Военная академия войсковой противовоздушной обороны Вооруженных Сил Российской Федерации;

Савченко Олег Алексеевич, кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры военно-прикладного плавания, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Пресняков Виталий Валерьевич, кандидат педагогических наук, доцент, старший преподаватель кафедры физической подготовки, Военная академия войсковой противовоздушной обороны Вооруженных Сил Российской Федерации, Смоленск.

EXPERIMENTAL TRAINING TECHNIQUE AS A SYSTEM-FORMING FACTOR OF COMBAT AND PHYSICAL FITNESS OF FOREIGN STATES CADETS TRAINING IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE RUSSUAN DEFENCE MINISTRY

Savchenko V.A., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Department of Physical Training, Military Academy of Military Air Defense of the Russian Armed Forces, Smolensk;

Savchenko O.A., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Professor at the Department of Military-Applied Swimming, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Presnyakov V.V., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Senior Lecturer at the Department of Physical Training, Military Academy of Military Air Defense of the Russian Armed Forces, Smolensk.

Аннотация:

В данной статье рассматривается влияние экспериментальной методики подготовки на результаты боевой и физической подготовленности иностранных военнослужащих, обучающихся в вузах на территории Российской Федерации. Внедрение специфических упражнений в учебно-тренировочный процесс положительно отразилось на развитии физической подготовленности курсантов и повышении эффективности в выполнении упражнений военно-прикладной направленности.

Ключевые слова:

иностранные военнослужащие, курсанты, упражнения военного многоборья, физическая подготовка, боевая подготовка.

Abstract:

This article considers the influence of the experimental training method on the results of the combat and physical readiness of foreign military personnel studying at higher educational institutions in the Russian Federation. The introduction of specific exercises into the educational and training process has had a positive effect on the development of physical fitness of cadets and on the increase in efficiency in performing exercises of a military-applied orientation.

Key words:

foreign servicemen, cadets, military pentathlon, physical training, combat training.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время массовое оснащение Вооруженных сил не только Российской Федерации, но и стран, импортирующих современные, технически сложные образцы оружия, обусловили необходимость научного поиска путей оптимизации процесса боевой, в том числе и физической подготовки, которая всегда рассматривалась в качестве важнейшего фактора высокой боеспособности войск. В современных условиях ведения боя достаточно много специальностей, связанных со значительными, а в отдельных случаях максимальными, физическими нагрузками [4, 6-10].

Одними из важнейших задач физической подготовки являются формирование у военнослужащих готовности к перенесению экстремальных физических и психических нагрузок в период подготовки и ведения боевых действий, а также повышение военно-специальной готовности [1, 2].

Большинство военнослужащих иностранных государств прибывают в Россию для обучения в военных вузах Министерства обороны, в частности в Военной академии войсковой противовоздушной обороны. Поступающие курсанты иностранных государств отличаются от российских курсантов низким уровнем подготовленности почти по всем физическим качествам, это отличие сохраняется на протяжении всего обучения. Вместе с тем кафедра физической подготовки должна выпустить физически подготовленного военнослужащего, способного выполнять повседневные боевые задачи на должном профессиональном уровне [5].

В связи с этим представляет интерес разработка и применение экспериментальной методики подготовки, положительно влияющей на физическую и боевую подготовленность военнослужащих иностранных государств.

Методы и организация эксперимента. Педагогический эксперимент проводился на базе Военной академии войсковой противовоздушной обороны в г. Смоленск. Цель эксперимента – проверка влияния экспериментальной методики подготовки на боевую и физическую подготовленность курсантов иностранных государств.

В эксперименте участвовали курсанты трех учебных групп (n=92). Перед началом исследования группы были проверены по физическому развитию и физической подготовленности; сдаче нормативов по боевой подготовке. Для проверки уровня физической подготовленности были использованы упражнения, отражающие уровень развития основных физических качеств [3]. Результаты сравнительного анализа физического развития, физической подготовленности и выполнения нормативов по боевой подготовке экспериментальной (ЭГ) и двух контрольных групп (КГ1 и КГ2) свидетельствуют о том, что различия между ЭГ и КГ1 в физическом развитии, по уровню основных физических качеств и нормативов боевой подготовки были статистически не достоверны ($p<0,05$). ЭГ И КГ1 представляли собой иностранные военнослужащие, КГ2 составляли курсанты Вооруженных Сил Российской Федерации. Контрольная группа из российских военнослужащих создана для более наглядного представления полученных результатов исследования.

С каждой группой в течение 6 месяцев было проведено по 72 практических и 8 контрольных занятий. Продолжительность каждого занятия составляла 90 минут.

В контрольных подразделениях занятия проводились по общепринятым методикам согласно НФП-2009. Особенностью методики проведения тренировочных занятий в экспериментальной группе было следующее: в подготовительной части занятий особое внимание уделялось беговым и прыжковым упражнениям (прыжковые упражнения, многоскоки, фарт-лек с ускорениями 30-60 м и т. д.).

В соответствии с составленной программой, в зависимости от темы занятия, в основной части тренировки сначала выполнялись упражнения по преодолению отрезков единой полосы препятствий, затем метание гранат на дальность и точность или сначала бег на выносливость. Широко использовался соревновательный метод. Например, на каждом занятии при преодолении отдельных препятствий и отрезков полосы фиксировалось время личного рекорда курсанта. В конце занятия назывался рекордсмен.

Результаты и их обсуждение. Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что в результате тренировочных занятий у курсантов КГ1 и ЭГ произошли положительные изменения в развитии физических качеств. В то же время в КГ1 по ряду упражнений эти изменения были менее выражены и не так достоверны.

Необходимо отметить, наибольший прирост результата у ЭГ по отношению к КГ1 отмечается в упражнении «бег на 100 м», на 13,1% и 8,6% соответственно (табл. 1), в упражнении «метание гранаты на дальность», на 16,5% и 8,9%.

Таблица 1 – Изменение показателей физической подготовленности в ЭГ и КГ1 и КГ2 до и после эксперимента

№ п/п	Показатели	ЭГ		КГ1		КГ2	
		$\bar{X}$± m	p	$\bar{X}$± m	p	$\bar{X}$± m	p
1.	Бег 100м, с	14,5±0,50*	<0,05	14,45±0,49	>0,05	14,1±0,43	<0,05
		12,89±0,45**		13,26±0,41		12,39±0,42	
2.	Кросс 3000 м, мин.с	13,30±7,4	>0,05	13,35±8,1	>0,05	13,20±7,1	<0,05
		12,38±6,7		12,77±7,6		12,08±6,3	
3.	Подтягивание на перекладине, кол-во раз	7,2 ± 0,3	<0,05	7,0 ± 0,4	<0,05	10,2 ± 0,4	>0,05
		11,2 ± 0,5		10,9± 0,5		13,3 ± 0,6	
4.	Метание гранаты на дальность, м	37,69±1,01	<0,05	38,44±1,20	>0,05	40,69±0,94	<0,05
		44,28±0,89		42,28±1,04		47,28±0,92	
5.	Преодоление единой полосы препятствий 400 м, мин.с	3.36,5±6,43	<0,05	3.32,4±4,67	>0,05	3.26,5±5,50	<0,05
		2.58,82±8,44		3.15,28±3,40		2.49,53±9,32	

Примечание: * - начало эксперимента, ** - конец эксперимента.

Основные отличия в результатах в выполнении упражнения по преодолению единой полосы препятствий. Так в ЭГ под влиянием упражнений военного пятиборья результаты достоверно увеличились на 23,6% ($p<0,05$), в то же время в КГ1 увеличение составило всего 8,5% ($p>0,05$). Это можно объяснить, в первую очередь, методикой тренировки, направленной преимущественно на развитие навыков скоростной выносливости и техники преодоления отдельных препятствий. Можно также отметить, что в обеих группах иностранных военнослужащих произошло достоверное изменение результата в упражнении «подтягивание на перекладине» ($p<0,05$) на 52,4% в ЭГ и на 39,1% в КГ1, соответственно, что является самым высоким приростом результата из всех проведенных тестов.

Хочется отметить результаты прироста показателей физической подготовленности КГ2 по сравнению с ЭГ и КГ1. Как видно из таблицы 1, начальные показатели КГ2 выше, чем результаты групп иностранных военнослужащих, тем не менее контрольная группа российских курсантов показывает прирост результатов на уровне ЭГ. Изменение показателей КГ2 достоверно во всех упражнениях, кроме упражнения «подтягивание на перекладине» ($p>0,05$).

Проанализировав результаты педагогического эксперимента, можно сделать вывод, что в результате тренировочных занятий у ЭГ наблюдается достоверное ($p<0,05$) улучшение в ряде показателей в выполнении нормативов по боевой подготовке (табл. 2). Характерно, что чем сложнее норматив по боевой подготовке, тем значительнее преимущество ЭГ по сравнению с КГ1.

Таблица 2 – Изменение показателей боевой подготовки в ЭГ, КГ до и после эксперимента

№ п/п	Показатели	ЭГ		КГ1		КГ2	
		$\bar{X}$± m	p	$\bar{X}$± m	p	$\bar{X}$± m	p
1.	Передвижение на поле боя перебежками и переползанием 50 м, с	56,33±2,15*	<0,05	54,51±2,55	>0,05	53,32±2,01	<0,05
		44,86±1,94**		48,11±2,24		42,86±1,68	
2.	Доставка боеприпасов ящика 20 кг перебежками 40 м, с	36,28±1,55	<0,05	35,89±1,25	>0,05	34,28±1,61	<0,05
		27,87±1,06		29,64±1,15		25,01±1,02	
3.	Изготовка к стрельбе из АК-74 (из положения лежа), с	9,83±0,24	>0,05	9,95±0,25	>0,05	9,23±0,24	<0,05
		8,06±0,24		8,14±0,21		7,33±0,19	

Примечание: * - начало эксперимента, ** - конец эксперимента.

Так, в упражнении «передвижение на поле боя перебежками и переползанием 50 м», прирост результата составил 19,9%, в упражнении «доставка боеприпасов ящика 20 кг на дистанции 40 м» – 24,2%. В КГ1 увеличение результата по боевой подготовке на достоверно значимую величину произошло только лишь в упражнении «изготовка к стрельбе из АК-74» (на 16,2%), в остальных упражнениях прирост результатов КГ1 остался статистически недостоверен (p>0,05). Это обусловлено более высоким уровнем физической подготовленности (особенно скоростной выносливости), а также моделированием учебно-боевой деятельности в процессе тренировочных занятий.

Достоверный прирост результатов боевой подготовки КГ2 произошел во всех исследуемых упражнениях (p<0,05). Однако в процентном соотношении он незначительно превышает прирос показателей ЭГ, что может служить показателем эффективности выбранной методики подготовки.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Подводя итог, можно отметить, что применение экспериментальной методики подготовки на учебно-тренировочных занятиях по физической подготовке у иностранных военнослужащих способствуют достижению более высоких результатов ЭГ в ряде упражнений. Реализация данной программы обеспечила не только разностороннюю физическую подготовленность курсантов иностранных государств, но и существенно повысила эффективность в выполнении упражнений военно-прикладной направленности таких как преодоление четырехсотметровой полосы препятствий и метание гранаты. Особо следует отметить существенный прирост скоростной выносливости курсантов ЭГ относительно КГ1 в действиях при выполнении нормативов по боевой подготовке.

Стоить отметить, что результаты физической и боевой подготовленности иностранных военнослужащих все равно отстают от результатов российских курсантов по всем упражнениям, представленным в эксперименте. Но тут скорее дело в мотивации каждой из групп, участвующей в исследовании.

Таким образом, совершенствование боевого мастерства военнослужащих иностранных государств посредством занятий, проводимых по экспериментальной методике, имеет преимущество перед занятиями по общепринятой схеме.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бальсевич, В. К. Онтокинезиология человека / В. К. Бальсевич. – М. : Теория и практика физической культуры, 2000. – 275 с.
2. Губа, В. П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход) : науч.-метод. пособие / В..П. Губа. – М. : Советский спорт, 2012. – 384 с.
3. Ендальцев, Б. В. Функциональное состояние, работоспособность военнослужащих в ходе оперативно-стратегических учений / Б. В. Ендальцев, И. И. Варжеленко, А. Н. Чиргин, М. В. Скачков // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2016. – № 2 (25). – С. 222-226.
4. Кадыров, Р. М. Разработка тестов для оценки анаэробных способностей военнослужащих / Р. М. Кадыров, Д. А. Солнцев, В. В. Лавриненко, С. В. Левин // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 2. – С. 30-32.
5. Лаврентьев, В. А. Военно-спортивное многоборье как средство повышения физической и спортивной подготовленности обучающихся в суворовских военных училищах : автореф. дис. … канд. пед. наук / В. А. Лаврентьев. – СПб., 2005. – 24 с.
6. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2003. – 480 с.
7. 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.
8. 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.
9. 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.
10. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута //Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Balsevich, V. K. Human ontokinesiology / V. K. Balsevich. – Moscow : Theory and practice of physical training, 2000. – 275 p.
2. Guba, V. P. Basics of sports training: methods of assessment and prognosing (a morphobiomechanic approach) : training manual / V. P. Guba. – Moscow : Sovetskiy sport, 2012. – 384 p.
3. Entaltsev, B. V. Functional status and the health of troops in the course of operational-strategic exercises / B. V. Endalew, I. I. Varzhelenko, A. N. Chirgin, M. V. Skachkov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2016. – No. 2 (25). – P. 222-226.
4. Kadyrov, R. M. Development of tests to assess anaerobic abilities of servicemen / R. M. Kadyrov, D. A. Solntsev, V. V. Lavrinenko, S. V. Levin // Theory and practice of physical training. – 2016. – No. 2. – P. 30-32.
5. Lavrentiev, V. A. Military combined events as a way of improving the physical and athletic fitness of cadets in Suvorov military schools : Abstract of PhD thesis (Pedagogics) / V. A. Lavrentiev. – St. Petersburg, 2005. – 24 p.
6. Kholodov, Zh. K. Theory and methodology of physical education and sports / Zh. K. Kholodov, V. S. Kuznetsov.– Moscow : Akademiya, 2003. – 480 p.
7. Fofanov, A. M. Experimental verification of the model of physical training of cadets with insufficient level of physical fitness / A. M. Fofanov, V. N. Kovalenko // Actual problems of military and professional education and physical training in the Russian Armed Forces: collection of scientific papers No. 2. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 53-61.
8. 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.
9. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
10. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 796.01

ОБОСНОВАНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ВОЕННО-СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ, МОДЕЛИРУЮЩИХ ОСОБЕННОСТИ ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ ВОЙСКОВОЙ ПВО, ВООРУЖЕННЫХ ПЗРК

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

Одоров Евгений Игоревич, преподаватель кафедры спортивных и подвижных игр, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

FOUNDATION OF THE CONTENT OF MILITARY-SPORT COMPETITIONS SIMULATING THE PECULIARITIES OF MILITARY-PROFESSIONAL ACTIVITIES OF MILITARY UNITS OF THE MILITARY AIR DEFENSE ARMED WITH MANPADS

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

Odorov E.I., Lecturer at the Sports and Outdoor Games Department, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

Анализ Программы боевой подготовки для военнослужащих подразделений войсковой ПВО в разделе программы «Физическая подготовка» позволяет констатировать, что содержание и организация физической подготовки военнослужащих подразделений войсковой ПВО не в полной мере согласуется с задачами и интересами организации боевой подготовки военнослужащих подразделений зенитно-ракетных расчетов, вооруженных ПЗРК.

В статье выдвигается предположение о том, что в целях повышения уровня военно-профессиональной подготовленности военнослужащих зенитно-ракетных подразделений, вооруженных ПЗРК, к выполнению учебно-боевых и боевых задач целесообразно включить в процесс физической подготовки военно-спортивные соревнования, моделирующие действия военнослужащих в боевой обстановке, и тренировки по условиям упражнений программы соревнований, предусматривающих выполнение военно-профессиональных и военно-прикладных приемов и действий на фоне решения специальных задач.

Ключевые слова:

физическая подготовка, военнослужащие подразделений войсковой ПВО, вооруженные ПЗРК, военно-спортивные соревнования, спортивно-массовая работа.

Abstract:

The analysis of the Combat Training Program for military personnel of military air defense units in the «Physical training» section of the program makes it possible to state that the content and organization of physical training of military personnel of military air defense units is not fully consistent with the tasks and interests of organizing combat training of military personnel of anti-aircraft missile crew units, armed MANPADS.

The assumption that in order to increase the level of military-professional readiness of military personnel of anti-aircraft missile units armed with MANPADS to perform combat training and combat missions, it is advisable to include in the process of physical training military sports competitions that simulate the actions of military personnel in a combat situation and training according to the conditions of the exercises of the competition program, providing for the implementation of military-professional and military-applied techniques and actions against the background of solving special problems is put forward in the article.

Key words:

physical training, military personnel of military air defense units, armed with MANPADS, military sports competitions, mass sports work.

ВВЕДЕНИЕ

Выполнение поставленных задач зенитно-ракетными подразделениями ближнего действия носит комплексный высоконагрузочный характер и предполагает: совершение

передвижений на длинные дистанции, перебежек, переползаний, преодоления естественных и искусственных препятствий при необходимости вести наблюдение за воздушным пространством, поиск и уничтожение низколетящих целей, выполнять согласованные действия в составе зенитно-ракетного расчета. Все действия стрелки-зенитчики выполняют в боевой экипировке и при значительных весовых нагрузках вооружения – переносного зенитно-ракетного комплекса с выстрелами. Это требует от военнослужащих зенитно-ракетных расчетов ближнего действия высокого развития физических качеств и степени сформированности военно-прикладных навыков, в первую очередь общей выносливости, быстроты, скоростно-силовой выносливости, навыков в преодолении препятствий и ускоренном передвижении при слаженных действиях в составе зенитно-ракетного расчета.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Проведенный анализ требований ряда руководящих документов по организации боевой подготовки в Вооруженных Силах, учитывая положительный опыт проведения мероприятий боевой подготовки мы выявили установленные подходы к организации всестороннего и методического обеспечения боевой подготовки по различным предметам обучения боевой подготовки, в том числе и по физической подготовке.

Требования к знаниям, умениям и навыкам военнослужащих по предметам обучения, темы, содержание занятий и время на их изучение определяются курсами, правилами и программами боевой подготовки, разрабатываемыми для каждой категории обучаемых, подразделений и воинских частей (кораблей).

Боевой опыт применения Вооруженных Сил последних лет, результаты инспекторских проверок войск, данные проведенного анкетирования показывают, что личный состав подразделений войсковой ПВО, вооруженных ПЗРК, недостаточно физически подготовлен, слабо обучен ведению действий в составе расчета. Имеет недостаточные навыки в выполнении боевой задачи в составе расчета.

Большое значение в деле повышения уровня физической и военно-профессиональной подготовленности военнослужащих отводится спортивным и военно-спортивным соревнованиям.

При обосновании подходов к разработке содержания военно-спортивных соревнований, моделирующих военно-профессиональную деятельность военнослужащих зенитно-ракетных расчетов ПЗРК, нами был учтен ряд выявленных недостатков:

процесс организации физической подготовки в воинских частях войсковой ПВО не предусматривает использование спортивно-массовой работы в целях повышения уровня военно-профессиональной подготовленности военнослужащих данной категории;

без должного внимания остаются военно-спортивные соревнования, предусматривающие выполнение на фоне значительных физических и психических нагрузок определенных тактических задач, адекватных деятельности расчетов ПЗРК в боевой обстановке [1, 2, 4].

Исходя из этого, мы считаем, что для повышения военно-профессиональной подготовленности военнослужащих зенитно-ракетных расчетов ПЗРК подразделений войсковой ПВО к выполнению боевых задач на современном этапе целесообразно включить в военно-спортивные соревнования моделирующие действия военнослужащих данной категории и тренировки по схеме, аналогичной программе данных соревнований.

При разработке содержания военно-спортивных соревнований нами были сформулированы основные требования, из них общими требованиями являлись:

выполнение программы военно-спортивных соревнований в составе зенитно-ракетного расчета ПЗРК;

решение определенной тактической задачи на фоне больших физических и психических нагрузок [4, 5];

приближение обстановки военно-спортивных соревнований к реальным условиям боевой обстановки (погодные и климатические условия, оружие и снаряжение);

выполнение различных передвижений, преодоление препятствий в ходе выполнения тактических задач и т. д.

Основываясь на вышесказанном, мы предлагаем следующие испытания, которые долж-

ны составить программу военно-спортивных соревнований:

в первый день:

по тактической подготовке – нормативы: № 1 «Занятие окопа, траншеи, позиции (огневой позиции), опорного пункта, района обороны или указанного места» (все военнослужащие, кроме водителя боевой машины); № 13 «Посадка личного состава в БТР на месте», № 14 «Высадка личного состава из БТР на месте»;

по специальной подготовке – нормативы: № 1 «Извлечение ракеты в пусковой трубе из укупорки», № 2 «Присоединение пускового механизма к пусковой трубе», № 8 «Перевод комплекса из походного положения в готовность № 1», № 14 «Замена источника питания». Нормативы по специальной подготовке выполняют все военнослужащие, кроме наводчика (пулеметчика) и водителя боевой машины);

по огневой подготовке из стрелкового оружия – нормативы: № 13 «Неполная разборка оружия» (все военнослужащие, кроме водителя боевой машины), № 14 «Сборка оружия после неполной разборки» (все военнослужащие, кроме водителя боевой машины), 2-е упражнение контрольных стрельб (УКС) из АК-74 (АКС-74) (все военнослужащие, кроме водителя боевой машины);

по инженерной подготовке – норматив: № 26 «Маскировка военной техники масками-перекрытиями из табельного маскировочного комплекта (МКТ) с учетом защиты от высокоточного оружия (ВТО)» (военнослужащие отделений);

во второй день:

по вождению боевых машин – нормативы: № 7 «Трогание машин с места за установленное время», контрольное упражнение № 1 «Вождение в составе экипажа» (выполняют водители боевой машины) [3];

по физической подготовке – общее контрольное упражнение по ЕПП (индивидуальный порядок преодоления ЕПП – в соответствии со ст. 161 Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации 2009 года с изменениями 2013 года) (все военнослужащие кроме водителя боевой машины).

Таким образом, предлагаемые экспериментальные средства физической подготовки, включающие в себя программу и условия военно-спортивных соревнований, отвечающие по содержанию и нагрузкам особенностям военно-профессиональной деятельности военнослужащих подразделений войсковой ПВО, вооруженных ПЗРК, для реализации в процессе спортивно-массовой работы военнослужащих и тренировок по условиям упражнений военно-спортивных соревнований в различных формах физической подготовки, должны оказать наибольшее положительное влияние на развитие профессионально важных качеств, обеспечивающих успешность выполнения ими боевых задач в особых условиях [1, 2, 4, 6-12].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Опыт теории и практики физической подготовки войск, результаты многочисленных научных исследований показывают, что в качестве эффективных средств физической подготовки могут и должны быть использованы военно-спортивные соревнования и упражнения из их программ, которые наиболее адекватно моделируют военно-профессиональные приемы и действия военнослужащих различных воинских специальностей [1, 2].

ЛИТЕРАТУРА

1. Ендальцев, Б. В. Функциональное состояние, работоспособность военнослужащих в ходе оперативно-стратегических учений / Б. В. Ендальцев, И. И. Варжеленко, А. Н. Чиргин, М. В. Скачков // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2016. – № 2 (25). – С. 222-226.
2. Кадыров, Р. М. Моделирование объема и интенсивности нагрузок в процессе физической тренировки / Р. М. Кадыров, И. И. Михаил // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 8. – С. 72-75.
3. Курс вождения боевых и специальных машин Сухопутных войск – М. : УБП Сухопутных войск, 2011.
4. Малышко, А. В. Методики оценки профессиональной деятельности и специальной подготовленности военнослужащих / А. В. Малышко, С. А. Антрофиков, О. Н. Чибирков // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2016. – № 3. – С. 70-73.

5. 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. 5-61.
6. 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.
7. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.
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. Зыков, А. В. Система профессионального обучения различных категорий личного состава вооруженных сил Норвегии / А. В. Зыков, С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В.Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С.43-47.
10. Сущенко, В. П. Факторы, определяющие отношение призывной студенческой молодежи к выполнению норм и требований Физкультурно-спортивного комплекса ГТО / В. П. Сущенко, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, И. В. Корчагин // Здоровье - основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. – 2018. – Т.13. – № 2. – С.704-710.
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. Профессиональная и физическая подготовка военнослужащих США: учеб. пособие / В. А. Щеголев, В. П. Сущенко. – СПб. : Изд-во Политехн. ун-та, 2017. – 113 с.

REFERENCES

1. Endaltsev, B. V. Functional state, efficiency of servicemen during operational and strategic exercises / B. V. Endaltsev, I. I. Varzhelenko, A. N. Chirgin, M. V. Skachkov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2016. – No. 2 (25). – P. 222-226.
2. Kadyrov, R. M. Modeling the volume and intensity of loads in the process of physical training / R. M. Kadyrov, I. I. Mikhail // Theory and practice of physical education. – 2016. – No. 8. – P. 72-75.
3. The course of driving combat and special vehicles of the Ground Forces. – Moscow : UBP Ground Forces, 2011.
4. Malyshko, A. V. Methods for assessing professional activity and special fitness of military personnel / A. V. Malyshko, S. A. Antrofikov, O. N. Chibirkov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2016. – No. 3. – P. 70-73.
5. Fofanov, A. M. Experimental check of the physical training model of cadets with insufficient level of physical fitness / A. M. Fofanov, V. N. Kovalenko // Actual problems of military vocational education and physical training in the Russian Armed Forces : collection of scientific articles No. 2. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 53-61.
6. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
7. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation/ V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.
8. Zykov, A.V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the Armed Forces of Saudi Arabia / A.V. Zykov, O. S. Bosman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of power structures. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
9. Zykov, A.V. The system of professional training of various categories of personnel of the Norwegian armed forces/ A.V. Zykov, S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of power structures. – 2020. – No. 4. – P. 43-47.
10. Sushchenko, V. P. Factors determining the attitude of conscripted student youth to the fulfillment of the norms and requirements of the Physical culture and sports complex of the TRP / V. P. Sushchenko, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, I. V. Korchagin // Health-the basis of human potential: problems and ways to solve them. 2018. Vol. 13. – No. 2. – P. 704-710.
11. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of the leading NATO countries. monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
12. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of US military personnel: textbook. manual / V. A. Shchegolev, V. P. Sushchenko // St. Petersburg: Publishing house of the Polytechnic University, 2017. - 113 p.

УДК 355.233:796.015

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ЗАПАСА НА ВОЕННЫХ СБОРАХ

Шумихин Николай Алексеевич, старший преподаватель кафедры гимнастики и атлетической подготовки, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;
Смазнов Константин Сергеевич, докторант, кандидат педагогических наук, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

PEDAGOGICAL SIGNS OF A DIFFERENTIATED APPROACH TO PHYSICAL TRAINING OF MILITARY RESERVE STAFF AT MILITARY TRAINING SESSIONS

Shumikhin N.A., Senior Lecturer at the Department of Gymnastics and Athletics Training, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;
Smaznov K.S., Doctoral student, Candidate of Pedagogics, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:
Статья посвящена изучению проблемы эффективности процесса физической подготовки военнослужащих и граждан запаса на военных сборах. В статье рассмотрен дифференцированный подход в обучении. Представлены основные педагогические признаки и критерии дифференцированного подхода в обучении военнослужащих запаса на военных сборах. Определены формы разделения по группам военнослужащих, прибывших на военные сборы, которые имеют существенные отличия в физическом развитии и уровне развития физических качеств и прикладных навыков.

Ключевые слова:
физическая подготовка, военнослужащие запаса, военные сборы, мобилизационные ресурсы, дифференцированное обучение.

Abstract:
The article is devoted to the study of the problem of physical training of reserve servicemen at military training session. A differentiated approach to teaching is considered in the article. The main pedagogical features and criteria of a differentiated approach to the training of reserve servicemen at military training sessions are presented. Forms of division of servicemen into groups for taking military training sessions have been determined. They have significant differences in physical development and the level of development of physical qualities as well as applied skills.

Key words:
physical training, servicemen, military training session, mobilization resources, differentiated training.

ВВЕДЕНИЕ

Военная подготовка военнослужащих запаса в мирное время осуществляется на военных сборах. Под военными сборами понимается проведение в Вооруженных Силах Российской Федерации и федеральных органах исполнительной власти, в которых федеральным законом предусмотрена военная служба, мероприятий по подготовке военнослужащих запаса к военной службе.

Анализ научной и методической литературы показывает, что с данной категорией обучаемых не проводятся практические занятия с применением дифференцированного подхода, что не позволяет в полной мере решать задачи эффективной подготовки военнослужащих запаса, особенно граждан запаса по дефицитным военно-учетным специальностям. Отсутствуют научные исследования по вопросам обоснования содержания и методики проведения физической подготовки, а также рекомендации по организации тренировочного процесса в период мобилизационной переподготовки.

Дифференциация обучения – создание учебных подгрупп, различающихся по определенным педагогическим признакам (возраст, уровень физической подготовленности, медицинские группы здоровья) [2, 3, 4].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Педагогические признаки дифференцированного подхода представляют собой характерную черту и особенности в организации и методике проведения занятий по физической подготовке с военнослужащими запаса на военных сборах [4]. Педагогические признаки определяют основные параметры нашего обьекта исследования и вытекают из критериев дифференцированного подхода в обучении.

Критерием дифференцированного подхода к объекту исследования называют понятие, определяющее целесообразность его разделения по определенным признакам. Общепринятыми критериями по этому методу для военнослужащих запаса являются: возраст, оценка получаемых результатов, а также средства и методы, применяемые в физическом воспитании [4, 8-12].

В нашем исследовании основополагающим критерием является признак – критерий по военно-учетной специальности. Он позволят по-новому взглянуть на физическое воспитание военнослужащих запаса с качественной точки зрения и включает в себя следующие компоненты: возрастной, медицинский, содержательный и методический [2].

Возрастной признак основан на закономерностях взаимодействия регуляторных систем и механизмов, поддерживающих адекватную реакцию организма военнослужащих запаса на физические нагрузки, в период занятий в рамках мобилизационной переподготовки.

Влияние дозированной физической нагрузки на военнослужащих запаса формирует соответствующее изменение жизненных процессов в организме, направленное на формирование адаптационных механизмов к предстоящей военно-профессиональной деятельности. Возрастная периодизация в большей степени отражает уровень и динамику основных физиологических процессов в организме. В рамках данного способа классификации граждан запаса на военных сборах решаются две основные задачи: во-первых, это определение военнослужащих запаса с различной двигательной базой для полноценных занятий по физической подготовке; во-вторых, это подбор физических упражнений для военнослужащих запаса различных возрастных групп, которые будут способствовать улучшению состояния функциональных систем организма, повышению уровня физической подготовленности военнослужащих запаса, а также совершенствованию военно-прикладных навыков по военно-учетным специальностям, силы и координационных способностей, активной и пассивной гибкости, совершенствованию специальных физических качеств и внимания [4].

Анализ научно-методической литературы, а также руководящих документов позволил классифицировать военнослужащих запаса на три подгруппы: подгруппа № 1 – до 29 лет, подгруппа № 2 – 30-39 лет и подгруппа № 3 – 40 лет и старше.

Медицинский признак. На занятиях по физической подготовке с военнослужащими запаса первым этапом для успешного решения задачи по выбору необходимой физической нагрузки является распределение на две и более медицинские группы – основную, подготовительную и специальную [4].

Определение уровня здоровья и функционального состояния организма военнослужащих запаса является основным критерием для определения в ту или иную медицинскую группу.

На основании медицинского и педагогического совместного заключения военнослужащие запаса распределяются в одну из указанных медицинских групп. Ошибочное направление обучающегося в несоответствующую подгруппу здоровья может повредить его здоровью, нанести психическую травму, снизить его физическую и умственную работоспособность. При определении медицинской группы учитываются: состояние здоровья, физическое развитие, функциональная готовность и физическая подготовленность.

Основная медицинская группа. К ней относятся участники военных сборов без отклонений в физическом развитии и состоянии здоровья, имеющие хорошее состояние функциональных систем организма и физическую подготовленность, соответствующую возрасту, а также учащиеся с незначительными функциональными изменениями. Военнослужащим запаса, отнесенным к основной медицинской группе, разрешаются практические занятия с полной нагрузкой по предусмотрен-

ной программе физической подготовки.

Подготовительная медицинская группа. Ее составляют практически здоровые военнослужащие запаса, имеющие какие-либо небольшие морфофункциональные отклонения или слабо физически подготовленные. Могут входить обучаемые из группы риска по возникновению различных патологий или с заболеваниями в стадии стойкой клинико-лабораторной ремиссии. Отнесенным к данной группе обучаемым разрешаются практические занятия по физической подготовке на военных сборах при условии более постепенного дозирования физической нагрузки, особенно связанных с техникой выполнения упражнений с высоким уровнем сложности обучения, более высокой дозировке физической нагрузки. Для повышения общей физической подготовленности рекомендуется самостоятельная физическая тренировка.

Специальная медицинская группа. В нее входят занимающиеся со значительными отклонениями в состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания, врожденные пороки развития) или временного характера либо в физическом развитии, требующие ограничения физических нагрузок [3]. Отнесенным к данной группе рекомендуются занятия с оздоровительной и профилактической направленностью. Большое значение имеют общеразвивающие упражнения, которые эффективно реализуются при решении задач по улучшению физической реабилитации и коррекции психологического состояния на организм. В этой связи подбор и применение гимнастических и атлетических упражнений общеразвивающего характера осуществляется, с одной стороны, с учетом состояния здоровья военнослужащих для занятий физической подготовкой, а с другой – с учетом возрастных особенностей [5].

Содержательный признак. Практическое занятие по физической подготовке структурно состоит из подготовительной, основной и заключительной частей, на проведение которых отводится определенное время [1].

На проведение подготовительной части занятия отводится 7-10 мин. Она проводится без учета физического состояния и возраста военнослужащих запаса, и решаются организационные задачи, а также подготовка организма занимающихся к предстоящим физическим нагрузкам в основной части. В содержание включаются упражнения общеразвивающего и специально-подготовительного характера, выполняемые на месте и в движении.

На проведение основной части занятия отводится 35-40 мин. В ней решаются задачи повышения уровня физической и военно-прикладной подготовленности занимающихся по военно-учетной специальности. В данной части занятия применение и подбор физических упражнений должен подбираться дифференцированно и способствовать улучшению функциональных показателей, поддержания силовых способностей, гибкости, координации и психической устойчивости военнослужащих запаса. Основная часть проводится в виде круговой тренировки в выполнении блоков упражнений. Каждый блок упражнений предполагает последовательное выполнение упражнений общеразвивающего характера, прикладных упражнений, упражнений для развития ловкости, гибкости, упражнений с тяжестями, а также упражнений для активного восстановления.

Основная часть занятия с военнослужащими запаса проводится групповым способом, классифицируя их в три подгруппы: подгруппа 1 – «основная», подгруппа 2 – «подготовительная» и подгруппа 3 – «специальная». Военнослужащие запаса разделяются на данные подгруппы на основе анализа медицинских показаний и функциональных проб.

Так в основную группу физических упражнений включаются упражнения большой мощности, комбинированные физические упражнения, упражнения скоростно-силового характера, упражнения циклического характера. В подготовительную группу физических упражнений включаются упражнения умеренной мощности, специально-подготовительные упражнения, вращательные и пространственные упражнения, скоростно-силовые упражнения. В специальную группу физических упражнений включаются упражнения умеренной мощности, общеподготовительные упражнения, упражнения, требующие преимущественное проявление координации, упражнения ациклического характера, упражнения для развития гибкости. Физические упражнения, которые требуют

большой физической силы и статических напряжений, в содержание блока упражнений № 3 не включаются. Также ограниченно проводятся упражнения, предполагающие длительную задержку дыхания и максимальное натуживание, а также упражнения с резкими наклонами и поворотами.

Методический признак. Дифференциация военнослужащих запаса по методическому признаку определяется системой методов и методических приемов обучения, созданных для изучения конкретного двигательного действия определенным составом занимающихся [1].

Методический признак характеризуется классификацией способов организации занимающихся, подбором средств физической подготовки, способов дозирования и регулирования физической нагрузки, подходящий для каждой подгруппы занимающихся по возрасту и функциональному состоянию. В рамках методического признака решаются две основные задачи: во-первых, это организация и методика проведения занятий по физической подготовке с военнослужащими запаса на военных сборах, имеющих различный уровень подготовленности. Во-вторых, это применение специальной методики проведения дифференцированной физической подготовки. Так групповая, фронтальная и индивидуальная формы организации занимающихся представляют собой методическую основу проведения занятий с военнослужащими запаса [1, 6, 7].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, педагогические признаки дифференцированного подхода в физической подготовке военнослужащих запаса на военных сборах составляют методическую основу проведения занятий с участниками военных сборов. Их органичное использование на занятиях по физической подготовке позволяет точно регулировать физическую нагрузку, уменьшить перетренированность занимающихся, повысить эффективность профессионально-прикладной подготовки.

Так групповая форма организации занимающихся является наиболее эффективной и способствует повышению эффективности управления, повышается действенность контроля и коррекции, а значит и эффективность обучения в целом. Ее слабым звеном является недостаточный учет индивидуальных особенностей военнослужащих запаса, а также потребность в квалифицированных помощниках руководителя занятий.

ЛИТЕРАТУРА

1. Миронов, В. В. Теоретико-методические основы формирования педагогического мастерства у военнослужащих, проводящих все виды занятий по физической подготовке : монография / В. В. Миронов. – СПб. : ВИФК, 2017. – 296 с.
2. Жаринов, Н. М. Формирование физической готовности мобилизационных людских ресурсов Российской Федерации к военной службе и защите Отечества : монография / Н. М. Жаринов. – СПб., 2008. – 419 с.
3. Курьянович, Е. Н. Оздоровительные коррекции физического состояния офицеров запаса при нарушениях деятельности сердечно-сосудистой системы / Е. Н. Курьянович, С. В Шумаков // Медико-биологические и психологические аспекты подготовки специалистов по физической культуре и спорту : сб. матер. Всерос. науч.-практ. конф. Ч. 3 / Под ред. В. Л. Пашута, Е. Н. Курьянович. – СПб. : ВИФК, 2012. – С. 110-115.
4. Щеголев, В. А. Дифференцированный подход в физической подготовке военнослужащих запаса на военные сборы / В. А. Щеголев, А. Н. Кислый, Н. А. Шумихин // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур: – 2020. – № 2. – С. 81-84.
5. 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.
6. 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.
7. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.
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. Зыков, А. В. Система профессионального обучения различных категорий личного состава вооруженных сил Норвегии / А. В. Зыков, С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В.Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С.43-47.
10. Сущенко, В. П. Факторы, определяющие отношение призывной студенческой молодежи к выполнению норм и требований Физкультурно-спортивного комплекса ГТО / В. П. Сущенко, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, И. В. Корчагин // Здоровье - основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. – 2018. – Т.13. – № 2. – С.704-710.
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. Профессиональная и физическая подготовка военнослужащих США: учеб. пособие / В. А. Щеголев, В. П. Сущенко. – СПб. : Изд-во Политехн. ун-та, 2017. – 113 с.

REFERENSES

1. Mironov, V. V. Theoretical and methodological foundations of the formation of pedagogical skills among military personnel who conduct all types of physical training : monograph / V. V. Mironov. – St. Petersburg : MIPT, 2017. – 296 p.
2. Zharinov, N. M. Formation of physical readiness of mobilization human resources of the Russian Federation for military service and defense of the Homeland: monograph / N. M. Zharinov. – St. Petersburg, 2008. – 419 p.
3. Kuryanovich, E. N. Recreation corrections of the physical state of reserve officers in case of the cardiovascular system disorders / E. N. Kuryanovich, S. V. Shumakov // Medico-biological and psychological aspects of training specialists in physical education and sports : Collection of proceedings of All-Russian scientific-practical conf. Pt. 3 / eds. V. L. Pashuta, E. N. Kuryanovich. – St. Petersburg : MIPT, 2012. – P. 110-115.
4. Shchegolev, V. A. Differentiated approach to physical training of military personnel for military training / V. A. Shchegolev, A. N. Kisly, N. A. Shumikhin // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 2. – P. 81-84.
5. 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 agencies. – 2020. – No. 4. – P. 178-182.
6. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
7. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation/ V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.
8. Zykov, A.V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the Armed Forces of Saudi Arabia / A.V. Zykov, O. S. Bosman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of power structures. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
9. Zykov, A.V. The system of professional training of various categories of personnel of the Norwegian armed forces/ A.V. Zykov, S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of power structures. – 2020. – No. 4. – P. 43-47.
10. Sushchenko, V. P. Factors determining the attitude of conscripted student youth to the fulfillment of the norms and requirements of the Physical culture and sports complex of the TRP / V. P. Sushchenko, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, I. V. Korchagin // Health-the basis of human potential: problems and ways to solve them. 2018. Vol. 13. – No. 2. – P. 704-710.
11. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of the leading NATO countries. monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
12. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of US military personnel: textbook. manual / V. A. Shchegolev, V. P. Sushchenko // St. Petersburg: Publishing house of the Polytechnic University, 2017. - 113 p.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

УДК 355.541.2:51.5:91;378;796.01

БОЕВЫЕ ДЕЙСТВИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ РОСГВАРДИИ В ГОРЯЧИХ ТОЧКАХ РОССИИ

Архипцев Иван Николаевич, кандидат юридических наук, доцент кафедры уголовно-правовых дисциплин, Белгородский юридический институт МВД России имени И.Д. Путилина, Белгород;

Сарычев Александр Викторович, преподаватель кафедры тактико-специальной подготовки, Белгородский юридический институт МВД России имени И.Д. Путилина, Белгород;

Боровенская Ирина Игоревна, Белгородский юридический институт МВД России имени И.Д. Путилина, сотрудник УМВД России по Белгородской области, Белгород.

COMBAT ACTIONS BY THE NATIONAL GUARD MILITARY IN THE HOT SPOTS OF RUSSIA

Arkhiptsev I.N., Candidate of Law, Associate Professor at the Department of Criminal Law Disciplines, the Putilin Belgorod Law Institute of the Russian Interior Ministry, Belgorod;

Sarychev A.V., Lecturer at the Department of tactical and special training, the Putilin Belgorod Law Institute of the Russian Interior Ministry, Belgorod;

Borovenskaya I.I., The Putilin Belgorod Law Institute of the Russian Interior Ministry, employee of the Russian Interior Ministry Administration for the Belgorod Region, Belgorod.

Аннотация:

В настоящее время актуальным вопросом является то, что в системе войск национальной гвардии Российской Федерации одними из основных задач закреплено участие в охране общественного порядка и обеспечении общественной безопасности в борьбе с терроризмом и экстремизмом, в обеспечении правового режима контртеррористической операции. Еще в СССР сотрудники правоохранительных органов внутренних дел выезжали в горячие точки с целью оказания помощи тем, кто в ней нуждался. На данный момент ситуация как в стране, так и в мире, более-менее стабильна. Авторами предлагается усовершенствовать процедуру отбора военнослужащих национальной гвардии РФ, направляемых в командировки в горячие точки, а также существенно повысить качество реабилитационной помощи военнослужащим, вернувшимся из горячих точек. Проведенное исследование показало несовершенство процедуры отбора военнослужащих, направляемых в командировки в горячие точки. Обоснована необходимость введения современных мер с целью усовершенствования данной процедуры.

Ключевые слова:

горячие точки, военнослужащие войск национальной гвардии Российской Федерации, специальные операции, боевые действия.

Abstract:

At present, the relevant issue is related to the fact that in the system of the Russian National Guard troops, one of the main tasks is participation in the protection of public order and ensuring public safety in the fight against terrorism and extremism, in ensuring the legal regime of the counter-terrorist operation. Even in the USSR, law enforcement officers of internal affairs went to hot spots in order to provide assistance to those who needed it. At the moment, the situation, both in the country and in the world, is more or less stable. The authors propose to improve the procedure for selecting servicemen of the Russian National Guard sent on business trips to hot spots, as well as to significantly improve the quality of rehabilitation assistance to servicemen who have returned from hot spots. The study has shown the imperfection of the selection procedure for servicemen sent on business trips to hot spots. The necessity of introducing modern measures in order to improve this procedure has been substantiated.

Key words:

hot spots, military personnel of the Russian National Guard troops, special operations, hostilities.

ВВЕДЕНИЕ

Как известно, что, несмотря на то, что Федеральная служба войск национальной гвардии Российской Федерации существует пока еще непродолжительное по историческим меркам время, роль военнослужащих Росгвардии в охране общественного порядка, обеспечении общественной безопасности, противодействию терроризму и экстремизму очень значительна. Так, только по данным Центрального округа Росгвардии, сотрудники подразделения в 2020 году приняли участие более чем в 1,5 тыс. специальных мероприятиях и операциях. В общей сложности в ходе выполнения служебно-боевых задач на Северном Кавказе сотрудники ОМОН и СОБР территориальных органов Центрального округа Росгвардии за преступления уголовной направленности задержали более 2 тыс. человек, приняли участие в нейтрализации 3 участников НВФ [5].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В настоящее время многие военнослужащие отказываются от направления в командировки в горячие точки. Сегодня в Российской Федерации нет закона, который бы прямо регулировал указанную процедуру в связи с тем, какой «след» данные командировки оставляют на военнослужащих, также есть категория лиц, которые препятствуют направлению военнослужащих в командировки, в основном ими являются родственники направляемых в такие командировки. Для объективной оценки необходимо всесторонне изучить данную процедуру и правильность ее осуществления.

Проведение боевых действий военнослужащими войск национальной гвардии Российской Федерации (далее – военнослужащие Росгвардии) осуществляется с целью обеспечения обороны страны.

Стратегическими целями обороны страны являются создание условий для мирного и динамичного социально-экономического развития Российской Федерации, обеспечение ее военной безопасности [1].

Следует отметить, что на данный момент в горячие точки из числа военнослужащих Росгвардии отправляются в командировку военнослужащие, проходящие службу в соединениях, воинских частях войск национальной гвардии. Редким исключением являются случаи, когда в служебные командировки в горячие точки направляются военнослужащие Росгвардии из числа служб инженерно-технического, тылового обеспечения и т. д.

До недавнего времени военнослужащих Росгвардии отправляли в служебные командировки на полгода, после чего военнослужащий не направлялся в командировки год. На сегодняшний день военнослужащие направляются в служебные командировки в горячие точки сроком на 3 месяца, после чего не направляются в командировки в течение полугода.

Перед тем, как военнослужащий отправляется в командировку в горячую точку, он проходит полное медицинское обследование в медицинской организации войск национальной гвардии РФ. Также военнослужащий получает форменное обмундирование, проверяется на знание нормативно-правовых актов, регламентирующих деятельность правоохранительных органов (к примеру, знание ФЗ «О войсках национальной гвардии Российской Федерации», в частности главы 3 указанного закона [2, 3]). Так, если проанализировать содержание полномочий военнослужащих (сотрудников) Росгвардии по применению физической силы, специальных средств, оружия, то мы поддерживаем позицию В.М. Корякина, который считает, что с принятием указанного федерального закона преодолены многие недостатки правового регулирования данного вопроса применительно к внутренним войскам МВД России [4].

Кроме того, непосредственно перед отправлением в командировку начальствующий состав проводит строевой смотр, где проверяет форменное обмундирование и наличие необходимых предметов у военнослужащего.

Любые специальные операции, проходящие в горячих точках, осуществляются согласно плану, составленному в штабе, который формируется из числа начальствующего состава сотрудников правоохранительных органов. Именно от правильно поставленной задачи и спланированных действий зависит успех той или иной операции и количество жертв среди сотрудников правоохранительных органов.

Также следует отметить, что при проведении командировки военнослужащий Росгвардии получает повышенное денежное довольствие, исходя из его звания, должности, стажа и иных условий, указанных в различных приказах Росгвардии РФ.

Отдельное внимание стоит уделить вопросу того, как именно на психологическом и физическом здоровье сказывается та или иная командировка. Нередкими бывают случаи, когда военнослужащий, даже после командировки, мысленно находится в горячей точке (к примеру, во сне сотрудник может душить жену/девушку, так как во сне видит уже прожитые моменты той или иной операции).

С целью устранения указанных последствий в системе Росгвардии РФ существуют различные реабилитационные центры, которые оказывают психологическую и моральную помощь указанной категории военнослужащих.

Также и во время боевых действий военнослужащий Росгвардии может впадать в различные состояния, которые впоследствии могут сказаться на его психологическом, моральном или физическом состоянии.

Следует отметить, что все боевые действия, проходящие в горячих точках, оставляют «след» на психологическом, моральном или физическом здоровье военнослужащего. Любые боевые действия или специальные операции осуществляются согласно плану, составленному начальствующим составом Росгвардии РФ, от правильности которого зависит успешное выполнение той или иной задачи и жертвы, среди военнослужащих Росгвардии РФ.

Проведенное комплексное исследование актуальных практических проблем проведения боевых действий в горячих точках дает нам возможность сделать ряд обобщающих выводов и предложений, исходя из которых в горячие точки будут направляться военнослужащие, менее подверженные стрессовым состояниям:

1. При проведении исследования любого процесса следует сделать вывод о том, что рассматриваемый процесс на протяжении всей истории СССР и РФ с его особенностями, среди которых наибольшую социальную опасность представляет рост преступности, что требует повышение профессионализма и организованности. В этих условиях остро ощущается потребность в тщательном подборе военнослужащих, которые будут направлены в командировку в горячие точки.

2. Участие в охране общественного порядка и обеспечении общественной безопасности, в борьбе с терроризмом и экстремизмом, в обеспечении правового режима контртеррористической операции являются одними из основных направлений деятельности Росгвардии, так как они представляют значительную опасность при проведении командировок в горячих точках.

2.1. Данные виды преступлений (экстремизм, терроризм) отличает высокая степень замаскированности подготовки и изощренности совершения. Субъекты данных преступлений оперативно реагируют на совершенствование форм и методов борьбы с ними, в связи с чем появляются новые, более скрытые приемы осуществления преступных намерений.

2.2. С целью уменьшения жертв и неудачного проведения той или иной операции необходимо проводить аттестационные комиссии начальствующему составу на предмет наличия сведений о том, как поступать в той или иной ситуации во время проведения боевых действий в горячих точках.

2.3. Для обеспечения успешного выполнения той или иной задачи и проведения специальной операции необходимо отправлять в командировки в горячие точки лица из числа наиболее подготовленных военнослужащих Росгвардии РФ [6].

3. В связи с тем, что чаще всего необходимость проведения специальной операции или какой-либо задачи происходит с целью задержания организованной преступной группы, пресечения различных преступлений, устранения массовых беспорядков, конфликтов и т. д., необходимо направлять в служебные командировки лица, имеющие опыт в раскрытии, расследовании, пресечении и выявлении преступлений указанных видов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, подводя итог настоящему исследованию, полагаем, что предло-

женный комплекс мер позволит улучшить деятельность войск национальной гвардии Российской Федерации в рассматриваемом направлении деятельности. Все боевые действия, проходящие в горячих точках, оставляют «след» на психологическом, моральном или физическом здоровье военнослужащего. Любые боевые действия или специальные операции осуществляются согласно плану, составленному начальствующим составом Росгвардии РФ, от правильности которого зависит успешное выполнение той или иной боевой задачи.

ЛИТЕРАТУРА

1. Указ Президента РФ от 31.12.2015 № 683 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации» // Собрание законодательства РФ. – 04.01.2016. – № 1 (часть II), ст. 212.
2. Федеральный закон от 03.07.2016 № 226-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «О войсках национальной гвардии Российской Федерации» // Собрание законодательства РФ. – 04.07.2016. – № 27 (часть I), ст. 4159.
3. Корякин, В. М. Применение оружия, специальных средств и физической силы военнослужащими при выполнении служебных задач по обеспечению законности и правопорядка / В. М. Корякин // Право в Вооруженных Силах. – 2016. – № 3. – С. 24-32.
4. Корякин, В. М. Войска национальной гвардии обрели законодательную базу / В. М. Корякин // Право в Вооруженных Силах. – 2016. – № 7-8. – С. 2-7.
5. В Центральном округе Росгвардии подвели итоги служебно-боевой деятельности за 2020 год [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://rosguard.gov.ru/ru/news/article/v-centralnom-okruge-rosgvardii-podveli-itogi-sluzhebnoboevoj-deyatelnosti-za-2020-god.
6. Тарасенко, А. А. Подготовка сотрудников органов внутренних дел к действиям по задержанию преступника в условиях ограниченного пространства : учеб. пособие / А. А. Тарасенко, П. Н. Войнов, Ю. Н. Кириченко. – Курск : Издательство ООО «ТОП». – 70 с.

REFERENCES

1. Decree of President of the Russian Federation of 31.12.2015 No. 683 «On the National Security Strategy of the Russian Federation» // Compendium of Legislation of the Russian Federation. – 04.01.2016. – No. 1 (Part II), Item 212.
2. Federal Law of 03.07.2016 No. 226-FL (as amended on 31.07.2020) «On the Russian National Guard troops» // Compedium of Legislation of the Russian Federation. – 04.07.2016. – No. 27 (Part I), Item 4159.
3. Koryakin, V. M. The use of weapons, special means and physical force by military personnel in the performance of official tasks to ensure the rule of law and law and order / V. M. Koryakin // Law in the Armed Forces. – 2016. – No. 3. – P. 24-32.
4. Koryakin, V. M. The National Guard Troops have acquired a legislative basis / V. M. Koryakin // Law in the Armed Forces. – 2016. – No. № 7-8. – P. 2-7.
5. In the Central District of the Russian Guard summed up the results of service and combat activities for 2020. – Available at : https://rosguard.gov.ru/ru/news/article/v-centralnom-okruge-rosgvardii-podveli-itogi-sluzhebnoboevoj-deyatelnosti-za-2020-god.
6. Tarasenko, A. A. Training of law enforcement agencies for actions to arrest a criminal in a confined space : Training manual / A. A. Tarasenko, P. N. Voinov, Yu. N. Kirichenko. – Kursk : Publishing house «TOP». – 70 p.

УДК 359

ТРЕБОВАНИЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ АМЕРИКАНСКИХ МОРСКИХ ПЕХОТИНЦЕВ

Асланов Мурад Шихмагомедович, помощник командира по физической подготовке – начальник физической подготовки в/ч 10103, Петропавловск-Камчатский; соискатель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Лозбенёв Евгений Юрьевич, помощник командующего войсками Западного военного округа по физической подготовке, соискатель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Петрова Полина Сергеевна, кандидат филологических наук, младший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Федюк Николай Сергеевич, кандидат педагогических наук, преподаватель кафедры физической подготовки, Военная академия связи, Санкт-Петербург.

THE PHYSICAL FITNESS STANDARDS FOR THE US MARINES

Aslanov M.Sh., Assistant Commander of Physical Training – Physical Training Leader, military unit 10103, Petropavlovsk-Kamchatsky; Applicant, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Lozbenev Ye.Yu., Assistant Commandant of Western Military District of Physical Training; Applicant, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Petrova P.S., Candidate of Philology, Junior Researcher of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Fedyuk N.S., Candidate of Pedagogics, Lecturer at the Department of Physical Training, Military Academy of Communications, St. Petersburg.

Аннотация:

История корпуса морской пехоты США, полифункциональность решаемых подразделением задач и уровень требований, предъявляемых к физической подготовке бойцов – перечень основных тем, затронутых авторами этой статьи. Особое внимание направлено на изучение нормативов тестов физической подготовки с учётом последних изменений, принятых в 2020 г. Основные тенденции физической подготовки в современной американской армии ориентированы на подготовку бойца-универсала. Предлагаемое исследование позволяет отследить историю изменений к требованиям фитнес-тестирования, внедрению альтернативных форматов проведения теста, отдельным этапам его проверки, а также к технике выполнения конкретных упражнений.

Ключевые слова:

корпус морской пехоты США, нормативы, тесты физической подготовки, подтягивания, отжимания, планка, бег, скручивания.

Abstract:

The authors of this article highlight a range of key issues namely the history of the US Marine Corps, the multi-functionality of the tasks solved by the unit and the requirements level for the physical training. The study of the physical fitness test standards with the latest changes adopted in 2020 was at the focus of attention. Alternative testing and a target on the improving level of the elite fighter-these are the main trends in physical training in the modern American army. The retrospective study allows retracing the history of changes to the fitness test standards, its verification steps, as well as to the technique of performing exercises.

Key words:

United States Marine Corps, standards, physical fitness tests, pull-ups, push-ups, plank, running, twists.

ВВЕДЕНИЕ

«И неважно, чем были вооружены солдаты, нужен был лишь порох, без него, что ружьё, что палка. Он был драгоценен, как золото, и для патриотического дела почти также редок» [14]. По сути, дефицит пороха в разгар войны за независимость США (1775-1783 гг.) и стал триггером к старту первой десантной кампании американских морских пехотинцев. История корпуса морской пехоты США (USMC – United States Marine Corps) насчитывает без малого четверть тысячелетия, своё начало берёт в 1775 г., когда Дж. Вашингтон, приняв командование Континентальной армией, потребовал от Конгресса предоставить ему не менее 400 бочек пороха, а получил меньше 40. Преодолеть этот критический дефицит повстанцы решили, захватив остров Нью-Провиденс. По слухам того времени, близ его столицы, небольшого городка Нассау, лорд Данмор, британский губернатор колонии Виргинии, спрятал от мятежников едва ли не весь континентальный запас боеприпасов. «Менее чем через год после начала революции повстанцы вторглись на остров Нью-Провиденс на Багамах, захватив его. Их цель: тайник с военными припасами, который включал 200 бочек пороха» [16]. В результате стратегически незначимая с точки зрения объёмов добычи, хоть и победоносная операция в марте 1776 г., навсегда осталась в истории как первая десантная высадка американских морских пехотинцев.

В наши дни корпус морской пехоты – это подразделение морских сухопутных сил ВС США, ответственное за проведение экспедиционных и десантных операций с использованием общевойсковых средств, которое проводит пехотные, бронетанковые, артиллерийские, воздушные и специальные операции, – их учат сражаться на суше, на море и в воздухе. Эта полифункциональность решаемых подразделением задач и определяет уровень предъявляемых к своим «адептам» требований. Их готовят к выживанию в любых обстоятельствах (чего стоит обряд инициации «Крюсибл» или «Crucible», предполагающий 45 км марша и 54 часа практически без сна и пищи [17]) и любыми способами (известны случаи, когда морпехам в условиях тайских джунглей предлагали пить кровь кобры и питаться тарантулами [15]).

Посвященные в USMC – это бойцы-универсалы, приверженцы спорту и здоровому образу жизни. Их уровень физической подготовленности на постоянном контроле. «Каждый морской пехотинец, как профессиональный военный спортсмен, должен быть физически здоров независимо от возраста, ранга, пола или служебного назначения» [9, 10, 11, 12, 13]. Согласно исследованиям отставного полковника МакГуайэра [8], в морской пехоте США уровень физической подготовки тестировали еще в начале 1900-х гг. С тех пор в тест физической подготовленности USMC (PFT) были внесены множественные поправки и дополнения, он включал различные требования как для определенных рангов, так и возрастов.

В 1971 г. были введены гендерные нормативы. При этом женщин на службу в морскую пехоту начали брать еще в 1918 г., тогда в канцелярию поступило порядка 300 человек. А через 32 года, сменив «перо на шпагу», 2787 женщин-пехотинцев мобилизованы, и в 1950 г. они принимают участие в Корейской войне. Сегодня женщины USMC – это 8,4% от общей численности корпуса, и они являются неотъемлемой частью морской пехоты [6].

Первые варианты нормативов современного PFT были установлены в 1972 г. – мужчинам младше 46 лет нужно было сдавать «подтягивания» («подтягивание на перекладине», согласно НФП-2009 [1]), «приседания» и «бег на три мили». В 1975 г. внедряют тестирование женщин до 46 лет, им в качестве испытаний предлагается «вис на согнутых руках», «приседания», «бег на 1,5 мили». В 1996 г. женщины бегут уже мужскую дистанцию в 3 мили, у мужчин повышаются требования к технике «подтягиваний», киппинг или импульсные движения теперь под запретом, никаких рывков или маховых движений, упражнение бойцы должны начинать из «мёртвого виса». С 1997 г. отменен возрастной мораторий, теперь все морские пехотинцы, независимо от возраста, должны сдавать PFT, «приседание» в тесте заменяют «скручиваниями» («наклоны туловища вперёд» [1]). Повышаются требования и к женщинам: в 2013 г. им начинают рекомендовать сдавать «подтягивания», а в 2016 г. полностью отменяют «вис на

согнутых руках» [7].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В последние несколько лет Корпус морской пехоты США предлагает тестируемым в рамках PFT альтернативу. Теперь все этапы без исключения являются гибридными. Например, на первом этапе PFT испытуемый может выбрать одно из упражнений, будь то «подтягивания» или «отжимания». При этом морпехов мотивируют к выбору именно «подтягиваний», поскольку из двух предлагаемых вариантов, только за «подтягивания» можно получить максимальный балл. На третьем этапе возрастные пехотинцы 46+ имеют возможность отказаться от беговой дистанции и отдать предпочтение пяти километрам на гребном тренажёре. Греблю на 5 км сдают также пехотинцы по медицинским показаниям, в том числе после травм, согласно утвержденным командиром (CO) или исполняющим обязанности (OIK) приказам [9, 10, 11]. И, наконец, изменения 2020 г.: второй этап PFT теперь также вариативен. Морской пехотинец может выбирать между двумя упражнениями: «скручивания» либо «планка» [13].

Согласно формулировке регламентирующих документов, PFT в USMC – «это коллективная мера общей физической подготовки», тест, нацеленный на проверку силы и выносливости верхней, средней и нижней части тела, а также эффективности работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Успешная сдача PFT служит гарантом готовности всех членов USMC к бою [9, 10, 11, 12, 13].

Современный PFT USMC проводится один раз в год (с 1 января по 30 июня) и состоит из трех этапов: подтягивания (push-up)/отжимания (pull-up), (сгибание/разгибание рук в упоре лёжа [1]), двухминутные скручивания (crunches)/планка (plunk) и бег на три мили (run)/гребля на гребном тренажёре (rowing) 5 км. Все 3 этапа PFT предполагают единовременную сдачу, общая временная протяженность тестирования ограничена 2 часами [13]. Все этапы PFT участники сдают в спортивной форме одежды: военная футболка, шорты и кроссовки, по необходимости разрешено быть в спортивном костюме. Остановимся подробнее на каждом из этапов этой проверки [9, 10, 11, 12, 13].

Первый этап «подтягивания» / «отжимания». На этом этапе всем морским пехотинцам рекомендуют подтягиваться, считается, что это лучшее практическое упражнение, позволяющее оценить силу верхней части тела. Кроме того, максимальные 100 баллов на первом этапе отжиманиями не набрать. Засчитываются только технически правильно выполненные подтягивания. Упражнение начинается из «мертвого виса», маятниковые (импульсные) движения, а также резкие движения ногами, помогающие вертикальному подтягиванию запрещены [9, 10, 11, 12, 13].

Таблица 1 – Нормативы «подтягиваний» PFT корпуса морской пехоты США с учётом возраста и гендера

Подтягивания на турнике															
	мужчины								женщины							
возраст	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+
кол-во повторов/ макс. 100 баллов	20	23	23	23	21	20	19	18	7	11	12	11	10	8	6	4
кол-во повторов/ мин. 40 баллов	4	5	5	5	5	5	4	3	1	3	4	3	3	2	2	2

Отметим, что здесь и далее мы предлагаем к ознакомлению лишь урезанный (сокращённый) вариант нормативных таблиц.

Отжимания в отличие от подтягиваний предполагают скоростную работу. Пехотинцу предлагается в двухминутный временной интервал выполнить возможно большее количество повторений. Позицию рук можно выбирать на своё усмотрение, а вот ноги либо вместе, либо на расстоянии до 30.5 см. Руки в локтевом суставе сгибаются как минимум до параллели с полом.

Таблица 2 – Нормативы «отжиманий» PFT корпуса морской пехоты США с учётом возраста и гендера

Отжимания																
	мужчины								женщины							
возраст	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+
кол-во повторов/ макс. 100 баллов	82	87	84	80	76	72	68	64	42	48	50	46	43	41	40	38
кол-во повторов/ мин. 40 баллов	42	40	39	36	34	30	25	20	19	18	18	16	14	12	11	10

Второй этап «скручивания» / «планка». Принятые в 2020 г. изменения в порядок проведения PFT в USMC предполагают на втором этапе, как и на первом, наличие альтернативы. Так, «скручивания» – это работа на быстроту, предполагает максимальное количество повторов упражнения за 2 минуты. Руки на протяжении выполнения всего упражнения скрещены на груди, плотно прижаты к корпусу, сцеплены на предплечье между локтем и плечом. Однократный повтор состоит в поднятии верхней части тела из исходного положения (лопатки касаются пола) к бедрам, до момента пока оба предплечья или локти одновременно не коснутся бедер [9, 10, 12]. Упражнение ориентировано на выявление мышечной выносливости и взрывной силы кора. Интересно, что сопоставительный анализ результатов сдачи тестов PFT в корпусе морской пехоты США за 2017-2018 гг., проведённый М. Кифером, показал, что именно «скручивания» представляют для морпехов наименьшую трудность, подавляющее большинство набирают на этом упражнении максимальные баллы [7]. Несмотря на столь высокие результаты, аналитики подвергают упражнение критике, при выполнении одной из его вариаций, предполагающей вертикальный подъем корпуса, военнослужащие нередко получали травмы позвоночника, в том числе его нижнего отдела и шеи [2].

Таблица 3 – Нормативы «скручиваний» PFT корпуса морской пехоты США с учётом возраста и гендера

Скручивания																
	мужчины								женщины							
возраст	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+
кол-во повторов/ макс. 100 баллов	105	110	115	115	110	105	100	100	100	105	110	105	105	100	100	100
кол-во повторов/ мин. 40 баллов	70	70	70	70	70	65	50	40	50	55	60	60	60	55	50	40

Альтернативой скручиваниям для корпуса морской пехоты с 2020 стала планка – статическое упражнение, позволяющее оценить мышечную выносливость всего тела. В отличие от всех прочих испытаний PFT, нормативы к этому упражнению не предполагают наличие гендерных различий. Максимум 100 баллов можно заработать за 4,20 с. Установлен и пороговый минимум – 1,03 с или 40 баллов. Упражнение выполняется в стойке на локтях, угол в локтевом суставе 90°, запрещается сцеплять кисти в замок, не допускаются прогибы корпуса (от затылка до пяток прямая линия) [5].

Третий этап «бег на 3 мили» / «гребля на 5 км». Скоростной этап, предполагает максимально быстрое преодоление расстояния. По условиям проведения состязания беговой круг должен быть не менее 400 метров, это позволит морскому пехотинцу не терять скорость на поворотах и сохранять максимально возможное равномерное движение. Этот этап является наиболее сложным для морских пехотинцев, за это упражнение в 2018-2019 гг. в USMC средний балл у мужчин был равен 69 [7].

Таблица 4 – Нормативы «бега на 3 мили» PFT корпуса морской пехоты США с учётом возраста и гендера

Бег на 3 мили																
	мужчины								женщины							
возраст	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+
t, мин./ 100 баллов	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00	18.30	19.00	19.30	21.00	21.00	21.00	21.00	21.00	21.30	22.00	22.30
t, мин./40 баллов	27.40	27.40	28.00	28.20	28.40	29.20	30.00	33.00	30.50	30.50	31.10	31.30	31.50	32.30	33.30	36.00

Существуют также поправки к нормативам в условиях сдачи PFT на высоте 4500 футов или 1376 м и выше. Нормативные послабления на 3 этапе тестирования составляют 1,5 минуты. При этом порядок сдачи PFT предполагает 30-дневную акклиматизацию морских пехотинцев к условиям горной местности.

Таблица 5 – Нормативы «бега на 3 мили» PFT корпуса морской пехоты США с учётом возраста и гендера и геопотенциальной высоты

Бег на 3 мили (высота 4500 футов +)																
	мужчины								женщины							
возраст	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+
t, мин./ 100 баллов	19.30	19.30	19.30	19.30	19.30	20.00	20.30	21.00	22.30	22.30	22.30	22.30	22.30	23.00	23.30	24.00
t, мин./40 баллов	29.10	29.10	29.30	29.50	30.10	30.50	31.30	34.30	32.30	32.30	32.40	33.00	33.20	34.00	35.00	37.30

Альтернативой бегу при сдаче 3 этапа PFT является «гребля на 5 км» на гребном тренажёре. Однако этот выбор скорее привилегия возраста, доступная лишь по достижении 46 лет, либо ограничений по здоровью (медицинские показания, наличие травм) [4].

Таблица 6 – Нормативы «гребли на 5 км» PFT корпуса морской пехоты США с учётом возраста и гендера

Бег на 3 мили (высота 4500 футов +)																
	мужчины								женщины							
возраст	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+
t, мин./ 100 баллов	18.00	18.15	18.30	18.45	19.00	19.15	19.35	20.00	21.00	21.15	21.30	21.45	22.00	22.15	22.35	23.00
t, мин./40 баллов	23.30	23.50	24.10	24.30	24.50	25.10	25.35	26.00	26.30	26.50	27.10	27.30	27.50	28.10	28.35	29.00

Гребля как вид аэробного упражнения также предполагает коррекцию нормативов с учётом высоты над уровнем моря, с временным запасом в 40 с.

Таблица 7 – Нормативы «гребли на 5 км» PFT корпуса морской пехоты США с учётом возраста, гендера и геопотенциальной высоты

Бег на 3 мили (высота 4500 футов +)																
	мужчины								женщины							
возраст	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+
t, мин./ 100 баллов	18.40	18.55	19.10	19.25	19.40	19.55	20.15	20.40	21.40	21.55	22.10	22.25	22.40	22.55	23.15	23.40
t, мин./40 баллов	24.10	24.30	24.50	25.10	25.30	25.50	26.15	26.40	27.10	27.30	27.50	28.10	28.30	28.50	29.15	29.40

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Успешная сдача нормативов обеспечена рядом преференций, в числе которых финансовые стимулы и дополнительные возможностями продвижения по службе. По результатам тестирования морских пехотинцев ранжируют на три класса. Согласно классификациям PFT для USMC, 1 класс предполагает балльный диапазон 235-300 баллов, 2 класс – 200-234 баллов и 3 класс – 150-199 баллов. Отметим, что пороговый минимум в 150 баллов был принят в 2020 г., в 2019 г. избежать увольнения можно было, набрав 120 баллов. Отметим, что повышение требований к уровню физической подготовки в ВС США коснулось всех подразделений без исключения, с октября 2020 г. все военнослужащие американской армии проходят новый шестиступенчатый тест по физической подготовке, предполагающей проверку силы, выносливости, скорости, ловкости, координации и реакции [3, с. 156].

Тестирование PFT USMC – это своего рода информационный срез, характеризующий текущее состояние физической готовности корпуса морской пехоты к выполнению многопрофильных боевых задач. Многочисленные вариации тестирования, различные подходы к установленным нормативам, выбору упражнений и изменяющимся требованиям к технике упражнений свидетельствуют о перманентном поиске оптимальных решений вопросов физической подготовки. Нововведения, так называемые «гибридные» упражнения в тесте физической подготовки – с одной стороны можно расценивать как послабление, оставляющее за бойцом право выбора, с другой – движение «от сложного к еще более сложному». Судя по последним принимаемым решениям 2020 г., командование ВС США ужесточает требования к военнослужащим. Можно предположить, что наличие альтернативы в тесте PFT USMC – явление временное, и условия сдачи его нормативов продолжат усложняться.

ЛИТЕРАТУРА

1. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации – НФП-2009 : приказ МО РФ № 200 от 21 апреля 2009 г., регистрационный № 14175.
2. 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.
3. Политов, А. В. Новый тест по физической подготовке в армии США: гендерный разрыв / А. В. Политов, И. В. Корчагин, М. Ю. Бомбина // Актуальные проблемы современной системы физической подготовки в высших военно-учебных заведениях Министерства обороны Российской Федерации : сб. статей заочной Межвуз. науч.-практ. конф. – СПб. : ВИФК, 2020. – С. 156-161.

4. Техника выполнения гребли на гребном тренажёре для PFT USMC (видео) [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.concept2.com/indoor-rowers/training/technique-videos (дата обращения : 07.03.2021).
5. Техника выполнения планки для PFT USMC (видео) [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.dvidshub.net/video/706584/pft-plank-instructional-video (дата обращения : 07.03.2021).
6. История женщин-морских пехотинцев / Женщины-морские пехотинцы [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.womenmarines.org/wm-history (дата обращения : 07.03.2021).
7. Кифер, М. Сравнение результатов теста физической подготовленности корпуса морской пехоты США и результатов теста боевой подготовки / М. Кифер, М. Дебелисо // Международный журнал о физических упражнениях 13(4): 1741-1755. – 2020. – С. 1741-1755.
8. Макгуайр, Б. Дж. Корреляция результатов тестов на физическую подготовку и боевую пригодность в USMC с физически сложными военными профессиональными задачами / Б. Дж. Макгуайр // Конференция TSAK: как вы тренируетесь, Сан-Диего, Калифорния, апрель 2014 г. [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://cmrlink.org/data/sites/85/CMRDocuments/0955-McGuire-2(4).pdf (дата обращения : 07.03.2021).
9. Канцелярия коменданта корпуса морской пехоты: Физическая подготовка корпуса морской пехоты и тесты на боевую пригодность. Бюллетень корпуса морской пехоты (MCBUL 6100.13). – Вашингтон, округ Колумбия, Министерство обороны, 2016.
10. Канцелярия коменданта корпуса морской пехоты: Физическая подготовка корпуса морской пехоты и тесты на боевую пригодность. Приказ корпуса морской пехоты 6100.13 A. – Вашингтон, округ Колумбия, Министерство обороны, 2018.
11. Канцелярия коменданта корпуса морской пехоты: Физическая подготовка корпуса морской пехоты и тесты на боевую пригодность. Приказ корпуса морской пехоты 6100.13 A CH 1. – Вашингтон, округ Колумбия, Министерство обороны, 2019.
12. Канцелярия коменданта корпуса морской пехоты: Программа физической подготовки корпуса морской пехоты. Приказ корпуса морской пехоты 6100.13 W/CH 2. – Вашингтон, Округ Колумбия, Министерство обороны, 2015.
13. Канцелярия коменданта корпуса морской пехоты: Физическая подготовка корпуса морской пехоты и тесты на боевую пригодность. Приказ корпуса морской пехоты 6100.13 A CH 2. – Вашингтон, округ Колумбия, Министерство обороны, 30 декабря 2019.
14. Стивенсон, М. Битвы патриотов / М. Стивенсон. – Нью-Йорк : ХарперКоллинс, 2007. – 448 с.
15. Тахир, Т. Лихорадка джунглей: морские пехотинцы США пьют кровь обезглавленных кобр и едят тарантулов во время жестоких военных учений в тайских джунглях / Т. Тахир // The US Sun. – 2марта 2020 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.the-sun.com/news/478408/marines-drink-blood-cobras-jungle/ (дата обращения : 07.03.2021).
16. Битва за Нассау - первая заграничная миссия американских морских пехотинцев // Военная история MHN [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://militaryhistorynow.com/2013/03/17/invasion-of-nassau-the-first-mission-for-americas-marines/ (дата обращения : 07.03.2021).
17. Испытание во время обучения новобранцев корпуса морской пехоты // Marine parents [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://rp.marineparents.com/bootcamp/crucible.asp (дата обращения : 07.03.2021).
18. 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.
19. Зыков, А. В. Система профессионального обучения различных категорий личного состава вооруженных сил Норвегии / А. В. Зыков, С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В.Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С.43-47.
20. Сущенко, В. П. Факторы, определяющие отношение призывной студенческой молодежи к выполнению норм и требований Физкультурно-спортивного комплекса ГТО / В. П. Сущенко, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, И. В. Корчагин // Здоровье - основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. – 2018. – Т.13. – № 2. – С.704-710.
21. 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.
22. 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.

REFERENCES

1. Manual on Physical Training in the Armed Forces of the Russian Federation – PTM-2009 : Order of the Russian Defence Ministry No. 200 of April 21, 2009, registration No. 14175.
2. Pershin, Yu. Yu. The problem of recruiting military personnel into the US Armed Forces as a threat to the national security of the country / Yu. Yu. Pershin, A. V. Politov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 4. – P. 18-28.

3. Politov, A. V. New test for physical training in the US army: gender gap / A. V. Politov, I. V. Korchagin, M. Yu. Bombina // Actual problems of the modern system of physical training in higher military educational institutions of the Russian Defence Ministry : Scientific and Practical Conference. – St. Petersburg : MIPT, 2020. – P. 156-161.
4. Technique of performing rowing on a rowing simulator for PFT USMC (video). – Available at : https://www.concept2.com/indoor-rowers/training/technique-videos.
5. Plank execution technique for PFT USMC (video). – Available at : https://www.dvidshub.net/video/706584/pft-plank-instructional-video.
6. History of women marines / Women marines. – Available at : https://www.womenmarines.org/wm-history.
7. Keefer, M. A Comparison of United States Marine Corps Physical Fitness Test and Combat Fitness Test Results / M. Keefer, M. Debeliso // International Journal of Exercise Science 13(4): 1741-1755. – 2020. – P. 1741-1755.
8. McGuire, B. J. Correlation of performance on USMC physical fitness test and combat fitness test events to physically demanding military occupational specialty tasks / B. J. McGuire // TSAK conference: the way you train, San Diego, CA, April 2014. – Available at : http://cmrlink.org/data/sites/85/CMRDocuments/0955-McGuire-2(4).pdf.
9. Office of the Commandant of the Marine Corps: Marine Corps physical fitness and combat fitness tests. Marine Corps Bulletin (MCBUL 6100.13). – Washington, DC, Department of Defense, 2016.
10. Office of the Commandant of the Marine Corps: Marine Corps physical fitness and combat fitness tests. Marine Corps Order 6100.13A. – Washington, DC, Department of Defense, 2018.
11. Office of the Commandant of the Marine Corps: Marine Corps physical fitness and combat fitness tests. Marine Corps Order 6100.13A CH 1. – Washington, DC, Department of Defense, 2019.
12. Office of the Commandant of the Marine Corps: Marine Corps physical fitness program. Marine Corps Order 6100.13 W/CH 2. – Washington, DC, Department of Defense, 2015.
13. Office of the Commandant of the Marine Corps: Marine Corps physical fitness and combat fitness tests. Marine Corps Order 6100.13A CH 2. – Washington, DC, Department of Defense, 30 DEC 2019.
14. Stephenson, M. Patriot Battles / M. Stephenson. – New York : HarperCollins, 2007. – 448 p.
15. Tahir, T. Jungle fever: US Marines drink the blood of beheaded cobras and eat tarantulas in brutal wargame exercises in Thai jungle / T. Tahir // The US Sun, Mar 2, 2020. – Available at : https://www.the-sun.com/news/478408/marines-drink-blood-cobras-jungle/.
16. The Battle for Nassau – Inside the First Overseas Mission for America's Marines // MHN Military History Now.– Available at : https://militaryhistorynow.com/2013/03/17/invasion-of-nassau-the-first-mission-for-americas-marines/.
17. The Crucible During Marine Corps Recruit Training // Marine parents. – Available at : https://rp.marineparents.com/bootcamp/crucible.asp.
18. Zykov, A.V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the Armed Forces of Saudi Arabia / A.V. Zykov, O. S. Bosman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of power structures. – 2020. – No. 3. – P. 32-36.
19. Zykov, A.V. The system of professional training of various categories of personnel of the Norwegian armed forces/ A.V. Zykov, S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of power structures. – 2020. – No. 4. – P. 43-47.
20. Sushchenko, V. P. Factors determining the attitude of conscripted student youth to the fulfillment of the norms and requirements of the Physical culture and sports complex of the TRP / V. P. Sushchenko, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, I. V. Korchagin // Health-the basis of human potential: problems and ways to solve them. 2018. Vol. 13. – No. 2. – P. 704-710.
21. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of the leading NATO countries. monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
22. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of US military personnel: textbook. manual / V. A. Shchegolev, V. P. Sushchenko // St. Petersburg: Publishing house of the Polytechnic University, 2017. – 113 p.

УДК 355.542.4

КОМПЛЕКСНОЕ УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ВОЙСКОВОЙ РАЗВЕДКИ КАК МОДЕЛЬ ПРОВЕРКИ ИХ БОЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Блахин Геннадий Николаевич, доктор педагогических наук, профессор, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Шапошников Александр Рудольфович, помощник Главнокомандующего Сухопутными войсками Российской Федерации по физической подготовке, Санкт-Петербург;

Труль Андрей Романович, полковник, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры физической подготовки, Михайловская военная артиллерийская академия, Санкт-Петербург;

Семаков Владимир Сергеевич, заместитель начальника кафедры физической подготовки, Михайловская военная артиллерийская академия, Санкт-Петербург.

COMPREHENSIVE EXERCISE FOR MILITARY INTELLIGENCE AS A MODEL OF CHECKING THEIR COMBAT AND PHYSICAL FITNESS

Blakhin G.N., Doctor of Pedagogics, Professor, Senior Researcher of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Shaposhnikov A.R., Assistant Commander-in-Chief of the Russian Army for Physical Training;

Trul A.R., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Department of Physical Training, Military Artillery Academy, St. Petersburg;

Simakov V.S., Deputy Head of the Department of Physical Training, Military Artillery Academy, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье раскрывается содержание, условия и анализ результатов выступления команд-разведчиков на всеармейских играх.

Ключевые слова:

всеармейские игры, боевая подготовка, физическая подготовка ,последовательность выполнения упражнений, этапы, нормативы.

Abstract:

The article reveals the content, conditions and analysis of the results of the performance of the scouting teams at the all-army games.

Key words:

All-Army games, combat training, physical training, exercise sequence, stages, standards.

ВВЕДЕНИЕ

В последнее время в Российской армии большую популярность приобретают Всеармейские международные игры, демонстрирующие сплав боевой, технической и физической подготовленности военнослужащих разных стран.

Целью игр является:

укрепление международного военного и военно-технического сотрудничества государств-участников;

повышение престижа военной службы в подразделениях войсковой разведки, а также уровня полевой выучки участников игр;

развитие состязательности разведывательных подразделений, участвующих в играх;

демонстрация боевых возможностей (тактико-технических характеристик) современных образцов вооружения, военной техники, технических средств и физической подготовленности участников.

Одним из таких видов является «Отличник войсковой разведки», содержанием которого являются соревнования в выполнении комплексного упражнения, соревнования в котором проводятся в несколько этапов.

Содержанием данного упражнения являются: десантирование, марш-бросок, доставка боеприпасов, скрытое передвижение, преодоление препятствий, стрельба, преодоление водной преграды, рукопашный бой.

Основной задачей таких состязаний является проверка уровня профессиональной под-

готовленности разведчиков в экстремальных условиях спортивной борьбы.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Одним из видов всеармейских игр является Международный конкурс «Отличники войсковой разведки», состязательная часть которого включает пять этапов.



Рисунок 1 – Десантирование



Рисунок 2 – Марш-бросок после десантирования

Первый этап – «Десантирование и совершение марш-броска».

Этап включает:

выполнение норматива «Посадка разведывательной группы в вертолет» (*выполняется только при выводе разведывательной группы в тыл «противника» воздушным путем посадочным способом из вертолета*);

выполнение норматива «Высадка разведывательной группы из вертолета» (*выполняется только при выводе разведывательной группы в тыл «противника» воздушным путем посадочным способом из вертолета*);

вывод разведывательной группы в тыл противника воздушным путем посадочным способом из вертолета военно-транспортной авиации или наземным путем автомобильным транспортом (*в зависимости от метеорологических условий и других обстоятельств*) с выходом в назначенный пункт сбора, расположенный на удалении до 1000 м от площадки десантирования;

выполнение норматива по связи «Установление радиосвязи с вышестоящим командиром и передача разведывательного донесения»;

совершение группой марш-броска на 10-15 км с движением по азимутам и обязательным прохождением всех контрольных точек личным составом группы в полном составе в условиях возможной встречи с «противником».;

проведение разведывательной засады на объект «противника» с целью захвата пленного и документов.

Второй этап – «Конкурс разведчиков – специалистов».



Рисунок 3 – Доставка боеприпасов под огнем противника переползанием на боку



Рисунок 4 – Скрытное выдвижение к объекту противника перебежками и переползанием

Этап включает выполнение:

а) механиками-водителями упражнения по вождению боевой машины пехоты БМП–2 (далее – БМП) «Вождение в сложных условиях местности. Преодоление препятствий и ограниченных проходов на подъемах, спусках и косогорах».

В ходе выполнения упражнения преодолеваются 13 препятствий:

макет колейного моста;

эскарп с колейным мостом;

колейный проход в минно-взрывном заграждении;

проход между столбами на подъёме и спуске;

место остановки на подъеме и спуске;

ограниченный проход с двойным поворотом на 90°;

проход с обозначенными поворотами;

уступ на подъеме;

железнодорожный переезд;

прямой ограниченный проход;

брод;

участок заграждений и маневрирования;

противотанковый ров с проходом.

б) механиками-водителями норматива по вождению БМП «Погрузка боевой машины пехоты на железнодорожную платформу с торцевой аппарели и боковой платформы и выгрузка с нее».

в) личным составом группы (без механика - водителя) нормативов:

по тактической подготовке – «Скрытное выдвижение к объекту противника перебежками и переползанием»; «Доставка боеприпасов под огнем противника переползанием на боку»;

по радиационной, химической и биологической защите – «Надевание противогаза»;

по военно-медицинской подготовке – «Наложение кровоостанавливающего жгута и оттаскивание раненого».

Третий этап – «Комплекс препятствий «Тропа разведчика».



Рисунок 5 – Преодоление подразделением с вооружением, в боевой экипировке и средствами имитации 22 препятствий

Этап включает:

Преодоление подразделением с вооружением, в боевой экипировке и средствами имитации 22 препятствий на время, с отработкой действий при внезапной встрече с «противником».

Перечень препятствий:

1. Макет вертолёта.
2. Дощатый забор.
3. Кирпичная стенка с проломом.
4. Стандартный забор НАТО.
5. Полуразрушенное здание.
6. Забор из камня.
7. Фасад двухэтажного деревянного здания.
8. Перекрытый участок хода сообщения.
9. Вертикальная стенка.
10. Стенка со стеклом и рвом с водой.
11. Завал из строительных конструкций.
12. Малозаметное препятствие.
13. Проволочный забор на высоких кольях.
14. Проволочная сеть на низких кольях.
15. Проволочная сеть на высоких кольях.
16. Линия проводной связи с часовыми.
17. Участок железной дороги с часовыми.
18. Динамическая стенка.
19. Система канализаций.
20. Ров с водой.
21. Участок наклонной лестницы.
22. Площадка отработки норматива по связи.

Четвертый этап – «Стрельба.




Рисунок 6 – Индивидуальное выполнение каждым военнослужащим группы упражнений стрельб

Этап включает:

а) индивидуальное выполнение каждым военнослужащим группы упражнений стрельб:

упражнения стрельб из пистолета;

упражнений квалификационных стрельб (УКВС) из:

автомата – выполняют командир группы, старший разведчик, механик-водитель, разведчик-сапер, разведчик-радиотелефонист, разведчик-санитар, разведчик, разведчик-гранатометчик;

снайперской винтовки – выполняет разведчик-снайпер;

пулемета – выполняет разведчик-пулеметчик;

ручного противотанкового гранатомета (далее – РПГ) – выполняет разведчик-гранатометчик;

б) выполнение подразделением упражнения боевых стрельб «Разведывательная группа в засаде» с преодолением участка минно-взрывных заграждений и естественных (искусственных) препятствий;

в) выполнение норматива по связи «Установление радиосвязи с вышестоящим командиром и передача разведывательного донесения»;

г) выполнение каждым военнослужащим упражнений «Метание ножа и пехотной лопатки на точность» и «Метание учебной ручной гранаты (наступательной) на точность».

Пятый этап – «Выход разведывательной группы в район сбора после выполнения задачи».




Рисунок 7 – Преодоление водной преграды

Рисунок 8 – Поединок по рукопашному бою

Этап включает:

а) выполнение норматива «Преодоление водной преграды» (без механика-водителя);

б) выполнение норматива «Марш-бросок на 3-5 км с боевой стрельбой» (без механика-водителя и 2-х военнослужащих, участвующих в поединках по рукопашному бою);

в) выполнение механиком-водителем упражнения вождения на БМП «Вождение на плаву»;

г) выполнение двумя разведчиками из состава разведывательной группы упражнения «Преодоление дистанции бега в ограниченное время» с последующим участием в поединке по условиям Армейского рукопашного боя.

Ниже приводятся результаты выступления военнослужащих различных округов на различных этапах соревнований.

Результаты первого этапа:

Таблица 1 – Результаты выступления военнослужащих различных округов на различных этапах соревнований

№ п/п	Команда	Выполнение норматива «Посадка разведывательной группы в вертолет»				Выполнение норматива «Высадка разведывательной группы из вертолета»				Вывод разведывательной группы в тыл противника воздушным путем посадочным способом из вертолета			Выполнение норматива по связи «Установление радиосвязи с вышестоящим командиром и передачи разведывательного донесения»			
		Время	Баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Время	Баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Время	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Время	Баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы
1	ЗВО	44.19	30	-	30	40.60	30	0	30	09.27	5	34.7	1.33	17.8	-	17.8
2	ЮВО	55.44	19	-	19	45.73	25	5	25	07.39	5	40.1	1.09	20	-	20
3	ЦВО	47.34	27	-	27	42.31	28	2	28	07.56	5	39.3	1.40	16.9	-	16.9
4	ВВО	57.25	17	-	17	43.29	27	3	27	09.50	5	33.5	1.45	16.4	-	16.4
5	СФ	60.00	14	-	14	50.73	20	15	15	23.12	-	0	2.08	14.1	-	14.1
6	ВДВ	49.56	24	-	24	45.56	25	5	25	08.49	5	36.6	1.29	18.0	-	18.0
7	ЧФ	47.19	27	-	27	49.49	21	9	21	09.23	5	34.9	2.00	14.9	-	14.9
8	ННВКУ (1)	47.44	27	-	27	44.45	26	4	26	06.01	5	45	1.26	18.3	-	18.3
9	ННВКУ (2)	57.47	17	-	17	48.01	22	8	22	07.24	-	45.8	1.27	18.2	-	18.2
10	ДВОКУ	47.50	27	-	27	45.96	25	5	25	08.16	-	43.3	1.25	18.4	-	18.4
11	ВНГ РФ	48.28	26	-	26	44.13	26	4	26	10.32	5	31.5	2.34	11.5	-	11.5

Таблица 2 – Результаты второго этапа соревнований

№ п/п	Команда	Выполнение зачётного упражнения «Вождение в сложных условиях местности. Преодоление препятствий и ограниченных проходов на подъемах, спусках и косогорах»				Выполнение норматива по вождению «Погрузка БМП на железнодорожную платформу с торцевой аппарели и боковой платформы и выгрузка с нее»				Выполнение норматива «Скрытное выдвижение к объекту противника перебежками и переползанием на боку»				Выполнение норматива «Доставка боеприпасов под огнем противника переползанием на боку»			
		Время	Баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Время	Баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Время	Баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Время	Баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы
1	ЗВО	14.34	99.9	100.1	49.9	2.31	32.8	7.2	0	1.47	15.5	11.5	8.5	35	17.6	8.4	11.6
2	ЮВО	15.06	90.3	69.7	80.3	2.43	29.2	10.8	0	1.49	14.9	12.1	7.9	29	19.4	7.6	12.4
3	ЦВО	15.39	80.4	194.6	0	2.53	26.2	23.8	16.2	2.01	11.3	16.7	3.3	44	14.9	15.1	4.9
4	ВВО	15.07	90	115	35	2.19	36.4	3.6	0	1.52	20	7	13	39	16.4	9.6	10.4
5	ЧФ	15.42	79.5	125.5	29.5	2.49	27.4	22.6	17.4	1.48	15.2	12.8	7.2	48	13.7	11.3	8.7
6	СФ	16.57	57	138	12	2.23	35.2	4.8	0	2.07	9.5	15.5	4.5	50	13.1	17.9	2.1
7	ВДВ	15.11	88.8	91.2	58.8	2.32	32.5	7.5	0	1.57	12.5	15.5	4.5	45	14.6	14.4	5.6
8	ННВКУ (1)	11.47	150	-	150	2.07	40	-	40	1.37	18.5	5.5	14.5	27	20	7	13
9	ННВКУ (2)	12.24	138.9	21.1	128.9	2.19	36.4	3.6	36.4	1.5	14.6	10.4	9.6	38	16.7	9.3	10.7
10	ДВОКУ	13.13	124.2	40.8	109.2	2.34	31.9	8.1	0	2.18	6.2	18.8	1.2	1.01	9.8	14.2	5.8
11	ВНГ РФ	15.08	89.7	130.3	19.7	2.48	27.7	12.3	0	1.53	13.7	13.3	6.7	32	18.5	9.5	10.5

Таблица 3 – Результаты третьего этапа соревнований

№ п/п	Команда	Преодоление комплекса препятствий «Тропа разведчика»				Место за 3 этап	
		Время	Баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы	2020	2019
1	ЗВО	48.11	344.2	250.8	249.2	4	9
2	ЮВО	43.03	405.8	311.2	188.8	5	2
3	ЦВО	48.25	341.8	242.2	257.8	3	3
4	ВВО	46.55	359.4	335.6	164.4	7	6
5	СФ	1.07.57	107	608	-108	11	10
6	ЧФ	46.31	364.2	330.8	169.2	6	7
7	ВДВ	58.33	215.8	519.2	-19.2	8	5
8	ННВКУ (1)	35.12	500	75	425	1	1
9	ННВКУ (2)	44.44	385.6	184.4	315.6	2	Не участв.
10	ДВОКУ	1.04.28	148.8	521.2	-21.2	9	8
11	ВНГ РФ	1.03.29	160.6	569.4	-69.4	10	4

Таблица 4 – Результаты четвертого этапа соревнований

№ п/п	Команда	1 УТС из пистолета			1 УТС из автомата АК-74М и пулемёта РПК-74			Упражнение стрельб из СВД			Упражнение стрельб из РПГ			Выполнение упражнения «Метание ножа и пехотной лопатки на точность»			Выполнение упражнения «Метание учебной ручной гранаты (наступательной) на точность»		
		Всего баллов	Штрафные баллы	Зачетные Баллы	Всего баллов	Штрафные Баллы	Зачетные Баллы	Баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Всего баллов	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Всего баллов	Штрафные баллы	Зачетные баллы
1	ЗВО	146	-	130.5	304,4	-	244.8	29	-	0	20	-	20	-	-	9	41	3	38
2	ЮВО	121	-	109.5	264	-	188.6	37	-	24.6	0	-	0	-	-	7	31	4	27
3	ЦВО	133	-	132	200	-	108	30	-	0.3	35	-	35	-	-	20	43	3	40
4	ВВО	111	-	103	176	-	63.8	7	-	0	0	-	0	-	-	9	29	7	22
5	СФ	90	-	59	99	-	29.2	23	-	0	0	-	0	-	-	5	44	2	42
6	ЧФ	112	-	109.5	117	-	65.2	39	-	24	0	-	0	-	-	4	35	4	31
7	ВДВ	108	-	78	159	-	47.4	38	-	17.4	20	-	20	-	-	13	38	2	36
8	НВВКУ (1)	178	-	176	290	-	214.8	59,6	-	59.6	35	-	35	-	-	10	33	6	27
9	НВВКУ (2)	165,5	-	165	196	-	149.8	56	-	53	35	-	35	-	-	4	38	1	37
10	ДВОКУ	117	-	86	180	-	70.4	31	-	3,4	0	-	0	-	-	10	33	5	28
11	ВНГ РФ	138	-	120	182	-	120.4	31	-	11	30	-	30	-	-	14	34	5	29

Таблица 5 – Результаты пятого этапа соревнований

№ п/п	Команда	Преодоление водной преграды				Норматив по инженерной подготовке «Подготовка к подрыванию и подрывание отдельных объектов»				Марш-бросок на 5-10 км с боевой стрельбой			Вождение на плаву				Преодоление дистанции бега с последующим участием в поединке по условиям АРБ				Итого за 5 этап		Место на 5 этапе
																	До 70 кг		До 80 кг				
		Время	Баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Время	Баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Время	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Время	Всего баллов	Штрафные баллы	Зачетные баллы	Время	Место в поединке	время	Место в поединке	Зачетные баллы	Штрафные баллы	Зачетные баллы	
1	ЗВО	12.02	89.4	-	89.4	12.17	0	17	0	33.45	80.7	69.3	8.20	14,3	10	4.3	3.45	-	3.54	3	25	107.7	188	7
2	ЮВО	12.00	89.6	-	89.6	3.26	100	42	58	34.30	94.2	55.8	8.10	17,3	5	12.3	3.52	-	4.23	-	-	141.2	215.7	6
3	ЦВО	13.17	81.9	-	81.9	6.05	70	13	57	31.42	43.8	106.2	9.26	-5,5	20	0	3.35	3	3.34	2	75	76.8	320.1	3
4	ВВО	11.58	89.8	-	89.8	8.42	27	28	0	34.30	94.2	55.8	6.50	41,3	15	26.3	3.31	-	3.29	-	-	52.2	171.9	8
5	СФ	16.53	63	5	55.3	13.49	0	16	0	35.50	118.2	31.8	8.47	6,2	40	0	3.56	-	3.49	-	-	179.2	87.1	11
6	ЧФ	14.17	75.9	5	70.9	6.55	58	44	14	33.26	75	75	8.33	10,4	10	0.4	3.45	-	3.55	-	-	134	160.3	9
7	ВДВ	13.30	80.6	2	78.6	5.43	73	54	19	37.15	143.7	6.3	12.09	-43,6	40	0	3.57	-	3.46	-	-	239.7	103.9	10
8	НВВКУ (1)	10.38	97.8	10	87.8	5.10	79	-	79	29.16	-	150	6.27	48,2	10	38.2	3.40	1	3.29	1	200	20	555	1
9	НВВКУ (2)	12.30	86.6	-	86.6	5.33	75	5	70	30.07	15.3	134.7	6.21	50	5	45	3.48	2	3.46	-	50	25.3	386.3	2
10	ДВОКУ	10.16	100	-	100	4.44	84	54	30	31.19	36.9	113.1	8.08	17,9	5	12.9	3.37	-	3.53	-	-	95.9	256	4
11	ВНГ РФ	12.32	86.4	-	86.4	5.20	77	35	42	32.03	50.1	99.9	11.20	-39,7	25	0	3.42	-	3.31	-	-	110.1	228.3	5

Таблица 6 – Результаты выступления команд ВС России в 2019-2020 гг.

№ п/п	Команда	Место за этап										МЕСТО ЗА КОНКУРС	
		1 этап		2 этап		3 этап		4 этап		5 этап			
		2020	2019	2020	2019	2020	2019	2020	2019	2020	2019	2020	2019
1.	ЗВО	11	10	5	7	4	9	2	4	7	7	4	8
2.	ЮВО	7	5	3	1	5	2	4	3	6	5	2	2
3.	ЦВО	8	2	10	8	3	3	5	5	3	4	3	5
4.	ВВО	9	9	8	9	7	6	10	7	8	8	8	9
5.	СФ	10	8	11	10	11	10	11	10	11	10	10	10
6.	ЧФ	4	4	6	6	6	7	7	9	9	6	7	7
7.	ВДВ	6	6	9	2	8	5	9	8	10	9	9	6
8.	НВВКУ	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1
9.	ДВОКУ	5	3	4	4	9	8	8	6	4	2	5	4
10.	ВНГ РФ	3	7	7	5	10	4	6	1	5	3	6	3

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, анализ соревнований показывает, что они приобретают большую популярность как в Вооруженных Силах России, так и в армиях иностранных государств[1-5].

Они демонстрируют собой сплав физической и военно-профессиональной подготовки военнослужащих. А их содержанием являются такие комплексные упражнения, по результатам которых можно оценивать профессиональную подготовку военнослужащих. Данное комплексное упражнение для разведчиков сложное в организации проведения и требует значительного временных затрат. Применять его можно в практике боевой подготовки для проверки результатов обучения военнослужащих как итоговую оценку подготовленности военнослужащих.

Однако анализ результатов соревнований показывает, что для получения объективной оценки подготовленности военнослужащих в данном комплексном упражнении требуется исследование результатов в каждом отдельном упражнении, их вклад в общую оценку результата, определение объективности оценки результата в том или ином упражнении.

Данное комплексное упражнение с последующей корректировкой его содержания можно рекомендовать для включения в проект нового Наставления по физической подготовке.

ЛИТЕРАТУРА

1. Положение о проведении Международного конкурса «Отличники войсковой разведки» в рамках «Армейских международных игр – 2020» : приказ Министра обороны Российской Федерации от 21 января 2020 г. № 23.
2. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009) : приказ Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. № 200.
3. Сводные протоколы результатов выступления команд округов на первенство ВС России в 2019-2020 гг. – Москва, ЦСКА-2019, 2020 гг.
4. 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.
5. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Statement on the international competition «Excellent military intelligence» within the framework of «Army International Games 2020.»Order of the Russian Defence Minister No 23 of January 21, 2020.
2. Physical Training Manual in the Russian Armed Forces (PTM - 2009).
3. Consolidated protocols of the results of the district teams' performance at the championship of the Russian Armed Forces. – Moscow : CSKA Moscow-2019, 2020.
4. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
5. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 796.07

ОБОБЩЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ОБУЧЕНИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ВОЕННОЙ ПОЛИЦИИ СТРЕЛЬБЕ ИЗ БОЕВОГО РУЧНОГО КОРОТКОСТВОЛЬНОГО ОРУЖИЯ

Бобровик Артем Павлович, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической подготовки и прикладных единоборств Санкт-Петербургский университет МВД России, Санкт-Петербург;

Дутчак Павел Романович, кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Краев Сергей Александрович, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры физической подготовки и спорта, Военная академия материально-технического обеспечения имени генерала армии А.В. Хрулёва, Санкт-Петербург;

Сидоров Александр Юрьевич, соискатель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

GENERALIZATION OF PEDAGOGICAL EXPERIENCE ON IMPROVING THE TRAINING OF MILITARY POLICE PERSONNEL IN SHOOTING FROM COMBAT HAND-HELD SHORT-BARRELED WEAPONS

Bobrovik A.P., Candidate of Pedagogics, Associate Professor at the Department of Physical Training and Applied Martial Arts, St. Petersburg University of the Russian Interior Ministry, St. Petersburg;

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;

Kraev S.A., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Department of Physical Training and Sports, the Khrulyev Military Academy of Logistics, St. Petersburg;

Sidorov A.Yu., Applicant of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В данной статье затрагиваются одни из наиболее эффективных и простых в применении средств и форм обучения военнослужащих военной полиции стрельбе из боевого ручного короткоствольного оружия, раскрываются основные направления формирования навыка уверенно-безопасного обращения с боевым огнестрельным оружием, приводятся перспективные тенденции развития огневой подготовки, даются практические рекомендации по ее совершенствованию.

Ключевые слова:

военнослужащий военной полиции, стрельба из боевого ручного короткоствольного оружия, обучение, сбивающие факторы, психологическая подготовка, физическая подготовка.

Abstract:

This article deals with some of the most effective and easy-to-use facilities and forms of training military police personnel to shoot from combat hand-held short-barreled weapons, reveals the main directions of forming the skill of confident and safe handling of combat firearms, provides promising trends in the development of fire training, and gives practical recommendations for its improvement.

Key words:

military police soldier, shooting from combat hand-held short-barreled weapons, training, knocking down factors, psychological training, physical training.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время все большую актуальность приобретают проблемы поиска адекватных форм и методов обучения военнослужащих военной полиции обращению с боевым

огнестрельным оружием и производством выстрела из него. Многие перспективные тенденции развития огневой подготовки в этом направлении в основном реализованы, однако часть из них, на наш взгляд, заслуживает внимания.

Подготовка высококвалифицированного сотрудника силовых ведомств представляет собой сложный учебно-педагогический процесс, направленный на всестороннее гармоничное развитие личности, совершенствование его физических качеств и психических свойств. Одним из приоритетных направлений в этой области обучения и воспитания в образовательных организациях силовых ведомств России, на наш взгляд, является физическая и огневая подготовка сотрудника. Здесь в полной мере проявляются и раскрываются те физические качества, способности и свойства психики, которые присущи данному конкретному человеку, что, в свою очередь, позволяет профессорско-преподавательскому составу акцентировать свое внимание на индивидуальных аспектах обучения, которые в данный момент требуют корректировки [1,9,10].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Рассматривая задачи обучения сотрудников военной полиции стрельбе из боевого оружия, прежде всего, следует отметить необходимость формирования у них навыков уверенно-безопасного владения оружием, воспитания ответственного обращения с ним, что также относится к вопросам подготовки стрелка. Данное положение включает в себя не только соблюдение мер безопасности при проведении стрельб, но и основные принципы обращения с оружием как в служебное время, так и во внеслужебное (всегда обращаться с оружием, как с заряженным) [2].

Одним из перспективных направлений повышения уровня стрелковой подготовленности военнослужащих военной полиции мы считаем совершенствование качества стрельбы за счет улучшения:

– техники выполнения выстрела;

– функционального состояния стрелка.

Общеизвестно, что биомеханическая система «стрелок-оружие», образующаяся при стрельбе из боевого ручного короткоствольного оружия, представляет собой сложный механизм взаимодействий мышц и суставов. Иначе говоря, тело стрелка состоит из отдельных звеньев биомеханической цепи, соединенных между собой и находящуюся в соответствующем равновесии (имеющую выраженный индивидуальный характер). Любое, даже незначительное, внешнее либо внутреннее воздействие на эту систему приводит к нарушению этого равновесия и соответственно дополнительным ошибкам при производстве выстрела.

Отсутствие знаний по биомеханике движений в стрелковой подготовке зачастую негативно сказывается при совершенствовании обучения военнослужащих военной полиции стрельбе из короткоствольного оружия (стойки и другие положения для стрельбы из-за укрытий, с колена, лежа, стрельба в движении и т. д.).

Многолетний опыт проведения практических стрельб позволяет авторам исследования к основным внешним сбивающим факторам, влияющим на результативность стрельбы, отнести:

– погодные условия (порывы ветра, снег, дождь, град, жара, мороз и т. п.);

– время суток (освещение, яркие лучи солнца, сумерки, облачность и т. п.);

– звуковые раздражители (шум выстрелов, боевой техники, взрывы гранат и других боевых и имитационных боеприпасов и т. п.);

– средства бронезащиты и другую служебно-профессиональная экипировку (стесняет движения, усложняет тонко-координационные действия, затрудняет дыхание и др.).

В то же время заслуживают внимания и внутренние сбивающие факторы, осознанно воздействуя на которые военнослужащие военной полиции могут существенно повысить качество и эффективность стрельбы из боевого огнестрельного оружия. Основными из них мы считаем:

– повышение частоты сердечных сокращений. Высшим проявлением управления своим сознанием у квалифицированного стрелка считается умение произвести выстрел в промежутках между ударами сердцебиения, т. е. необходимо добиться следующего: выплеск крови в аорту – выстрел – выплеск крови в

аорту. В этом случае достигается наибольшая устойчивость оружия при наводке в цель. При учащенном сердцебиении, возникающем при значительном волнении либо недостаточной функциональной подготовленности стрелка, данный алгоритм соблюдать крайне сложно;

– изменение дыхания. Не все руководители боевых стрельб, а также стрелки в должной мере уделяют внимание процессу постановки правильного дыхания при боевой стрельбе, ошибочно считая, что правильное дыхание не является основным элементом прицельного выстрела [3]. Дыхание может быть произвольным, независимым от нашего сознания, и контролируемым, когда вдох – выдох, либо задержка дыхания контролируется нашим сознанием и подвластна ему. Дыхание в значительной степени влияет на производство выстрела, так как его (выстрел) целесообразно выполнять при задержке дыхания, а не во время непосредственно вдоха либо выдоха. Неопытный же стрелок сосредотачивает свое внимание только на прицеливании и плавном спуске курка или на правильном дыхании, а зачастую забывает о задержке дыхания перед выстрелом, что также приводит к дополнительным ошибкам.

Авторы работы настоятельно рекомендуют особое внимание уделять управлению дыханием стрелка не только при выполнении стандартных стрелковых статических упражнений и нормативов, но и после физической нагрузки (кросс по пересеченной местности, бег с ускорениями, преодоление препятствий, переползания, силовые упражнения и т. д.). Осознанное управление дыханием, переходящим в навык перед производством выстрела, – основа правильной постановки дыхания у стрелков из боевого огнестрельного оружия и одна из главных составляющих учебно-тренировочного процесса;

– снижение остроты зрения. Стрелок не должен чрезмерно долго выполнять прицеливание, т. к. по истечении 10-15 секунд зрительный анализатор перестает замечать неточности, вследствие чего сотрудник военной полиции может допустить грубые ошибки при стрельбе из боевого оружия. Кроме того, при выполнении скоростных стрелковых упражнений, имитирующих ситуации неожиданного столкновения с вооруженным правонарушителем, длительное прицеливание не позволит уложиться во временной норматив. Результаты специальных исследований свидетельствуют о том, что зажмуривание одного глаза вызывает рефлекторное снижение остроты другого (открытого) глаза на 15-20%. Крайне важно при стрельбе из боевого штатного оружия учитывать данные свойства человеческого организма [4]. Одним из наиболее эффективных упражнений в этом направлении мы предлагаем тренировку спуска курка в темноте либо с закрытыми глазами, где все внимание обучаемого стрелка будет направлено на обработку спуска курка;

– изменение артериального давления. Аналитический обзор специальной литературы по данной тематике свидетельствует, что в обычном состоянии у хорошо подготовленного в физическом отношении стрелка нормальным считается артериальное давление, показатели которого составляют 130/80 мм. рт. ст. Однако во время контрольных стрельб оно может достигать до 170/90 мм. рт. ст., что, в свою очередь, значительно увеличивает тремор, что приводит к увеличению колебания оружия и неточному выстрелу;

– повышенная возбудимость центральной нервной системы. Данный аспект приводит к рассеиванию внимания, у военнослужащего военной полиции теряется контроль над прицельными приспособлениями. Раздражающие факторы внешней среды могут поспособствовать более сильному возбуждению центральной нервной системы, что усугубит отрицательное воздействие на производство точного выстрела. Экспериментальным путем установлено, что в некоторых случаях нарушение равновесия биомеханической системы «стрелок-оружие» при боевой стрельбе из огнестрельного оружия также негативно влияет на психологическое состояние стрелка;

– движения, связанные с жизнеобеспечением организма военнослужащего военной полиции. К ним относятся экскурсия грудной клетки, движения диафрагмы, толчки при работе сердечной мышцы. Они также могут нарушать систему «стрелок-оружие» при стрельбе из короткоствольного оружия и относятся к сбивающим факторам, влияющим на результативность стрельбы. Следует обращать внимание и на то обстоятельство, что

степень воздействия данных сбивающих факторов на стрелка – военнослужащего военной полиции, зависит от уровня его физической подготовленности.

На наш взгляд, заслуживает внимания и вопрос формирования навыков точной стрельбы у военнослужащих военной полиции в состоянии физического утомления. Многолетний опыт проведения практических стрельб подтверждает, что этот эффект обеспечивается за счет тренировки у стрелка специальной выносливости и значительно уменьшает тремор при производстве выстрела.

Обобщение нами личного педагогического опыта подготовки стрелков из боевого оружия высшей квалификации и проведения учебно-тренировочных и зачетных стрельб, позволяет сделать вывод о том, что в ходе общей психологической подготовки стрелка (военнослужащего военной полиции) целесообразно использовать методические приемы саморегуляции психического состояния, включающего приемы аутогенной и идеомоторной тренировки, регуляцию ритма, частоты и глубины дыхания.

При подготовке стрелка – военнослужащего военной полиции нужно строго соблюдать принцип постепенного усложнения упражнений из курса стрельб и повышения степени ответственности. Мы рекомендуем следующую последовательность в применении методических приемов при обучении военнослужащего военной полиции стрельбе из боевого ручного короткоствольного оружия: стрельба на кучность, стрельба на результат, стрельба с нестандартным заданием, дуэльная стрельба, зачетная стрельба, спортивные соревнования из боевого оружия.

Анализ своего многолетнего педагогического и служебного опыта позволяет авторам статьи считать, что самостоятельно добиться высоких результатов в стрельбе достаточно сложно, но освоить приёмы психологической подготовки к стрельбе и подготовить себя к реальной стрелковой ситуации вполне возможно [5].

Формальное выполнение команд руководителя стрельб, не подкрепленное интенсивной интеллектуальной работой стрелка, к положительному результату не приведёт. Необходимо, чтобы у обучающегося возникло страстное желание достичь высокого уровня мастерства как при обращении с оружием, так и при производстве выстрела [6].

Нами разработан и апробирован на практике в условиях проведения учебно-тренировочных стрельб комплекс средств регуляции и саморегуляции эмоционального состояния военнослужащего военной полиции при стрельбе из боевого короткоствольного оружия. Он включает в себя средства и методы формирования высокого уровня мотивации, адекватных целевых установок и уверенности в успехе, дыхательные упражнения, элементы аутогенной тренировки и идеомоторной тренировки. Комплекс средств регуляции и саморегуляции эмоционального состояния достаточно эффективно используют в своей профессиональной деятельности не только спортсмены, но и сотрудники спецподразделений силовых ведомств, благодаря высоким положительным результатам и относительной простоте применяемых упражнений.

Знаменитый отечественный физиолог И.П. Павлов в своих трудах указывал, что многие функции организма (изменения ритма дыхания, кровообращения, деятельность почек, печени, кишечника и т. д.) можно вызвать соответствующим условным сигналом. Это положение крайне актуально использовать военнослужащим венной полиции при совершенствовании стрельбы из боевого ручного короткоствольного оружия. Для того, чтобы вызвать соответствующую ярко выраженную реакцию организма хорошо подготовленного в профессиональном отношении военнослужащего военной полиции, бывает достаточно произнести одно слово, например, команда: «огонь!», к бою!». В данном случае она вызовет яркое представление, ощущение опасности и способах ее преодоления.

Мы считаем наиболее значимым тот факт, что военнослужащие военной полиции могут воздействовать на основные функции своего организма (уменьшить либо увеличить частоту сердечных сокращений; заставить кровеносные сосуды расшириться или сузиться и т. д.) не прямым, а опосредованным способом. Обычным мысленным приказом самому себе этого вряд ли можно добиться, а вот при представлении определенной служебной ситуации, при которой возникают подобные явления, достигнуть этого вполне возможно.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, мы сделали вывод о том, что овладеть психофизиологическим процессом, влияющим на так называемые непроизвольные функции организма военнослужащих военной полиции и правильно его использовать поможет комплекс средств регуляции и саморегуляции эмоционального состояния [8].

В заключение мы считаем необходимым отметить то, что в данной работе, конечно же, рассмотрены далеко не все вопросы, затрагивающие структуру и сущность боевой и физической готовности военнослужащих военной полиции к служебно-профессиональной деятельности.

Эта задача может быть полно решена в дальнейшем усилиями других авторов [7] с целью выработки научно обоснованной методики обучения военнослужащих военной полиции меткой стрельбе из боевого короткоствольного оружия, в том числе и после физических нагрузок.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бобровик, А. П. Физические качества и психические свойства личности сотрудника силовых ведомств, их взаимосвязь в процессе обучения в образовательных организациях силовых ведомств России / А. П. Бобровик, А. Ю. Сидоров, Ф. В. Лулаков // Физическая культура и спорт в системе высшего и среднего профессионального образования : мат-лы VIII Междунар. науч.-метод. конф., посвящ. 75-летней годовщине Победы советского народа в Великой Отечественной войне. 20 марта 2020 года. – Уфа : Издательство УГНТУ, 2020. – С. 28-32.
2. Бобровик, А. П. Актуальные проблемы обучения сотрудников силовых ведомств стрельбе из 9мм пистолета Макарова (памяти учителей и тренеров посвящается) / А. П. Бобровик // Физическая культура в системе профессионального образования: идеи, технологии и перспективы : сб. мат-лов V Всерос. науч.-практ. конф. – Омск, 2020. – С. 47-49.
3. Бобровик, А. П. Совершенствование процесса обучения сотрудников силовых ведомств стрельбе из 9-мм пистолета Макарова с использованием методики задержки дыхания / А. П. Бобровик // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. – 2020. – № 2 (39). – С. 234-235.
4. Бобровик, А. П. Методические рекомендации, существенно влияющие на повышение уровня стрелковой подготовленности сотрудников полиции / А. П. Бобровик, Л. В. Никулин // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2019. – № 1 (55). – С. 83-87.
5. Бобровик, А. П. Некоторые особенности психологической подготовки сотрудников полиции к стрельбе в служебно-прикладных видах спорта / А. П. Бобровик, А. Ю. Сидоров // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. – 2020. – № 1 (38). – С. 23-25.
6. Бобровик, А. П. Методологические особенности обучения сотрудников полиции стрельбе из боевого огнестрельного оружия, существенно влияющие на результативность стрельбы / А. П. Бобровик, А. А. Любаков// Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2017. – № 1 (73). – С. 161-165.
7. Бобровик, А. П. Физическая подготовка сотрудников полиции: проблемы и пути их решения / А. П. Бобровик, А. А. Любаков // Физическая культура и спорт в структуре профессионального образования: ретроспектива, реальность и будущее. Посвящается 300-летию российской полиции : мат-лы межведомственного круглого стола. – 2018. – С. 10-14.
8. Афанасьева, И. А. Современный взгляд на проблему обучения сотрудников военной полиции стрельбе из боевого оружия / И. А. Афанасьева, А. П. Бобровик, С. А. Краев [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 11 (189). – С. 33-38.
9. 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.
10. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Bobrovik, A. P. Physical qualities and mental properties of the personality of an officer of law enforcement agencies, their relationship in the process of training in educational institutions of law enforcement agencies of Russia / A. P. Bobrovik, A. Yu. Sidorov, F. V. Lulakov // Physical education and sport in the system of higher and secondary vocational education : Proceedings of the 8th International Scientific and Methodological Conference dedicated to the 75th anniversary of the Victory of the Soviet People in the Great Patriotic War. March 20, 2020.– Ufa : USNTU Publishing House, 2020. – P. 28-32.

2. Bobrovik, A. P. Actual problems of training employees of law enforcement agencies to shoot from a 9mm Makarov pistol (dedicated to the memory of teachers and coaches) / A. P. Bobrovik // Physical training in the system of professional education: ideas, technologies and prospects : Proceedings of the 5th All-Russian Scientific and Practical Conference. – Omsk, 2020. – P. 47-49.
3. Bobrovik, A. P. Improving the process of training employees of law enforcement agencies to shoot from a 9-mm Makarov pistol using the method of breath retention / A. P. Bobrovik // Vestnik of the Barnaul Law Institute of the Russian Interior Ministry. – 2020. – No. 2 (39). – P. 234-235.
4. Bobrovik, A. P. Methodological recommendations that significantly affect the increase in the level of rifle training of police officers / A. P. Bobrovik, L. V. Nikulin // Vestnik of the Kaliningrad Branch of the St. Petersburg University of the Russian Interior Ministry. – 2019. – No. 1 (55). – P. 83-87.
5. Bobrovik, A. P. Some features of psychological training of police officers to shooting in service and applied sports/ A. P. Bobrovik, A. Yu. Sidorov // Vestnik of the Barnaul Law Institute of the Russian Interior Ministry. – 2020. – No. 1 (38). – P. 23-25.
6. Bobrovik, A. P. Methodological features of training police officers to shoot from combat firearms, significantly affecting the effectiveness of shooting / A. P. Borovik, A. A. Lyubakov // Vestnik of the St. Petersburg University of the Russian Interior Ministry. – 2017. – No. 1 (73). – P. 161-165.
7. Bobrovnik, A. P. Physical training of police officers: problems and ways to solve them / A. P. Bobrovnik, A. A. Lyubakov // Collection «Physical training and sport in the structure of professional education: a retrospective, reality and the future» dedicated to the 300th anniversary of the Russian police : Proceedings of the interdepartmental round table. – 2018. – P. 10-14.
8. Afanasyeva, I. A. Modern view on the problem of training military police officers to shoot from combat weapons / I. A. Afanasyeva, A. P. Bobrovik, S. A. Kraev [et al.] // Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2020.– No. 11 (189). – P. 33-38.
9. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
10. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 355.542.4

ОСОБЕННОСТИ ДЕЙСТВИЙ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ ПРИ ПОПАДАНИИ В ЗАСАДЫ, ОРГАНИЗОВАННЫХ БОЕВИКАМИ

Губенков Андрей Олегович, кандидат юридических наук, начальник кафедры огневой подготовки и деятельности органов внутренних дел в особых условиях, Орловский юридический институт МВД России им. В.В. Лукьянова, Орёл.

PECULIARITIES OF ACTIVITIES OF EMPLOYEES OF INTERNAL AFFAIRS UNDER CONVENIENCE IN WELLS ORGANIZED BY FIGHTERS

Gubenkov A.O., Candidate of Pedagogics, Head of the Department of the Fire Training and the Activities of Law Enforcement Agencies in Special Circumstances, the Lukyanov Orel Law Institute of the Russian Interior Ministry.

Аннотация:

В статье рассматриваются наиболее эффективные способы организации действий личного состава в противозасадных мероприятиях в процессе выполнения служебно-боевых задач посредством анализа видов засад и основных причин попадания сотрудников органов внутренних дел в засады боевиков.

Ключевые слова:

засада, контрзасада, антизасада, боевики, боестолкновение, Северо-Кавказский регион.

Abstract:

The article considers the most effective ways of organizing the actions of personnel in anti-landing measures in the process of performing service and combat tasks by analyzing the types of ambushes and the main reasons for the involvement of law enforcement officers in militant ambushes.

Key words:

Ambush, counter ambush, anti-ambush, gunmen, fighting, North-Caucasian region.

ВВЕДЕНИЕ

Отечественная и мировая практика ведения боевых действий неоднократно подтверждала, что нападение из засады всегда является наиболее эффективным способом тактики боевых действий малыми группами. К сожалению, следует констатировать тот факт, что этот наиболее доступный, выгодный, эффективный и сравнительно безопасный вид нападения не только на автоколонны сотрудников органов внутренних дел, но и другие силовые ведомства до сих пор широко используется боевиками на территории Северо-Кавказского региона. И несмотря на то, что ситуация в данном регионе относительно стабилизировалась, актуальность данного вопроса еще стоит остро.

Усугубляется эта проблема и тем, что специальной литературы, посвящённой тактике, организации и ведению засад, достаточно большое количество в открытом доступе, что ведет к её активному использованию в качестве учебного пособия боевиками в своей противоправной деятельности. Однако при всей очевидной насущности проблемы безопасного передвижения сотрудников органов внутренних дел как в составе пешей, так и автоколонны решению данной задачи не уделялось должного, комплексного внимания ни в научно-прикладных, ни тем более в монографических исследованиях, рассматривающих вопросы противозасадных действий.

В связи с чем целью настоящей статьи является определение наиболее эффективных способов организации действий личного состава в противозасадных мероприятиях в процессе выполнения служебно-боевых задач посредством анализа видов засад и основных причин попадания сотрудников органов внутренних дел в засады боевиков.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

К слову сказать, попадание в засаду не всегда является свидетельством слабой и непрофессиональной работы личного состава, так как засада, в ее классическом понимании, подразумевает под собой достижение решающего преимущества над противником за счёт заблаговременного расположения своих формирований на наиболее вероятном маршру-

те продвижения врага [1]. На наш взгляд, по своей сущности «засада» несет в себе более емкое понятие, и в данную дефиницию вкладывается определенный смысл, включающий совокупность следующих характерных черт:

– обычно засады (при наличии времени и условий) отрабатываются на макетах, на местности (элементах местности), похожей на местность, где предполагается их организовать;

– противник не знает, где будет нанесен удар, а может только предполагать места вероятного нападения. И, как следствие, личный состав противника находится в постоянном нервном напряжении или, наоборот, теряет бдительность от постоянного напряжения и ожидания нападения;

– место засады тщательно разведано, подготовлено, боевой расчет засады досконально просчитан;

– нападение неожиданно, внезапно. Удар наносится с близкого расстояния, огонь перекрестный, кинжальный, в первые минуты огонь шквальный, плотность его максимальна;

– скрытное расположение засады, что достигается соблюдением мер маскировки на местности и радиомолчанием, точностью разведданных;

– организованы система огня и маневры огнем, силами и средствами (определяются сектора обстрела каждого бойца, зоны ответственности групп, зоны полного огневого поражения, распределение целей и порядок их поражения);

– места предполагаемого расположения целей тщательно пристрелены, прицелы и поправки соответствуют местным и погодным условиям. Пути предполагаемого отхода, обхода, развертывания в боевой порядок сил противника обычно минированы.

Однако, при всей внезапности и агрессивности таких боестолкновений, виктимность сотрудников органов внутренних дел во многом определяет вероятность оказаться в данной ситуации и тяжесть последствий выхода из неё. К наиболее типичным причинам можно отнести правовой нигилизм к ведомственным приказам, регулирующим правоотношения в данной сфере, нивелирование значения угрозы из-за долгого отсутствия конфликтных ситуаций, связанных с применением огнестрельного оружия в служебно-боевых целях, и недостаточность необходимых профессиональных компетенций.

Следует отметить, что подготовленным к участию в мероприятиях по наведению конституционного порядка на территории Северо-Кавказского региона сотрудника полиции можно считать лишь в том случае, если на каждой из стадий его профессиональной подготовки он в полном объеме приобрел необходимые умения и навыки, а применительно к теме настоящей статьи, в мероприятиях по выходу из засад.

Поэтому считаем необходимым для формирования и выработки алгоритма грамотных и профессиональных действий у сотрудников органов внутренних дел при попадании в засады, организованные боевиками, проводить дополнительные занятия с личным составом. При этом акцентировать внимание сотрудников по данному вопросу не только на занятиях по физической и огневой, но и тактико-специальной подготовке, рассматривая наиболее актуальные темы по контрзасадным мероприятиям, среди которых особого внимания заслуживают следующие:

– принципы, тактика и виды засад;

– особенности организации и ведения засадных мероприятий боевиками;

– способы и тактика выхода из засад.

Считаем целесообразным и объективно-обоснованным не рассматривать принципы, тактику и виды засад, чтобы не отступать от заявленной темы и целей статьи, к тому же информация по данному вопросу в специальной литературе имеется в необходимом объеме [2, 3]. Остановимся более подробно на следующих двух темах.

Особенности организации и ведения засадных мероприятий боевиками по своей сути очень схожи с тактикой построения таких мероприятий силовыми структурами Российской Федерации в целом и МВД России в частности. Они также тщательно планируют засады, ведут активную разведку места и объекта засады. С этой целью боевики высылают разведчиков, переодетых в гражданскую одежду, под видом местных жителей или пользуются разведданными, полученными от пособничающих или сочувствующих местных жителей.

При осуществлении разведки особое внимание уделяют информации о составе колонны, порядку ведения разведки и охранения, скорости движения, интервалу между машинами и месту в колонне командно-штабных машин. В особенности боевики стараются получить данные о маршруте движения, времени выдвижения, конечном пункте марша.

В своей преступной деятельности боевики активно используют так называемую мобильную разведку. Данная разведка заключается в том, что на вероятных маршрутах движения колонн выставляются гражданские автомашины, которые либо ожидают проход колонны на обочине под видом починки машины, либо курсируют по дорогам. В момент прохождения колонны боевики на машинах под видом гражданских лиц вклиниваются в нее и некоторое время двигаются в составе колонны. Выяснив маршрут движения, разведав силы и средства колонны, ее состав, они резко обгоняют колонну и выходят на место планируемой засады, одновременно, если позволяют условия, передают разведданные по радиостанции (мобильной связи).

В настоящее время прослеживается положительная динамика по снижению нападения на колонны МВД России, так как сотрудники полиции совместно с силами ФСБ пресекают «на корню» преступную деятельность бандгрупп в целом или их ячеек. Поэтому в последнее время излюбленная тактика боевиков – это нападения на одиночные машины сотрудников органов внутренних дел.

Так, 16 августа 2011 года на улице Коперника города Грозного в 200 метрах от временного места дислокации был расстрелян служебный автомобиль с находившимися в нем четырьмя сотрудниками отряда специального назначения УМВД России по Орловской области. Один сотрудник погиб и один получил ранение. Одной из причин засады явилась передача информации боевикам о движении сотрудников спецназа местным жителем-инвалидом.

Ещё одним примером нападения на одиночную машину сотрудников органов внутренних дел является заранее спланированная засада в ночь на 8 апреля 2017 года в городе Малгобеке Республики Ингушетия. В результате нападения был обстрелян экипаж ДПС ГИБДД на патрульной автомашине ВАЗ-2110. Огонь велся с двух сторон из автоматического оружия, по сотрудникам МВД выпустили около 60 пуль. Экипаж, состоявший из двух полицейских, погиб [4].

Следует также констатировать тот факт, что боевики не обременены не только правовыми нормами, но и нормами морали, поэтому не ограничивают себя в организации засад в многолюдных местах, таких как рынки, населенные пункты, через которые проходит дорога. Иногда такие «многолюдные места» организуются специально, чтобы усыпить бдительность разведки или головного дозора колонны. Также могут оборудовать огневые позиции в жилых домах, используя местное население, как «живой» щит.

При этом боевики не только тактически подготавливают засады, но и учитывают психологические факторы. Так, наиболее дерзкие засады устраиваются в непосредственной близости расположения блокпостов, когда внимание и бдительность сотрудников сводных отрядов полиции притупляется из-за близости со своими силами, что влечёт за собой возникновение ложной, мнимой безопасности (засады и расстрел пермского и московского областного ОМОН из Сергеева Посада в марте 2000 года).

До недавнего времени одним из распространённых методов организации засад боевиков был «капкан», заключающийся в том, чтобы заманить колонну в место, где подготовлена засада. Иными словами, они могут умышленно попытаться изменить маршрут движения колонны. Для этого боевики устраивают завалы на пути следования, устанавливают ложные дорожные указатели, знаки и т. д.

К профилактике антизасадных действий, помимо изучения тактики организации и ведения засадных мероприятий боевиками, можно отнести следующие:

– заблаговременно перед выездом колонн с личным составом проводить занятия по отражению нападения бандформирований, особое внимание уделяя спешиванию и последующему оборонительному развертыванию, а также отработке различных вводных с учетом специфики предстоящего маршрута движения и возможных видов засад;

– распределить между всеми сотрудниками сектора наблюдения и ведения огня при движении колонны;

– командиры или руководители должны организовывать и планировать движение колонн только в светлое время суток;

– все служебные выезды должны быть согласованы с вышестоящим руководством на случай своевременного прибытия подкрепления, если произойдет нападение на колонну;

– в составе охранения колонны должно находиться не менее двух единиц бронетехники, если в колонне передвигается больше десяти транспортных средств, то количество бронетехники должно быть увеличено;

– транспортные средства колонны должны быть оборудованы передатчиками помех (РП-377, «Пелена» и т. д.) для предотвращения подрыва радиоуправляемых фугасов. Личный состав вооружается автоматическим нарезным длинноствольным табельным оружием, средствами индивидуальной бронезащиты, как минимум 4 класса, мобильными средствами радиосвязи, ручными дымовыми гранатами (РДГ-2Б, РДГ-2Ч, РДГ-2Х, РДГ-2П);

– если при перевозке личного состава не используется такая бронированная техника как Урал – «Федерал», «Патруль», УАЗ «Есаул» и т. д., то, невзирая на погодные условия, не перевозить сотрудников под тентом. Так как тент и прочие покрытия создают только иллюзию безопасности, а в реальности бойцы в ней не имеют возможности оказать ни огневого сопротивления, ни произвести спешивания для занятия укрытий.

Приступая к рассмотрению способов и тактики выхода из засад, следует особо подчеркнуть, что не существует унифицированных способов и средств выхода из них. Каждое такое боестолкновение является индивидуальным, иными словами, во многом зависит от ряда субъективных и объективных причин, которые, в зависимости от степени своей выраженности, вносят свои коррективы в исход боя. Это могут быть тактические особенности рельефа местности, естественные препятствия, время года, погодные условия и условия видимости, вооружение, экипировка, конструктивные особенности транспортных средств, наличие устойчивой радиосвязи, уровень подготовленности личного состава и командира, опыт участия в подобных мероприятиях и т. д.

Несмотря на то, что нет унифицированных алгоритмов действий сотрудников, оказавшихся в засаде, анализируя положительный опыт выхода из засад, предпримем попытку в рамках настоящей статьи аккумулировать комплекс необходимых контрзасадных действий, способствующих, при соблюдении ряда правил с сочетанием определённых умений и навыков личного состава, эффективному противостоянию нападению со стороны боевиков и минимизации потерь.

Так, если засада начата поздно или малыми силами, то при обстреле одиночного или в составе колоны автомобилей, самое главное не останавливаться и как можно сильнее набрать скорость, чтобы быстрее преодолеть зону поражения, при этом необязательно открывать ответный огонь. Если засада начата слишком рано, когда в зону поражения колонна еще не вошла, то боевое хранение осуществляет огневое прикрытие, а основные силы осуществляют отход.

Оказавшись под огнем в засаде, необходимо постоянно двигаться, выходя из зоны уничтожения, и начинать контратаку на фланги противника. Если транспортная колонна подвергается нападению из засады, необходимо сделать следующее: водитель должен вывести машину из зоны обстрела, определить огневые точки противника; в это же время группа охраны открывает огонь, при этом она должна занять позицию, укрывшись за естественными или искусственными непростреливаемыми препятствиями, в том числе за машиной. Транспортные средства и личный состав, не попавшие в зону уничтожения, не должны предпринимать попытки войти туда и помочь товарищам выбраться из засады, так как в противном случае они тут же будут выведены из строя. Сотрудники органов внутренних дел должны немедленно произвести спешивание и контратаковать противника.

Аналогичными навыками должны обладать и пешие колонны или отряды. Попав в засаду, все бойцы должны быть готовы действовать быстро и решительно, не дожидаясь приказа, чтобы лишить противника его первоначального преимущества. Поэтому действия сотрудников должны быть доведены до автоматизма

при помощи выше описанных мероприятий.

При проведении контратаки против засады основной целью должен быть командир боевиков, организовавший засаду. Обычно он находится там, откуда лучше всего контролировать ситуацию. Выстрел из автомата в эту точку может вывести из строя командира и лишить противника командования. Однако нужно проявлять осторожность, чтобы самим не попасть в ловушку. Боевики, имеющие большой опыт организации засад, могут неожиданно напасть из засады, подождать ответной реакции, а затем открыть огонь совсем с другого направления основными силами противника.

Сотрудники органов внутренних дел, попавшие в засаду, должны действовать жестко и наступательно. Особое внимание необходимо уделить ударам по флангам противника, которые в идеале должны наносить бойцы, не попавшие в засаду. Столкнувшись с угрозой на своих флангах, противник прекратит огонь. Когда это произойдет, надо тут же начать его преследование. Как показывает практика, преследование проходит успешно только в условиях хорошей видимости. В противном случае вряд ли удастся отсечь противника от основных сил, и велика вероятность самим попасть еще в какую-нибудь засаду. Но, раздробив силы противника, можно ждать подкрепления, чтобы продолжить преследование.

Также следует учитывать тот фактор, что при засаде убитые и раненные появляются практически мгновенно, и, если возникает ситуация, что нет никакой возможности развить наступление, самый лучший способ – занять оборону, открыть огонь и постоянно подавлять огонь боевиков. На противника необходимо обрушить огневую мощь всех имеющихся средств ведения огня, включая пулемёты, разрывные подствольные гранаты, если имеются ручные противотанковые гранатометы и реактивные пехотные огнеметы. По возможности активно использовать ручные дымовые гранаты и шашки для маскировки огневых точек, снижения интенсивности обстрела со стороны противника, а также перегруппировки сил и средств.

Продолжая решать поставленные задачи, раскрывая заявленную тему статьи, считаем целесообразным рассмотреть особенности действий сотрудников органов внутренних дел при попадании в засады, организованные боевиками, более подробно на примере трех основных групп видов засад:

– фронтальная;

– фланговая;

– комбинированная.

Фронтальная засада, как правило, устраивается на одиночные транспортные средства. Ярким примером наиболее сложных таких засад является «V-образная». В целом фронтальная засада заключается в том, что полоса ведения огня боевиков всегда направлена по фронту расположения колонны или группы сотрудников органов внутренних дел. Наиболее типичные способы атаки сводятся к тому, что боевики, двигаясь в встречном направлении движения служебного транспорта, производят его обстрел. В данном случае единственно верное решение для бойцов, чтобы минимизировать потери, – это увеличить скорость движения, доложить руководству о случившемся, убедившись в отсутствии опасности, произвести спешивание и боевое охранение, оказать доврачебную помощь раненым, после чего продолжить движение в пункт назначения.

Другим вариантом фронтальной засады является движение боевиков в одном направлении с сотрудниками, а в удобный для первых, с точки зрения тактического преимущества, момент совершение обгона автомобиля с последующим его обстрелом. В этом случае попавшим в засаду необходимо произвести экстренное торможение и продолжить движение в противоположную сторону или спрятать транспортное средство за укрытие. Как правило, при таких атаках боевики не намерены вступать в долгие перестрелки. Если же такие варианты нет возможности воплотить, то после остановки транспортного средства необходимо произвести спешивание с последующем открытием ответного огня.

Как вариант, может рассматриваться и статичная засада (как правило, «V-образная») с целью «лобовой» атаки колонны сотрудников органов внутренних дел. Здесь для отражения нападения очень сложно придерживаться какой-то одной или двух тактик. В такой ситуации нужно немедленно оценить обстановку и воспользоваться комбинацией необходимых

контрзасадных действий, описанных выше.

Фланговая засада представляет собой нападение с правой или левой стороны колонны. Наиболее типичным видом таких засад является «Линейная», которая представляет собой на первый взгляд примитивный способ организации засад, при этом умолять её эффективность и агрессивность по сравнению с другими нецелесообразно. Особенность указанной засады заключена в том, что линия ведения огня всегда ведется прямо с левой или правой, либо обеих сторон, вследствие чего контролировать боестолкновение не представляет затруднений. В то же время у линейной засады есть и слабые стороны, которыми непременно должны воспользоваться сотрудники полиции, попавшие под обстрел.

Главный из недостатков в том, что фланги организующей засаду бандгруппы очень уязвимы для контратаки, и, тем самым, сотрудники органов внутренних дел имеют возможность перехватить инициативу. Для этого необходимо после нападения боевиков за максимально короткое время произвести спешивание и занять оборонительную позицию. И здесь самое главное не затягивать оборону, постоянно двигаться, выходя из зоны уничтожения для организации контратаки.

Боевая практика показывает, что ведение одних лишь оборонительных действий не дает положительных результатов. Оборонительное развертывание в таких случаях позволяет сдерживать противника всего на несколько минут, как раз для оценки обстановки и перегруппировки. Поэтому если не атаковать, оборона может превратиться в «агонию».

Комбинированные засады являются самыми сложными как в их организации, так и в выходе из них. Таких засад в практике боевых действий насчитывается большое количество, одними из самых распространённых и наиболее эффективных являются «Молот и наковальня», «Афганская засада», «Х-образная засада», «Г-образная засада», «Круговая» и т. д.

При грамотной организации таких видов засад боевиками потери сотрудников МВД России могут составлять от 50-60% до 100% личного состава [5].

Организация действий сотрудников органов внутренних дел и успешность такого боестолкновения будет во многом зависеть не только от умений, навыков и соблюдения необходимых контрзасадных действий, ранее описанных в данной статье, личным составом, его подготовленности, но и от количества бронетехники, пулемётов, гранат, специальных средств и т. д.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Поэтому, на наш взгляд, когда профессионализму личного состава может противостоять огневая мощь противника, необходимо более активно использовать современные спецсредства, такие как, например, беспилотные летательные аппараты. С их помощью можно не только проводить разведывательные мероприятия на предмет наличия засад, в особенности комбинированных, но и более эффективно противостоять им в случае нападения.

Новейшие беспилотные летательные аппараты способны вести воздушную разведку, находясь в воздухе до 16 часов подряд и передавая изображение на расстояние до 150 километров. Такие аппараты можно оснащать приборами ночного виденья, фото и видео фиксации, термовизором, разрывными гранатами, а также сопутствующим программным обеспечением [6]. При этом стоимость даже самых дорогих беспилотных летательных аппаратов окупится за счет большого количества спасенной дорогостоящей бронетехники, а сколько может остаться в живых наших коллег, такое преимущество сложно переоценить.

Таким образом, эффективность действий сотрудников органов внутренних дел при попадании в засады, организованные боевиками, прежде всего зависит от хорошей подготовки, решительности личного состава и руководителя (командира), а также соответствующей экипировки, вооружения и технического оснащения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Военная энциклопедия. Том 3 / Гл. ред. комиссии П. С. Грачёв и др. – М., 1995. – 543 с.
2. Носков, Г. Е. История организации партизанских формирований и их тактики действий (в честь 73-й годовщины Победы в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг.) : монография / Г. Е. Носков, В. Я. Серба.– СПб. : ВАМТО, 2018. – 220 с.
3. Морозов, С. В. Применение засад в оборонительном бою / С. В. Морозов // Научный вестник Вольского военного института материального обеспечения: военно-научный журнал. – 2016. – № 4 (40). – С. 15-19.
4. Мурадов, М. Наряд нарвался на засаду / М. Мурадов // Коммерсантъ [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.kommersant.ru/doc/3267007 (дата обращения : 27.03.2021).
5. Баранов, А. Р. Тактико-специальная подготовка войскового разведчика внутренних войск : учеб.-практ. пособие / А. Р. Баранов, Ю. Г. Маслак; под ред. Ю. Г. Маслака. – М. : Академический Проект; Екатеренбург: Деловая книга, 2006. – 368 с.
6. Петров, И. Сядут, где укажут / И. Петров // Российская газета [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://rg.ru/2018/01/09/minoborony-terrorizm-s-primeneniem-bespilotnikov-eto-novyj-vyzov.html (дата обращения : 27.03.2021).

REFERENCES

1. Military Encyclopedia. Volume 3 / Ed. P. S. Grachev [et al.]. – Moscow, 1995. – 543 p.
2. Noskov, G. E. History of the organization of partisan formations and their tactics of actions (in honor of the 73rd anniversary of the Victory in the Great Patriotic War of 1941-1945): Monograph / G. E. Noskov, V. Ya. Serba. – St. Petersburg : VAMTO, 2018. – 220 p.
3. Morozov, S. V. The use of ambushes in defensive combat // Scientific vestnik of the Volsky Military Institute of Material Support: military and scientific journal. – 2016. – No. 4 (40). – P. 15-19.
4. Muradov, M. The outfit ran into an ambush // Newspaper «Kommersant». – Available at : https://www.kommersant.ru/doc/3267007.
5. Baranov, A. R., Maslak, Yu. G. Tactical and special training of a military scout of the internal troops: An educational and practical manual / A. R. Baranov, Yu. G. Maslak; ed. by Yu. G. Maslak. – Moscow : Academic Project; Ekaterinburg : Delovaya kniga, 2006. – 368 p.
6. Petrov I. Sit Down, where they will indicate / I. Petrov // Rossiyskaya gazeta. – Available at : https://rg.ru/2018/01/09/minoborony-terrorizm-s-primeneniem-bespilotnikov-eto-novyj-vyzov.html.

УДК 796.07

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ОБУЧЕНИЯ СОТРУДНИКОВ СИЛОВЫХ СТРУКТУР НАВЫКАМ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

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;

Сидоров Александр Юрьевич, 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.

CURRENT ISSUES OF TRAINING LAW ENFORCEMENT OFFICERS IN PERSONAL SECURITY SKILLS

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 of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Sidorov A.Y., Applicant of the Research Center, 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 на основе исторического анализа рассмотрены основные подходы к обучению сотрудников силовых структур навыкам обеспечения личной безопасности, выделены наиболее значимые прикладные двигательные навыки, необходимые для обеспечения личной безопасности сотрудников.

Определено, что личная безопасность сотрудников является компонентом профессиональной подготовки, а также одним из важных условий, обеспечивающих эффективность деятельности силовых структур.

Ключевые слова:

силовые структуры, личная безопасность, прикладные двигательные навыки.

Abstract:

Based on the historical analysis, the article considers the main approaches to training law enforcement officers in personal safety skills, and highlights the most significant applied motor skills necessary to ensure the personal safety of officers.

It has been determined that the personal safety of officers is a component of professional training, as well as one of the important conditions that ensure the effectiveness of the activities of law enforcement agencies.

Key words:

security agencies, personal safety, applied motor skills.

ВВЕДЕНИЕ

Основной задачей правоохранительных органов и специальных служб (далее – силовых структур) страны является противодействие внешним и внутренним угрозам личности, обществу, государству [1]. В процессе выполнения служебных обязанностей сотрудникам силовых структур достаточно часто приходится действовать в условиях реальной угрозы их жизни и здоровью. Подготовка к действиям в экстремальных ситуациях является важной частью профессионального обучения сотрудников, однако вопросы обеспечения личной безопасности в процессе данной подготовки не всегда находят должное отражение.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Эффективность деятельности сотрудника в экстремальной ситуации можно рассматривать как критерий качества его профессиональной подготовки. В то же время сама система подготовки, сохраняя постоянство и преемственность, должна соответствовать вызовам современности.

Одним из направлений обеспечения личной безопасности сотрудников в первой половине XX века рассматривалось обучение навыкам самозащиты. Теоретическим обоснованием и организацией непосредственного обучения сотрудников занимались В.А. Спиридонов, В.С. Ощепков, Н.Н. Ознобишин, В.П. Волков, А.А. Харлампиев.

Виктор Афанасьевич Спиридонов с 1919 года преподавал предмет «защита и нападение без оружия» на Московских окружных курсах инструкторов спорта и допризывной подготовки. Он классифицировал приемы джиу-джитсу, ввел русские названия приемов, отобрал самые надежные и простые приемы, на основе которых создал к 1921 году новую систему защиты и нападения без оружия. Он обучал боевым приемам чекистов, работников милиции, командиров и бойцов пограничных войск, занимался подготовкой инструкторских кадров. В 1929 году В.А. Спиридоновым организован и проведен чемпионат московского «Динамо» по самозащите. В период с 1927 по 1933 год им подготовлен ряд книг по самозащите с грифом «Не подлежит оглашению» [2].

Василий Сергеевич Ощепков изучал дзюдо под руководством Дзигаро Кано. Он стал первым русским и четвертым иностранцем, заслужившим степень мастера по дзюдо Кодокан. После возвращения в Россию В.С. Ощепков пропагандировал дзюдо на Дальнем Востоке и в Сибири, обучал приемам самозащиты чекистов в Новосибирском обществе «Динамо». На основе дзюдо Ощепков начал создавать более совершенную прикладную борьбу, которая впоследствии получила название самбо. Благодаря усилиям В.С. Ощепкова приемы самозащиты становятся одной из норм комплекса ГТО – «Готов к труду и обороне СССР». Программа обучения Ощепкова была ликвидирована в 1934 году по требованию В.А. Спиридонова, заявившего, что это противоречит его собственной и официально утверждённой программе [3].

Нил Николаевич Ознобишин провел анализ наиболее известных западных и восточных единоборств с позиций возможного применения технических действий в рукопашном бою. Рукопашным боем он считал разновидность ближнего боя в процессе боевых действий или столкновения, в которых жизнь участников схватки ставится под угрозу. В своей книге «Искусство рукопашного боя» Н.Н. Ознобишин провел анализ распространения единоборств в армиях ведущих стран мира, показал роль рукопашного боя в деятельности полиции, отметил важное значение психологической готовности к ведению рукопашной схватки. Книга, изданная в 1930 году, была засекречена сразу же после опубликования, а переиздана только в 1998 году [4].

В 1940 году с грифом «Только для сотрудников НКВД» было издано учебное пособие для школ НКВД В.П. Волкова «Курс самозащиты без оружия «Самбо». В пособии изложены теоретические основы нового вида самозащиты, методика и техника преподавания самбо, характеристика отдельных групп приемов и особенности их совершенствования. К приемам специального назначения автором были отнесены методика и техника борьбы против противника, вооруженного винтовкой, пистолетом, ножом, короткой и длинной саперной лопатой, а также основные приемы работы с коротким финским или норвежским ножом [5].

Большой вклад в теорию и методику развития самбо внес заслуженный мастер спорта СССР Анатолий Аркадьевич Харлампиев. Его книга «Борьба самбо» издавалась четыре раза в 50-60 годах 20 века. Помимо спортивного раздела, А.А. Харлампиев активно работал над совершенствованием боевого раздела самбо. На основе приемов спортивной борьбы (борьбы самбо) им разработаны приемы самозащиты, позволяющие отразить нападение противника и сковать его (сделать небоеспособным), а также приемы нападения на противника с целью быстрого нанесения ему поражения. В этот раздел включены удары, удушающие захваты, кратковременные болевые воздействия (сжимания и надавливания),

повреждения позвоночника, опасные (заканчивающиеся травмой) броски. Перехватыванием инициативы автор называл защитно-атакующие комбинации, используемые при нападении невооруженного противника. Он акцентировал внимание на способах использования предметов окружающей обстановки для нанесения травм в ходе рукопашной схватки [6].

Перечисленные факты свидетельствуют об активном внедрении в систему профессиональной подготовки сотрудников силовых структур различных единоборств, которые развивались по двум направлениям – спортивном (борьба самбо) и служебно-прикладном (защита и нападение без оружия). Методики подготовки сотрудников не подлежали разглашению, что в определенной мере давало им некоторые преимущества в противоборстве с правонарушителями.

Распространение восточных и западных единоборств в СССР, а позднее и в России, начиная с 70-80 годов XX века, ухудшение криминогенной обстановки заставили вновь обратиться к вопросам обеспечения личной безопасности не только сотрудников силовых структур, но и обычных граждан. В 90-е годы XX века специалистами по прикладным и спортивным единоборствам (А.Е. Тарас, 1998, 2000; Ю.Ю. Сенчуков, 2000; М.И. Колтунец, 2003) было уделено внимание теоретическим и практическим аспектам обеспечения личной безопасности [7-13].

Авторы акцентировали внимание на отличиях спортивных единоборств от реальных столкновений криминального характера с применением физической силы, а также психологических и тактических аспектах подобных ситуаций. В реальном столкновении нападение происходит неожиданно, как правило, с численным превосходством. Для максимальной эффективности нападающими могут использоваться разные виды оружия, подручные средства травмирующего воздействия, а также действия, запрещенные в спортивных единоборствах.

Ряд сформулированных рекомендаций будет актуален в настоящее время и для сотрудников силовых структур, и для обычных граждан.

1. В случае, когда столкновения избежать не удалось, действовать нужно решительно, не отдавая инициативу противнику или противникам.

2. Опасен любой противник независимо от роста, веса, возраста и прочих индивидуальных характеристик.

3. Кроме технической подготовленности большое значение имеет психологическое состояние в момент столкновения и умение им управлять.

4. Наиболее эффективными будут простые, но отработанные до автоматизма приемы и действия.

5. Любой предмет, являющийся подручным средством, можно превратить в эффективное оружие.

Анализ доступной литературы и обобщение опыта практической работы по подготовке сотрудников силовых структур позволил выделить наиболее значимые прикладные двигательные навыки, необходимые для обеспечения личной безопасности сотрудников. К ним относятся:

– навыки применения огнестрельного оружия, в том числе навыки быстрого извлечения и приведения оружия в боевое положение;

– навыки применения физической силы, в том числе боевых приемов борьбы;

– навыки оказания первой помощи.

В содержание занятий по овладению боевыми приемами борьбы целесообразно включать защитные и атакующие действия, позволяющие вести противоборство с невооруженным и вооруженным противником, с оружием и без оружия. При этом обучение приемам и действиям должно быть направлено:

– на формирование индивидуальной техники, максимально соответствующей особенностям физического развития и физическим кондициям каждого обучающегося;

– на решение ситуационных задач с применением боевых приемов борьбы, в том числе действий по силовому задержанию, связыванию, конвоированию в одиночном порядке и в составе группы;

– на формирование психологической готовности к применению физической силы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Задача формирования навыков личной безопасности не может быть решена исключительно средствами и методами физической подготовки. Она предполагает творческое применение знаний, умений и навыков, полученных в процессе изучения дисциплин юридического и оперативного профиля.

На наш взгляд, использование ресурсов физической подготовки в решении данной задачи способствует интеграции межпредметных связей в ходе профессионального обучения сотрудников силовых структур, повышению уровня их готовности к действиям в экстремальных ситуациях при решении оперативно-служебных задач.

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. Спиридонов, В. А. Система «САМ». Самозащита без оружия / В. А. Спиридонов [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.labirint.ru/books/718117/ (дата обращения : 20.09.2020).
3. Куланов, А. Е. Ощепков / А. Е. Куланов. – М. : Молодая гвардия, 2017. – 383 с.
4. Ознобишин, Н. Н. Искусство рукопашного боя / Н. Н. Ознобишин. – М. : НКВД РСФСР, 1930. – 226 с.
5. Волков, В. П. Курс самозащиты без оружия «Самбо» / В. П. Волков. – М., 1940. – 543 с.
6. Самбо. Специальные приемы / Сост. А. А. Харлампиев. – М. : Военное издательство МО Союза ССР, 1953. – 110 с.
7. Тарас, А. Е. Боевая машина: руководство по самозащите / А. Е. Тарас. – Мн. : Харвест; М. : ООО «Издательство АСТ», 2000. – 592 с.
8. Тарас, А. Е. Рукопашный бой СМЕРШ / А. Е. Тарас. – Минск : «Харвест», 2000. – 400 с.
9. Тарас, А. Е. Оружие уличного бойца / А. Е. Тарас, А. В. Владзимирский. – Мн. : Харвест; М. : ООО «Издательство АСТ», 2000. – 256 с.
10. Сенчуков, Ю. Ю. Да-цзе-шу – искусство пресечения боя / Ю. Ю. Сенчуков. – Мн. : «Современное слово», 2000. – 352 с.
11. Колтунец, М. И. Самооборона. Самоучитель / М. И. Колтунец. – Ростов н/Д : «Феникс», 2003. – 416 с.
12. 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.
13. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Law of the Russian Federation of 5 March 1992 No. 2446-I «On security» (null and void). – Available at : https://base.garant.ru/10136200/.
2. Spiridonov, V. A. System «SAM». Self-defense without weapons. – Available at : https://www.labirint.ru/books/718117/.
3. Kulanov, A. E. Oshchepkov / Kulanov, A. E. – Moscow : Molodaya gvardiya, 2017. – 383 p.
4. Oznobishin, N. N. The art of hand-to-hand combat / N. N. Oznobishin. – Moscow : NKVD of the RSFSR, 1930. – 226 p.
5. Volkov, V. P. Course of self-defense without weapons «Sambo». – Moscow, 1940. – 543 p.
6. Sambo. Special techniques / Comp. A. A. Kharlampiev. – Moscow : Military Publishing House of the USSR Defence Ministry, 1953. – 110 p.
7. Taras, A. E. Fighting machine: a guide to self-defense. – Minsk : Harvest; Moscow : LLC «AST Publishing House», 2000. – 592 p.
8. Taras, A. E. Hand-to-hand combat SMERSH. – Minsk : «Harvest», 2000. – 400 p.
9. Taras, A. E. The weapon of a street fighter / A. E. Taras, A. V. Vladzimirsky. – Minsk : Harvest; Moscow : LLC «AST Publishing House», 2000. – 256 p.
10. Senchukov, Yu. Yu. Da-tse-shu – the art of suppressing combat. – Minsk : «Modern word», 2000. – 352 p.
11. Koltunets, M. I. Self-defense. Self-help guide / M. I. Koltunets. – Rostov n/D: «Phoenix», 2003. – 416 p.
12. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
13. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation/ V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 77.03.41

О НЕКОТОРЫХ ПОДХОДАХ К ОПРЕДЕЛЕНИЮ ТРЕБОВАНИЙ К ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ВОЕННОЙ ПОЛИЦИИ

Дутчак Павел Романович, кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, 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;

Кириченко Роман Владимирович, кандидат педагогических наук, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Шлычков Александр Геннадьевич, соискатель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

SOME APPROACHES TO DETERMINING REQUIREMENTS FOR PHYSICAL TRAINING OF MILITARY POLICE PERSONNEL

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;

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;

Kirichenko R.V., Candidate of Pedagogics, Senior Researcher at the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Shlychkov A.G., Applicant of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье проанализированы подходы к определению требований к физической подготовке военнослужащих военной полиции с учетом стереотипа их служебного поведения и алгоритмом действий в ситуациях вероятного применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия. Показаны принципиальные отличия, определяющие содержание, объем технических действий, а также условия проверки и оценки военнослужащих военной полиции по разделу «Боевые приемы борьбы», основанных на объеме полномочий по применению физической силы, в том числе боевых приемов борьбы.

Ключевые слова:

рукопашный бой, боевые приемы борьбы, стереотип служебного поведения.

Abstract:

The article analyzes approaches to determining the requirements for physical training of military police personnel, taking into account the stereotype of their official behavior and the algorithm of actions in situations of probable use of physical strength, special tools and firearms. The fundamental differences that determine the content and scope of technical actions, as well as the conditions for checking and evaluating military police personnel under the section «Combat techniques of struggle», based on the scope of authority to use physical strength, including combat techniques of struggle have been shown.

Key words:

hand-to-hand combat, fighting techniques, a stereotype of official behavior.

ВВЕДЕНИЕ

Эффективность системы физической подготовки во многом определяется ее соответствием требованиям военно-профессиональной деятельности и характеру военно-профессиональных действий военнослужащих. Указанное соответствие определяется в процессе научных исследований, а также на основе анализа практической деятельности и обобщения

передового опыта профильных специалистов и должно учитываться при разработке руководящих документов по физической подготовке.

На сегодняшний день одним из недостаточно изученных видов профессиональной деятельности является деятельность военнослужащих военной полиции (далее – ВП).

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

С началом работы над проектом нового Наставления по физической подготовке вопрос об общих и специальных задачах, содержании физической подготовки военнослужащих ВП перешел из теоретической в практическую плоскость, особенно в вопросах обучения боевым приемам борьбы. В более ранних публикациях нами были проанализированы перспективы развития средств и методов рукопашного боя в системе физической подготовки Вооруженных Сил Российской Федерации [1,11-12], рассмотрены наиболее важные направления совершенствования физической подготовки военнослужащих ВП ВС РФ [2], а также дискуссионные вопросы, касающиеся соотношения понятий «рукопашный бой» и «боевые приемы борьбы» [3].

Проведенные теоретические изыскания позволяют сделать вывод о том, что в новом НФП должны быть отражены общие задачи для военнослужащих ВП, касающиеся развития основных физических качеств и формирования военно-прикладных навыков в передвижении различными способами в пешем порядке и на лыжах, в преодолении естественных и искусственных препятствий, метании гранат, военно-прикладном плавании, за исключением навыков ведения рукопашного боя.

Именно направленность занятий по рукопашному бою, значительная часть приемов, составляющих существующие ныне, а также предлагаемые в проект нового НФП комплексы РБ, определяют принципиальные отличия физической подготовки военнослужащих ВП от военнослужащих других видов и родов войск.

1. Согласно Уставу военной полиции Вооруженных Сил РФ, право на применение военнослужащими ВП физической силы, в том числе боевых приемов борьбы, специальных средств и огнестрельного оружия, обусловливает обязанность проходить специальную подготовку, а также периодическую проверку на пригодность к действиям в условиях, связанных с применением физической силы, специальных средств, огнестрельного оружия, боевой и специальной техники [4]. Следовательно, программа физической подготовки ВП должна включать раздел «Боевые приемы борьбы».

2. Обучение технике боевых приемов борьбы должно проводиться с учетом стереотипа служебного поведения военнослужащих ВП, который обусловлен, с одной стороны, выполнением задачи по пресечению противоправного действия, а с другой – необходимостью минимизации ущерба жизни и здоровью правонарушителя [4, 5]. Указанный алгоритм существенно отличается от стереотипа служебного поведения военнослужащих видов и родов войск, для которых «рукопашный бой представляет собой вид боевой деятельности военнослужащих и подразделений в ближнем бою с целью уничтожения или выведения из строя противника путем применения личного оружия, подручных средств и борьбы без оружия» [6, 9]. В свою очередь, стереотип служебного поведения будет определять алгоритм действий и арсенал технических средств в ситуациях, где необходимо применять физическую силу, в том числе боевые приемы борьбы, или вести рукопашную схватку [5, 10]. Для военнослужащих ВП алгоритм действий предполагает:

– выход на дистанцию, удобную для проведения захвата;

– проведение технического действия, направленного на пресечение противоправного действия;

– силовое задержание (с переводом на конвоирование или применением средств ограничения подвижности).

Кроме того, в большинстве случаев применение физической силы предшествует применению специальных или подручных средств, в первую очередь, средств ограничения подвижности. Это предполагает включение в содержание раздела «Боевые приемы борьбы» технических действий, направленных на осуществление захватов, выведение из равновесия, сваливание, осуществление болевого контроля, которые завершаются переводом

на конвоирование, одеванием наручников или связыванием правонарушителя без применения завершающих (добивающих) ударов.

3. Согласно НФП-2009, военнослужащие ВП, относящиеся к 3 категории, должны изучать раздел «Рукопашный бой» в объеме комплекса РБ-1. Данный комплекс включает в себя атакующие действия с автоматом (уколы (тычки), удары различными частями автомата), отбивы и защиты подставкой автомата, освобождение от захвата автомата противником, входящие в комплекс РБ-Н, а также удары рукой, ногой и защиты от них, удары и отбивы пехотной лопатой, обезоруживание при ударах пехотной лопатой, обезоруживание противника при уколах штыком. Перечисленных действий недостаточно для обеспечения готовности к выполнению правоохранительных задач ВП, поскольку не предполагают изучение техники приемов обезоруживания при ударах ножом и угрозах короткоствольным оружием, освобождений от захватов, способов досмотра и конвоирования. При этом атакующие действия рукой, ногой, пехотной лопатой будут играть роль приемов обеспечения, способствующих освоению техники защитных действий от перечисленных атак. А комплекс РБ-3, содержащий болевые приемы и приемы обезоруживания, необходимые военнослужащим ВП, содержит метания ножа и пехотной лопаты, применение которых военнослужащими ВП будет расценено как превышение полномочий по применению физической силы.

В проекте нового НФП предусматривается изучение военнослужащими комплексов РБ-начальный (РБ-Н), РБ-общий (РБ-О) и РБ-специальный (РБ-С). Однако комплексы РБ-Н и РБ-О разделены соответственно на 3 и 5 комплексов по пять приемов каждый. При заранее определенном перечне контрольных упражнений может сложиться ситуация, когда военнослужащие будут осваивать не весь комплекс, предусмотренный для той или иной категории, а только пять приемов, выносимых на проверку. Данный подход не может обеспечить подготовку военнослужащих к рукопашному бою, а тем более военнослужащих ВП к применению физической силы.

Содержание комплекса РБ-специальный предусматривает выполнение технических действий в «боевой ситуации» с использованием элемента неожиданности. Данный подход наиболее полно соответствует направленности подготовки военнослужащих ВП к применению боевых приемов борьбы, обеспечивая возможность формирования индивидуального арсенала технических действий, их вариативность. Однако необходимость проводить учебную схватку с оружием (автоматом, ножом, пехотной лопатой) не позволяет применять его в полном объеме в процессе профессиональной подготовки военнослужащих ВП.

Таким образом, раздел «Боевые приемы борьбы» для военнослужащих ВП не может быть основан на содержании комплексов РБ действующего и проекта нового Наставлений по физической подготовке. При подготовке к применению физической силы в содержании программы должны преобладать защитно-атакующие действия, связанные с пресечением противоправных действий и направленных на ограничение подвижности правонарушителя, а не на уничтожение или выведение из строя живой силы противника.

4. Уставом ВП предусмотрено применение физической силы, спецсредств и огнестрельного оружия как лично, так и в составе подразделения (группы). Данное положение предполагает, что в содержание раздела «Боевые приемы борьбы» должны быть включены элементы тактики групповых действий в условиях вероятного применения физической силы. В рамках группового взаимодействия целесообразно совершенствовать технику силовых задержаний, оказания помощи товарищу, подвергшемуся нападению, а также способы применения отдельных специальных и подручных средств.

5. Анализ руководящих документов по физической подготовке МВД России, ФСИН Министерства юстиции РФ показал отличия между системами проверки и оценки сотрудников правоохранительных органов и военнослужащих ВС РФ по рукопашному бою (боевым приемам борьбы) [7, 8]. Выполнение отдельного приема (решения ситуационной задачи) оценивается по бинарной шкале: «Выполнено» – «Не выполнено». В МВД России уровень владения боевыми приемами борьбы оценивается по результату решения

трех задач, связанных с ограничением свободы передвижения ассистента, проведением наружного досмотра, а также применением специальных и подручных средств ограничения подвижности, и определяется: «Удовлетворительно» – если решено не менее двух задач, «Неудовлетворительно» – в остальных случаях [7]. Общая оценка за выполнение боевых приемов борьбы сотрудникам ФСИН выставляется за выполнение пяти приемов: «отлично» – если выполнено пять приемов; «хорошо» – если выполнено четыре приема; «удовлетворительно» – если выполнено три приема [8].

На наш взгляд, использование ситуационных задач для оценки навыков применения боевых приемов борьбы и бинарная оценка каждой задачи позволяют:

приблизить «боевую ситуацию» к реальным условиям;

оценить не только техническую, но и тактическую подготовленность сотрудника;

стимулировать проявление инициативы и настойчивости;

формировать индивидуальный арсенал технических действий каждого сотрудника.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, сопоставление полномочий военнослужащих военной полиции в сфере применения физической силы, в том числе боевых приемов борьбы, специальных средств и огнестрельного оружия с содержанием раздела «Рукопашный бой» НФП-2009 и комплексами рукопашного боя, предлагаемыми в проект нового Наставления по физической подготовке, подтверждает необходимость разработки отдельной программы по разделу «Боевые приемы борьбы» для военнослужащих военной полиции ВС РФ.

Объем учебного времени и требования к уровню подготовленности военнослужащих ВП целесообразно дифференцировать в соответствии с категориями:

1 – военнослужащие взводов (рот) ВП;

2 – военнослужащие подразделений военной автоинспекции, подразделений дознания и дисциплинарной практики;

3 – военнослужащие органов военного управления ВП.

Проверку уровня владения боевыми приемами борьбы целесообразно проводить по принципу «боевой ситуации», для военнослужащих взводов (рот) ВП дополнительно проводить учебные схватки без оружия. Степень освоения раздела «Боевые приемы борьбы» учитывать как элемент пригодности к действиям в условиях, связанных с применением физической силы, специальных средств, огнестрельного оружия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Исламов, В. А. Перспективы развития средств и методов преодоления препятствий и рукопашного боя в системе физической подготовки Вооруженных Сил Российской Федерации / В. А. Исламов, С. Н. Мехед, П. Р. Дутчак, Д. А. Картамышев // Материалы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-летию Воен. ин-та физ. культуры (1–2 октября 2019 г.). – СПб. : ВИФК, 2019. – Ч. 1. – С. 115-118.
2. Дутчак, П. Р. Основные направления совершенствования физической подготовки военнослужащих военной полиции Вооруженных Сил Российской Федерации / П. Р. Дутчак, О. В. Цуркан, А. Г. Шлычков // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 34-37.
3. Дутчак, П. Р. О некоторых подходах к определению понятий «физическая сила» и «боевые приемы борьбы» / П. Р. Дутчак, В. А. Девятов, О. В. Цуркан, А. Г. Шлычков // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 2. – С. 59-65.
4. Указ Президента РФ от 25.03.2015 г. № 161 (ред. от 01.07.2020) «Об утверждении Устава военной полиции Вооруженных Сил Российской Федерации и внесении изменений в некоторые акты Президента Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_177125/663203f1b8afe47280bcb68111ac79f7a865ad9b (дата обращения : 16.08.2020).
5. Дутчак, П. Р. Формирование готовности к физическому противоборству в процессе профессиональной деятельности средствами рукопашного боя : монография / П. Р. Дутчак, Д. Е. Коновалов, А. Н. Крутой. – СПб., 2013. – 88 с.
6. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки. Рукопашный бой : учеб. / под общ. ред. А. Х. Ариткулова. – СПб. : МО РФ, 2015. – 232 с.

7. Наставление по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_223221/ (дата обращения : 30.09.2019).
8. Приказ Минюста России от 12.11.2001 г. № 301 (ред. от 19.05.2008) Об утверждении Наставления по физической подготовке сотрудников уголовно-исполнительной системы Минюста России [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?from=647909-44&rnd=399E2CF777B448134B4ABB4E5B28D9A2&req=doc&base=EXP&n=664174&REFDOC=647909&REFBASE=EXP#26on4p8vl3h (дата обращения : 14.04.2020).
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. 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.
11. Миронов, В. В. Направления и пути совершенствования физической подготовки как важного фактора поддержания боеспособности военнослужащих / В. В. Миронов, В. Л. Пашута // Актуальные пробле¬мы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2017. – № 3. – С. 8-13.
12. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Islamov, V. A. Perspectives of development of tools and methods of overcoming obstacles and hand-to-hand combat in the system of physical training of the Russian Armed Forces / V. A. Islamov, S. N. Mekhed, P. R. Dutchak, D. A. Kartamyshev // Proceedings of the all-Russian scientific and practical conference dedicated to the 110th anniversary of the Military Institute of Physical Training (1–2 October 2019). – St. Petersburg : MIPT, 2019. – Pt. 1. – P. 115-118.
2. Dutchak P. R. The main trends of improving the physical training of military police of the Russian Armed Forces / P. R. Dutchak, O. V. Tsurkan, A. G. Shlychkov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 34-37.
3. Dutchak, P. R. Some approaches to the definition of the concepts «physical strength» and «fighting techniques of struggle» / P. R. Dutchak, V. A. Devyatov, O. V. Tsurkan, A. G. Shlychkov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 2. – P. 59-65.
4. Decree of President of the Russian Federation of 25.03.2015 No. 161 (ed. of 01.07.2020) «on approval of the Charter of the military police of the Armed Forces of the Russian Federation and amendments to certain acts of President of the Russian Federation». – Available at : http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_177125/663203f1b8afe47280bcb68111ac79f7a865ad9b (accessed 16.08.2020).
5. Dutchak, P. R. The readiness for physical confrontation in the process of professional activity by means of hand-to-hand fighting: monograph / P. R. Dutchak, D. E. Konovalov, A. N. Krutoy. – St. Petersburg, 2013. – 88 p.
6. Basic and new physical education and sports activities with the method of health training. Hand-to-hand combat : Textbook / ed. by A. Kh. Aritkulov. – St. Petersburg : RF DM, 2015. – 232 p.
7. Manual on the organization of physical training in law enforcement agencies of the Russian Federation. – Available at : http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_223221/ (accessed 30.09.2019).
8. The order of the Russian Law Ministry of 12.11.2001, No. 301 (amended on 19.05.2008) On approval of the Instruction on physical training of officers of criminal Executive system of the Ministry of Law. – Available at : http://www.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?from=647909-44&rnd=399E2CF777B448134B4ABB4E5B28D9A2&req=doc&base=EXP&n=664174&REFDOC=647909&REFBASE=EXP#26on4p8vl3h (accessed 14.04.2020).
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. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical foundation of an individual and typological approach to 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.
11. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
12. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation/ V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 355.541.2:51.5:91;378;796.01

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДГОТОВКИ ПО РЕГБИ В ЦЕЛЯХ РАЗВИТИЯ ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫХ И СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫХ (ПРИКЛАДНЫХ) ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ (СОТРУДНИКОВ) ВОЙСК НАЦИОНАЛЬНОЙ ГВАРДИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

Кириченко Роман Владимирович, кандидат педагогических наук, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Шайдуллов Альберт Рамильевич, преподаватель, Санкт-Петербургский военный ордена Жукова институт войск национальной гвардии Российской Федерации, Санкт-Петербург.

THE USE OF RUGBY TRAINING FOR THE DEVELOPMENT OF MILITARY-APPLIED AND SERVICE-APPLIED MOTOR SKILLS OF MILITARY PERSONNEL (EMPLOYEES) OF THE RUUSSIAN NATIONAL GUARD

Egorov V.Yu., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Department of Sports Games, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Kirichenko R.V., Candidate of Pedagogics, Senior Researcher of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Shaidullov A.R., Lecturer, Saint-Petersburg Military Order of Zhukov Institute of National Guard Troops of the Russian Federation, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматриваются результаты, полученные в ходе проведения апробации основных разделов программы подготовки по виду спорта «регби», а также необходимость его включения в программы подготовки в целях формирования служебно-прикладных (прикладных) навыков, моделирующих служебно-боевую деятельность военнослужащих и сотрудников войск национальной гвардии.

Ключевые слова:

служебно-прикладные (прикладные) навыки, групповое силовое взаимодействие, коллективное взаимодействие, спортивные игры, апробация, регби.

Abstract:

The article discusses the results obtained during the testing of the main sections of the training program for rugby, as well as the need for its inclusion in training programs in order to form service-applied skills that simulate the service-combat activities of military personnel and employees of the National Guard troops.

Key words:

service-applied (applied) skills, group force interaction, collective interaction, sports games, approbation, rugby.

ВВЕДЕНИЕ

На современном этапе формирования и развития Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации (Росгвардии), расширения и усложнения круга задач, стоящих перед войсками, достижение цели высокой физической подготовленности ее личного состава становится еще более актуальной.

Появление в структуре Росгвардии кроме воинских подразделений подразделений (органов), в которых проходят службу лица, имеющие специальные звания сотрудников полиции, предъявляет совершенно новые требования к организации физической подготовки.

Целью физической подготовки в Росгвардии является обеспечение необходимого уровня физической подготовленности военнослужащих и сотрудников для выполнения учебно-боевых, служебных и других задач в соответствии с их предназначением.

Овладение военнослужащими (сотрудни-

ками) на должном уровне военно-прикладными и служебно-прикладными (прикладными) двигательными навыками должно предполагать их готовность к применению физической силы в экстремальных условиях служебно-боевой деятельности. В статье 19 ФЗ РФ «О войсках национальной гвардии РФ» пункте 1 определено, что военнослужащий (сотрудник) войск национальной гвардии имеет право лично или в составе подразделения (группы) применять физическую силу, в том числе боевые приемы борьбы, если не силовые способы не обеспечивают выполнения возложенных на войска национальной гвардии задач [1].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В целях формирования служебно-прикладных (прикладных) навыков, моделирующих служебно-боевую деятельность военнослужащих и сотрудников войск национальной гвардии, были использованы основные разделы программы подготовки по виду спорта «регби».

В соответствии со статьей 177 «Наставления по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации», «занятия по спортивным и подвижным играм направлены на развитие быстроты, ловкости, общей и скоростной выносливости, пространственной ориентировки; на формирование навыков в коллективных действиях, воспитание настойчивости, решительности, инициативы и находчивости; поддержание умственной и физической работоспособности»…, и в целях практического применения данных положений в период с 25 сентября по 15 ноября 2018 года в Санкт-Петербургском военном ордена Жукова институте войск национальной гвардии Российской Федерации проводился комплекс мероприятий по апробации подготовки по регби [4].

Для качественного обеспечения при организации и проведении апробации программы подготовки по регби было организовано взаимодействие с представителями Санкт-Петербургской Федерации регби.

К практической реализации программы подготовки привлекался личный состав курсантских подразделений рот, а также факультета в составе:

офицеры – 1 человек (командир роты (факультет МПО));

курсанты – 39 человек.

Программа подготовки по регби включала следующие мероприятия:

проведение практического занятия (мастер-класс, 20.10.2018 г.) по регби представителями Федерации регби г. Санкт-Петербурга с личным составом военного института, привлекаемого к учебно-тренировочным занятиям;

проведение теоретического занятия с личным составом военного института, привлекаемого к учебно-тренировочным занятиям по регби с изучением следующих вопросов (история развития вида спорта регби, развитие регби в России, основные правила соревнований по виду спорта, 20.10.2018 г.);

проведение теоретического занятия по соблюдению требований безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по регби;

проведение учебно-тренировочных занятий по регби с изучением и отработкой тактико-технических действий, специальных упражнений и двусторонних игр (4 занятия, каждое по 90 минут).

До начала проведения учебно-тренировочных занятий 21 октября 2018 года с личным составом был проведен входной контроль выполнения физических упражнений: № 4 (подтягивание на перекладине), № 51 (бег на 100 м), № 56 (бег на 3 км), № 44 (общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий), характеризующих уровень развития физических качеств силы (упр. № 4), быстроты (упр. № 51), выносливости (упр. № 56), а также прикладных двигательных навыков (упр. № 44). В перечень упражнений для входного контроля также было включено упражнение № 75 (преодоление дистанции 20 м с отягощением) и упражнение № 94 (бег 10 м с перемещением груза), как прикладные упражнения, наиболее полно моделирующие служебно-прикладные навыки военнослужащих и сотрудников при выполнении служебно-боевых (оперативно-служебных, служебных, боевых) задач [5].

Справочно:

Упражнение № 75. Преодоление дистанции 20 м с отягощением.

Форма одежды № 4, бронежилет, автомат, сумка для магазинов, 2 магазина, противогаз. Выполняется с высокого старта по ровной поверхности с любым покрытием. По команде «МАРШ!» схватить манекен (весовой мешок) весом 40 кг выполнить движение с манекеном 10 метров, выполнить поворот и ускорение в обратном направлении 10 м. Запрещено касание поверхности манекеном.

Упражнение № 94. Бег 10 м с перемещением груза.

Форма одежды № 4 в экипировке. Выполняется на ровной площадке с размеченными линиями старта и поворота. Ширина линии старта и поворота входит в отрезок 10 м. По команде «МАРШ» пробежать 10 м, перемещая груз, равный собственному весу (груз крепится к поясу с помощью троса или цепи) (Сборник упражнений и нормативов по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации» – утвержденный приказом начальника ГУПВ Росгвардии от 31 мая 2018 года № 3 дсп).

По результатам входного контроля неудовлетворительных оценок по упражнениям № 4, 51, 44, 56 не получено, по упражнению № 75 (преодоление дистанции 20 м с отягощением) и № 94 (бег 10 м с перемещением груза) 44 и 28% соответственно военнослужащих получили оценку «неудовлетворительно».

По итогам проведения всех мероприятий программы подготовки по регби были достигнуты следующие результаты:

Теоретическая подготовка:

военнослужащие получили представление о виде спорта регби; ознакомились с основными правилами соревнований по регби, а также с требованиями безопасности и предупреждения травматизма на практических занятиях по спортивным играм.

Тактическая подготовка (игровое взаимодействие):

у военнослужащих сформировался навык в командных, групповых, коллективных, комбинационных атакующих и защитных действиях при игре в регби.

Техническая подготовка:

у военнослужащих на этапе начальной подготовки сформировались навыки двигательных действий с мячом и без мяча, защиты от захватов, способам падений.

Специальная физическая подготовка:

формирование скоростно-силовых качеств для групповых, коллективных игровых действий.

Психологическая подготовка:

развитие волевых качеств, способности управлять эмоциями, развитие внимания: объема, интенсивности, устойчивости, распределения и переключения, коллективизм, нацеленность на решение общей задачи на фоне физических нагрузок [2, 3].

13, 14 ноября 2018 года был проведен выходной контроль по выполнению упражнений №№ 4, 51, 56, 44, 75, 94 для определения динамики уровня физических качеств и прикладных двигательных навыков при проведении с личным составом УТЗ по регби.

Положительная динамика наблюдалась у 23% военнослужащих при выполнении упражнения № 56 – бег на 3 км, у 18% военнослужащих при выполнении упражнения № 44 – общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий, что было обусловлено выполнением скоростно-силовых упражнений на занятиях по регби в сочетании с физической нагрузкой, которую военнослужащие выполняли при проведении других форм физической подготовки (утренняя физическая зарядка, учебные занятия, спортивно-массовая работа).

У 100% военнослужащих значительно повысился результат в выполнении упражнений №№ 75, 94 (преодоление дистанции 20 м с отягощением, бег 10 м с перемещением груза).

Отсутствие улучшения результатов по упражнениям, характеризующих такие физические качества как «сила» и «быстрота», сыграл фактор ограниченного периода на проведение мероприятий апробации по регби, а также отсутствие обеспечения Федерацией Регби необходимым инвентарем для проведения тренировочных мероприятий с личным составом военного института.

В ходе выполнения комплекса мероприятий по апробации программ подготовки по регби нарушений требований безопасности и травм среди личного состава не допущено.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Учитывая прикладность регби как моделирующую служебно-боевую деятельность военнослужащих и сотрудников войск национальной гвардии (групповое силовое взаимодействие, жесткое коллективное силовое взаимодействие с противником, коллективные тактические действия, нацеленность на решение общей задачи на фоне физических нагрузок), предлагается внести в программу физической подготовки ВООВО в раздел «Спортивные игры» учебные занятия по регби (курс начальной подготовки).

Включить в программу боевой, профессиональной служебной и физической подготовки для сотрудников ОМОН, СОБР раздел «Спортивные игры» учебные занятия по регби (курс начальной подготовки).

ЛИТЕРАТУРА

1. Федеральный закон от 03.07.2016 № 226-ФЗ «О войсках национальной гвардии Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : htpp://www.garant.ru (дата обращения : 18.12.2020).
2. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта регби : утв. приказом Министерства спорта РФ от 10 апреля 2013 г. № 114.
3. Правила вида спорта «Регби» : утв. приказом Минспорта России от 27.12.2018 № 1096.
4. Приказ Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации от 29.03.2018 № 100 «Об утверждении Наставления по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации» в редакции приказа ФСВНГ РФ от 02.07.2018 г. № 232 «О внесении изменений в Наставление по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации».
5. Приказ начальника Главного управления подготовки войск (сил) Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации от 31.05.2018 № 3 «Об утверждении Сборника упражнений и нормативов по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации».

REFERENCES

1. Federal Law No. 226-FL of 03.07.2016 «On the Troops of the National Guard of the Russian Federation». – Available at : http://www.garant.ru.
2. Federal standard of sports training for rugby : approved by the Ministry of Sports of the Russian Federation of 10 April 2013, No. 114.
3. The rules of the sport «Rugby» : approved by order of the Ministry of Sports of Russia from 27.12.2018 No. 1096).
4. Order of the Federal service of national guard troops of the Russian Federation of 29.03.2018 No. 100 «On approval of the Instruction on physical training in the army national guard of the Russian Federation» in edition of Order of the Russian Federation of TSUNG 02.07.2018 No. 232 «On introducing amendments to the manual on physical training in the army national guard of the Russian Federation».
5. Order of the chief of training of troops (forces) of the Federal service of national guard troops of the Russian Federation of 31.05.2018 No. 3 «On approval of the Collection of exercises and physical readiness standards for the troops of the national guard of the Russian Federation».

УДК 796.03

ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АРМИИ США: ВОСЕМЬ МИФОВ, СНИЖАЮЩИХ БОЕВУЮ ГОТОВНОСТЬ

Корчагин Игорь Викторович, кандидат педагогических наук, заместитель начальника НИО Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт- Петербург;

Бомбина Маргарита Юрьевна, младший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

PHYSICAL FITNESS PROBLEM IN THE US ARMED FORCES: EIGHT MYTHS THAT WEAKEN COMBAT READINESS

Korchagin I.V., Candidate of Pedagogics, Deputy Head of the Research Department of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Bombina M.Yu., Junior Researcher of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье раскрываются актуальные вопросы, связанные с нововведениями в области физической и боевой готовности армии Соединенных Штатов Америки. Также в работе говорится о так называемых мифах, вокруг которых ведется широкая дискуссия о проблемах снижающегося уровня боевой готовности американских военнослужащих. Именно по этому поводу однажды генерал армии США Мартин Демпси говорил о том, что он мог обеспечить армию всем необходимым, кроме доверия, дисциплины и физической подготовки.

Ключевые слова:

физическая подготовка, боевая подготовка, боевая готовность, вооруженные силы, военнослужащие.

Abstract:

The article reveals actual issues related to innovations in the area of physical and combat readiness in the United States Armed Forces. The so called myths associated with the problems of the combat readiness declining level of American military personnel .are discussed in the article. It is for this reason that once the US General Martin Dempsey said that he could provide the army with everything it needed, except for the trust, discipline, and physical fitness.

Key words:

physical training, combat training, combat readiness, the armed forces, military men.

ВВЕДЕНИЕ

Армия Соединенных Штатов Америки – это сила с исключительными экспедиционными возможностями. Командование США с удивительной регулярностью отправляет своих солдат по всему миру для выполнения ряда задач. Но когда они развертывают подразделения, где бы то ни было – будь то военная миссия в Афганистане для работы с партнерами по коалиции над разгромом ИГ или проведение совместных учений в Европе или Тихом океане, – возникает большая проблема, о которой, к сожалению, не говорится вслух. Дело в том, что армия Соединенных Штатов обычно задействует своих солдат, когда они не в самой лучшей физической форме. Это не только неприемлемо, но и полностью не предотвратимо.

Предполагалось, что замена армейского теста по физической подготовке более сложным армейским тестом по боевой подготовке призвана «преобразовать армейскую фитнес-культуру» и улучшить готовность к наземным боям. Разумеется, подобная цель достойна похвалы и новый тест свидетельствует о смещении внимания армии к более функциональной форме фитнеса. Однако все усилия не смогут обеспечить максимальную боевую готовность без решения более глубокой культурной проблемы, которая в значительной степени игнорируется: недостаточно тренироваться лишь для выполнения поставленных задач; напротив, обучение должно поддерживаться через четкую системную последовательность [3-5].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Большинство солдат проводят от трех до четырех месяцев в году на полевых учениях и других мероприятиях, которые не оставляют необходимого количества времени на организованную физическую подготовку (как показано на рис. 1), а большинство подразделений не проводят целенаправленную и последовательную физическую подготовку в полевых условиях [8]. Такое непоследовательное обучение приводит к эффекту «качелей», когда солдаты постоянно теряют и восстанавливают физическую форму. Общее влияние на готовность усугубляется тем фактом, что подразделения проводят все больше времени в полевых условиях по мере прохождения цикла коллективной подготовки. На рисунке 2 представлен типичный график тренировок по упрощенной модели, которая предполагает одну единицу прироста физической формы за каждую последовательную неделю тренировок и одну единицу потери за каждую неделю недостаточных тренировок или отсутствия тренировок. Результат: самый низкий спад физической готовности подразделения совпадает с его пиком тактической подготовки. Максимальная боевая готовность – сочетание того и другого – никогда не достигается.

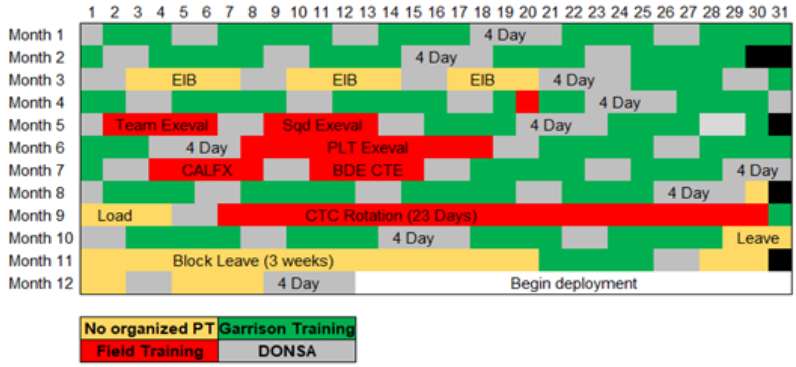

Рисунок 1 – Типовой план обучения батальона на двенадцать месяцев

Подобные «полевые потери», касающиеся физической формы, настолько нормализованы в армейской культуре, что большинство командиров никогда не задумываются о них. Кроме того, модель на рисунке 2 слишком формально демонстрирует описание улучшения физической подготовки среднестатистического солдата. Даже во время «гарнизонной» тренировки целый ряд факторов мешает постоянной физической подготовке, в том числе раннее отбытие на полигоны, подготовка к отправлению, индивидуальные встречи и различные работы.

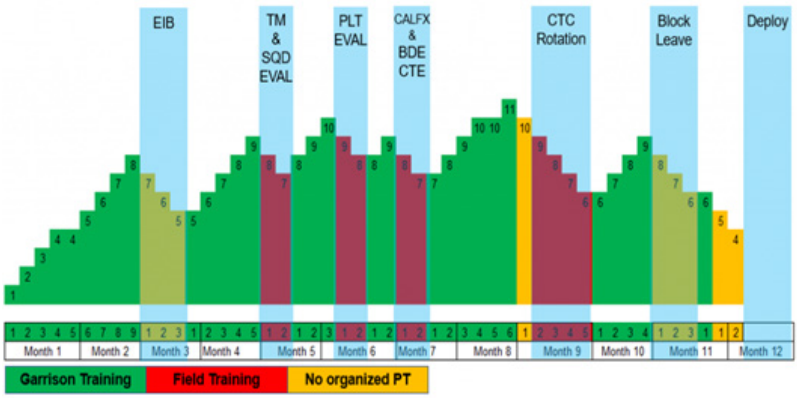

Рисунок 2 – Прирост и потеря физической формы в стандартном тренировочном цикле

В систематической потере физической формы нет необходимости и такое происходит из-за общего мнения по поводу несовместимости физической и тактической подготовки. Парадигма компромисса ошибочно предполагает, что занятиями по физической подготовке необходимо жертвовать ради достижения тактической компетентности, и наоборот. Это подтверждается рядом широко распространенных мифов, связанных с физическими тренировками в полевых условиях. Чтобы максимально повысить боевую готовность солдат и подразделений, командиры всех степеней должны принять новую парадигму, которая объединяет тактическую и физическую подготовку для повышения общей боевой готовности.

Несоблюдение основного принципа пригодности не связано с недостатком знаний. Принципы физической подготовки, включая необходимую частоту тренировок, а также полный спектр компонентов физической подготовки, хорошо задокументированы в последнем армейском руководстве по физи-

ческой подготовке. В пособии даже даются рекомендации по проведению физических тренировок в полевых условиях [6, 7].

При наличии этих знаний руководители, которые постоянно подчеркивают важность физической подготовки, часто идут на компромисс с принципом последовательности. С помощью опроса солдат, унтер-офицеров, курсантов и офицеров можно выделить восемь так называемых распространенных мифов, укрепляющих парадигму непростого в плане организации компромисса [1, 2].

1. Миф об «Игре с нулевой суммой». Одна из частых причин, по которым руководители не проводят физическую подготовку в полевых условиях, заключается в том, что просто не хватает времени. Считается, что любое время, посвященное физической подготовке, отвлекает от тактической подготовки. Это недальновидная перспектива. На восстановление утраченной физической формы уходит больше времени, чем на поддержание существующей формы, не говоря уже о тренировочном времени, потерянном из-за травм, вызванных недостаточной физической подготовкой военнослужащего. Это ничем не отличается от любой другой задачи командира, когда их объем больше, чем времени на их выполнение. Командиры устанавливают приоритеты и планируют их в доступное время обучения.

2. Миф «Без перерывов». Это убеждение в том, что для проведения жесткого, реалистичного обучения, необходимого для подготовки к бою, подразделения должны быть погружены в сценарий военного времени 24/7. Короткие «административные» перерывы для занятий физической культурой существенно не нарушают боевую подготовку. Эти остановки уже включены в большинство учебных мероприятий для проверки подотчетности персонала и оборудования и проведения обзоров после действий, потому что потеря оборудования в учебной среде недопустима, а проверки после действий добавляют огромную ценность обучению. Руководители должны также старательно поддерживать физическую форму и осознавать ценность тренировок и долгосрочной готовности.

3. Миф «Миссия невыполнима». Слишком многие люди считают, что проводить хорошую физическую подготовку в полевых условиях невозможно из-за нехватки ресурсов. Поэтому считается, что любая попытка полевой физической подготовки – это пустая трата времени. Это убеждение подпитывается двумя факторами: командирами, не имеющими знаний о том, как планировать и управлять физической подготовкой в полевых условиях и солдатами с циничным отношением, основанным на плохо проводимых занятиях «полевой физкультурой» в прошлом. Правда, эффективную физическую подготовку можно проводить даже с наличием лишь ограниченных ресурсов. На это требуется осознанное планирование и некоторый творческий, рациональный подход.

4. Миф «Все или ничего». Это убеждение в том, что если физическая подготовка не может быть проведена в полевых условиях с таким же качеством как в гарнизоне, то военнослужащие могут вообще не заниматься физической подготовкой. Дело в том, что систематические занятия приводят к лучшим результатам. Проведенные исследования показали, что уменьшение объема тренировок может быть компенсировано за счет увеличения интенсивности. Но в любом случае данный подход всегда лучше, чем ничего. Необходимо стремиться к успеху: поддерживать физическую форму или как минимум бороться с потерями занятий по физической подготовке.

5. Миф «Все, что я делаю, – это только мое дело». Некоторые солдаты говорят, что физическая подготовка в полевых условиях не нужна, потому что «мы занимаемся физкультурой в полевых условиях весь день». Некоторые полевые действия действительно требуют больших физических усилий – например, походный марш с пересечением рек или проведением тактических маневров. А перетренированность – это главная проблема, особенно в жарком климате. Однако правда в том, что большая часть спектра фитнеса, включая мышечную силу, анаэробную выносливость, мощность, скорость и другие аспекты мобильности, часто игнорируется в полевых условиях (что видно на рис. 3). Марш в полном обмундировании подходит лишь для узкого диапазона пригодности – мышечной выносливости спины, плеч и мышц ног, а

иногда и сердечно-сосудистой выносливости. Короткие всплески интенсивной активности такие как короткие перебежки до укрытия, естественным образом не происходят при той последовательности, которая требуется для достижения прироста физической формы, связанной со скоростью или анаэробной выносливостью. Правильное планирование с учетом тактического расписания тренировок может предотвратить перетренированность при выполнении упражнений, которым обычно не придают особого значения на занятиях физической подготовкой.

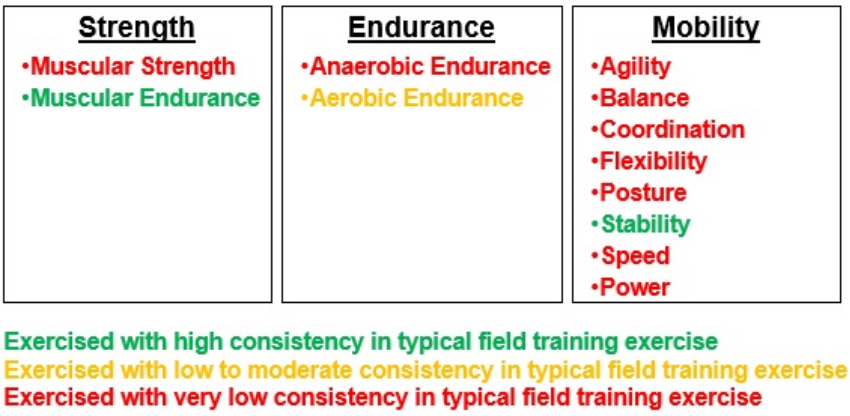

Рисунок 3 – Компоненты физической подготовки, выполняемые естественным образом в типичных полевых тренировках

6. Миф о «Всплеске фитнеса». Существует ошибочное мнение о том, что военнослужащие, которые упорнее других тренировались после полевого выхода, и особенно в течение нескольких недель непосредственно перед тестом по физической подготовке, могут улучшить физическую форму. Данный метод походит на так называемый подход некоторых обучающихся, которые обманывают себя, думая, что учатся, когда они зубрят в ночь перед тестом. Метод всплеска не обеспечивает высокий уровень работоспособности, ожидаемый для блоков, которые должны быть готовы к развертыванию в короткие сроки. Кроме того, частые перерывы, а затем интенсивные нагрузки с большей вероятностью могут вызвать перетренированность. Большинство тренеров рекомендуют следовать правилу 10 процентов, чтобы постепенно увеличивать интенсивность и избегать травм, но перерывы в тренировках требуют отката на более низкий уровень.

7. Миф «Персональная ответственность – это личная ответственность». Данный миф фактически подкрепляется армейским руководством по физической подготовке, в котором говорится, что «все военнослужащие должны понимать, что это их личная ответственность за достижение и поддержание высокого уровня физической готовности и устойчивости». Учитывая требования, предъявляемые командиром к солдатам в полевых условиях и во время других мероприятий, являются не вполне реальными и несправедливыми по отношению к подчиненным. В то время как люди несут ответственность в рамках своего поля работы, командиры принимают решения, которые создают условия для успеха или неудачи. Если фитнес является приоритетом, командиры должны выделять и защищать время своих солдат, чтобы они постоянно проводили физическую подготовку.

8. Миф «Достаточно приспособлен». Речь идет об убеждении в том, что военнослужащий, который может соответствовать минимальным требованиям на фитнес-тесте, «достаточно подготовлен». Достаточно для чего? Признание посредственности – это стратегия, неприменяемая ни одной командой-победителем. Минимальные стандарты существуют для сертификации базовых возможностей начального уровня, а не для гарантии победы. Сама природа нашей профессии требует совершенства. Мы готовимся сражаться с врагами, которые преданы делу, умны и постоянно адаптируются к новым условиям среды. Если мы хотим победить, мы должны сделать все возможное, чтобы добиться максимальных результатов. Мы никогда не бываем «достаточно хороши». Победители стремятся к совершенству.

Далее важно иметь в виду, что улучшение физических возможностей – не единственная причина для проведения физических тренировок. Помимо прочего, физическая подготовка развивает уверенность в себе, самодис-

циплину и устойчивость. Президент Джон Ф. Кеннеди однажды заметил, что «физическая подготовка – основа всех других форм совершенства».

Хотя ни один из перечисленных мифов не является веской причиной для отказа от физических тренировок в полевых условиях, есть одна веская причина, по которой начальники должны помнить о недостаточном отдыхе и необходимости восстановления из-за имитации боевых условий. Чтобы по-настоящему повысить боевую готовность, любое оправдание нужно высказывать сознательно и не злоупотреблять им.

Хорошо известный принцип армейской подготовки – «тренироваться так же, как сражаться». Оценивая требования будущей войны, генерал Марк Милли заметил, что солдаты должны научиться всегда находиться в движении. Для военнослужащих соблюдение принципа «тренируйся так же, как сражаешься» требует симуляции стресса и трудностей во время боя. Распространенный способ, которым командиры добавляют этот стресс, – тренироваться в высоком рабочем темпе, сокращая количество времени на еду или сон, которые получают солдаты. Это действительно добавляет стресса и может даже повысить психологическую устойчивость и сплоченность через лишения. Однако идея о том, что «лишение сна делает нас лучше», требует тщательного изучения. Более точное утверждение может заключаться в том, что такие страдания делают военнослужащих психологически стойкими и физически слабыми.

Многочисленные исследования показывают, что хороший сон способствует восстановлению мышц различными способами, в то время как недостаток сна препятствует восстановлению. Сон значительно влияет на спортивные результаты. Несмотря на то, что точное количество сна, необходимое для физического восстановления, зависит от человека, общее практическое правило состоит в том, что оптимальная производительность поддерживается семью-девятью часами отдыха. Меньшее же количество сна приводит к неоптимальному восстановлению и более низкой производительности. Отсутствие адекватного восстановления, отдыха или приема питательных веществ может привести к симптомам синдрома перетренированности, включая стресс, переломы, тепловые травмы и рабдомиолиз – разрушение скелетных мышц. Без достаточного сна физическая подготовка может еще больше ухудшить, а не повысить физическую готовность.

Описанные восемь так называемых мифов предполагают следующие соображения, касающиеся командиров. Во-первых, начальники должны учитывать, насколько часто солдаты нуждаются в подобном опыте, ухудшающем физическую готовность из-за потери сна и питания, чтобы подготовиться к бою. Есть и другие способы сделать тренировки сложными и полезными, включая ограничения по времени и изнурительные физические нагрузки. Во-вторых, если солдаты действительно испытывают значительную потерю сна в течение нескольких ночей подряд, руководители могут решить, что физическая подготовка, направленная на силу или выносливость, может принести больше вреда, чем пользы. Упражнения на мобильность все еще можно выполнять; но упражнения, которые еще больше разрушают не способные восстанавливаться мышцы, не приведут к улучшению физической формы.

Очень точно по поводу достижения устойчивой боевой готовности в свое время сказал генерал Норман Шварцкопф: «Чем больше вы потеете в мирное время, тем меньше вы истекаете кровью на войне». И все еще данная фраза вполне актуальна.

Командиры могут и должны стремиться к максимальной тактической и физической готовности одновременно. Это требует отказа от компромиссной парадигмы и поиска комплексного решения для создания и поддержания боевой готовности.

В конце концов, поддержание максимальной боевой готовности в рамках «группы передового опыта» – это цель новой модели устойчивой готовности армии, позволяющей избежать резких колебаний, имевших место при прежней структуре формирования вооруженных сил.

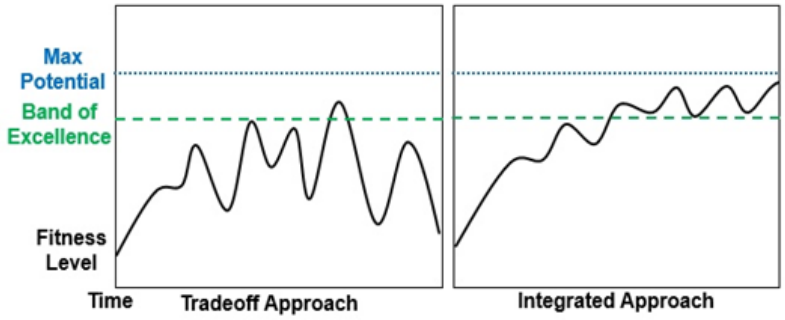

Рисунок 4 – «Группа совершенства» для физической подготовки

ская подготовка должна быть интегрирована в полевые учения, а руководители должны осознанно и разумно подходить ко всему при выборе, сокращать ли количество сна в качестве средства моделирования боевой подготовки.

Прохождение армейского теста на боевую пригодность – это положительное изменение, возвращающее военнослужащим возможность сосредоточиться на полном спектре боевой подготовки. В эпоху холодной войны многие гражданские и военные руководители считали наземные войны устаревшими, что было учтено в решении заменить предыдущий боевой тест на пригодность армейским тестом по физической подготовке в 1980 году в качестве меры общей «физической подготовки и здоровья». Войны в Афганистане и Ираке доказали, что это ложь, и генерал Х.Р. Макмастер с тех пор подчеркивал, что вера в то, что Соединенные Штаты могут отказаться от сухопутного конфликта, является устойчивым заблуждением. Заглядывая вперед, разрабатываемая армией концепция, касающаяся многочисленных одномоментных операций, определяет потребность в физически подготовленных солдатах, которые должны быть готовы сражаться на различных территориях, включая готовность сражаться в уникально сложных условиях, таких как плотная городская местность. И тактическая, и физическая готовность останутся ключевыми составляющими боевой готовности.

Изменения на институциональном уровне, связанные с тем, как армия комплектует, оснащает и обучает подразделения, направили армию на путь к достижению цели в плане тактической готовности. Однако для того, чтобы поддерживать «группу совершенства» в физической готовности, требуется более последовательная физическая подготовка. Физическая подготовка должна быть интегрирована в полевые учения, а руководители должны осознанно и разумно подходить ко всему при выборе, сокращать ли количество сна в качестве средства моделирования боевой подготовки.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Парадигма компромисса и восемь поддерживающих ее мифов глубоко укоренились в армейской культуре Соединенных Штатов Америки, что представляет собой серьезную проблему для достижения поставленной цели. Изменения потребуют от командиров на всех уровнях активного противодействия изложенным мифам, стремления к лучшему пониманию того, как планировать и выполнять физическую подготовку в суровых условиях и условиях ограниченного времени, и преодолеть трения, чтобы объединить тактическую и физическую подготовку. В результате получится более боеспособная армия США.

Итак, мы попытались обобщить точку зрения майора Мэтта Кларка – офицера армейского спецназа и инструктора Центра профессиональной военной этики Саймона Военной академии США. Он имеет степень магистра гуманитарных наук в области социально-организационной психологии Педагогического колледжа Колумбийского университета и степень бакалавра психологии Университета Седарвилля. Выраженные взгляды принадлежат автору и не отражают официальную позицию Военной академии США или Министерства обороны.

ЛИТЕРАТУРА

1. [Электронный ресурс]. Режим доступа : http://www.encyclopedia.mil.ru (дата обращения : 01.02.2021).
2. [Электронный ресурс]. Режим доступа : http://www.mwi.usma.edu/ar my-physical-fitness-problem-part-1-eight-myths-weaken-combat-readiness/ (дата обращения : 03.02.2021).
3. 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 культу-

ры – центр подготовки специалистов силовых структур: проблемы, опыт, перспективы : материалы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-й годовщине образования Воен. ин-та физической 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.

4. 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-ой годовщине образования Научно-исследовательского центра (по физической подготовке и военно-прикладным видам спорта в ВС РФ) : в 2 ч. Ч. II. – СПб. : ВИФК, 2019. – 308 с.
5. 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 // Сборник научных статей межвузовской научно-практической конференции. – СПб. : ВИФК, 2018. – С. 88-92.
6. 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.
7. 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.
8. 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. Access mode : http:// www. encyclopedia.mil.ru (accessed 01.02.2021).
2. Access mode : http:// www. mwi.usma.edu/ar my-physical-fitness-problem-part-1-eight-myths-weaken-combat-readiness/ (accessed 03.02.2021).
3. Korchagin, I. V. Perspective scientific approaches to physical training in the US armed forces / I. V. Korchagin, O. A. Muzhchil, M. Yu. Bombina // MIPT is a center for military and security specialists: problems, experience, perspectives : Proceedings of the all-Russian scientific and practical conference dedicated to the MIPT 110th anniversary (St. Petersburg, Oct. 1–2, 2019). Pt. I / RF Ministry of Defense, MIPT; ed. by Pashuta V. L. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 149-152.
4. Shchegolev, V. A. Analysis of the foreign troops physical training experience studying and summarizing results / V. A. Shchegolev, I. V. Korchagin, M. Yu. Bombina // The actual scientific research in region. Physical education and sport (theory and practice) : Collection of articles of the 2018 MIPT scientific conference dedicated to the Research Center 65th anniversary. Pt. II. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 308 p.
5. Korchagin, I. V. Physical training formation and development at higher educational institutions of the US Armed Forces / I. V. Korchagin, O. A. Muzhchil, M. Yu. Bombina // Actual problems of educational process realization in higher educational institutions and general educational institutions of the Russian Defence Ministry: Collection of scientific articles of the interuniversity scientific and practical conference. – St. Petersburg : MIPT, 2018. – P. 88-92.
6. 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.
7. 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.
8. 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 796.03

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП ПРОВЕРКИ БОЕВОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ «МАНЁВРЫ ПОД ОГНЁМ» КОРПУСА МОРСКОЙ ПЕХОТЫ США

Лозбенёв Евгений Юрьевич, помощник командующего войсками Западного военного округа по физической подготовке; соискатель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Асланов Мурад Шихмагомедович, помощник командира по физической подготовке–начальник физической подготовки в/ч 10103, Петропавловск-Камчатский; соискатель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Петрова Полина Сергеевна, кандидат филологических наук, младший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Федюк Николай Сергеевич, кандидат педагогических наук, преподаватель кафедры физической подготовки, Военная академия связи, Санкт-Петербург.

THE FINAL STAGE OF TESTING COMBAT PHYSICAL FITNESS OF THE US MARINE CORPS «MANEUVERS UNDER FIRE»

Lozbenev E.Yu., Assistant Commandant of Western Military District of Physical Training; Applicant, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Aslanov M.Sh., Assistant Commander of Physical Training – Physical Training Leader, military unit 10103, Petropavlovsk-Kamchatsky; Applicant, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Petrova P.S., Candidate of Philology, Junior Researcher of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Fedyuk N.S., Candidate of Pedagogics, Lecturer at the Department of Physical Training, Military Academy of Communications, St. Petersburg.

Аннотация:

Сражаясь на суше, на море и в воздухе, морские пехотинцы по праву считаются универсальными бойцами ВС США. Боевая подготовка корпуса морской пехоты США на постоянном контроле. Именно стандарты подготовки к успешному ведению боевых наступательных действий и стали объектом исследования авторов. Подробно в статье рассматривается один из этапов проверки боевой готовности (CFT) – MANUF или «Манёвры под огнём». Предлагаемое исследование затрагивает как этапы этого комплексного многоступенчатого упражнения, так и нормативы его выполнения с учётом последних изменений, принятых командованием ВС США в 2020 г.

Ключевые слова:

корпус морской пехоты США, нормативы, тесты боевой подготовки, манёвры под огнём, бег, отжимание, метание гранат.

Abstract:

Fighting on land, at sea and in the air, the Marines are rightfully considered as the universal fighters of the US Armed Forces. Combat training of the USMC is constantly monitored. Therefore, the object of the authors' research has become the training for the successful conduct of military offensive operations. One of the stages of combat fitness training (CFT) – MANUF or «Manoeuvers under Fire» is being discussed in detail in this article. The proposed study addresses both the stages of this complex multi-step exercise and the standards for its performance, taking into account the latest changes adopted in 2020 by the US Armed Forces Command.

Key words:

United States Marine Corps, CFT standards, MANUF, combat training tests, manoeuvers under fire, throwing grenades.

ВВЕДЕНИЕ

Избегая прямых крупномасштабных военных интервенций, США активно противодействует угрозам безопасности в мире в борьбе с терроризмом и преступными картелями. В этой связи боеспособность специальных оперативных сил приобретает особое значение [3, 13-16]. Обязанность проведения экспедиционных и десантных операций с использованием общевойсковых средств возложена на корпус морской пехоты ВС США. Сражаясь на суше, на море и в воздухе, морпехи по праву считаются универсальными бойцами. При этом успешность решения стоящих перед ними боевых задач во многом зависит от физической формы, функционального состояния и здоровья. При десантировании бойцы, как правило, хорошо экипированы и вооружены, а это порядка 30 кг за плечами. С этой базовой нагрузкой они преодолевают маршем десятки километров, в том числе, под обстрелом возможного противника. Именно готовность к успешному ведению боевых наступательных действий и послужила основной целью разработки в 2008 г. теста боевой физической подготовки CFT (Combat Fitness test) для корпуса морской пехоты США (USMC), который дополняет общий тест физической подготовки (Physical Fitness Test – PFT) функциональными элементами боевой подготовки [9]. Для оценки боеготовности, силы, выносливости, ловкости, координации, а также аэробных и анаэробных способностей морпехам предлагается серия испытаний из трёх последовательных этапов с чётко регламентированными интервалами отдыха [11, 12].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Проверка боевой физической подготовки состоит из трёх последовательных этапов – MTC (movement to contact или сближение с противником), AL (ammunition lift или жим ящика с боеприпасами над головой) и MANUF (maneuver under fire или манёвры под огнём). Первый этап MTC – это бег на 880 ярдов (830 метров), единовременная проверка быстроты и выносливости. Участникам предлагается пробежать дистанцию с максимальной скоростью. Второй этап AL представляет собой тест силовой выносливости верхней части тела и предполагает жим ящика с боеприпасами массой 30 фунтов (13,6 кг) от груди над головой. На упражнение испытуемым даётся две минуты, за это время им предстоит совершить максимальное количество повторов упражнения. И, наконец, MANUF – это завершающий, третий этап проверки морских пехотинцев в рамках тестирования CFT. В его основе – последовательное решение отдельных боевых задач, в числе которых переноска боеприпасов, метание гранат, а также различные виды аэробных и анаэробных нагрузок. Все отрабатываемые в ходе испытаний навыки ориентированы на подготовку пехотинца к реальному бою. Так, спринт, резкая смена направления движения (J-крюк, бег зигзагом между конусами) и перемещение на четвереньках требуются солдату, оказавшемуся под прицельным снайперским огнём, а движение по-пластунски позволяет покрывать значительные расстояния, не выдавая противнику своего присутствия. Отдельного внимания заслуживает процесс эвакуации с поля боя раненых – морпехи учатся перетаскивать и переносить товарищей на скорость. Эту часть задания можно рассматривать как еще один элемент тренировки, ориентированный на жизнесохранение бойца. Впрочем, это последовательно отработанное действие служит также своеобразным психологическим допингом: безусловное знание, что при самом жёстком сценарии морпеха не оставят под пулями противника, формирует у бойца твёрдую уверенность в товарище и «чувство локтя». Опишем MANUF подробнее [11, 12].

1-ый раунд. На стартовой позиции морские пехотинцы принимают положение лёжа, грудь на земле. По команде вперёд – поднимаются и бегут до отметки 25 ярдов (1 ярд = 0,944 м), на которой совершают разворот по часовой стрелке вокруг специально установленного маркера, так называемый J-крюк. Сразу после этого испытуемые принимают положение «лёжа» и начинают движение по-пластунски (локти, колени, туловище на земле) на 10 ярдов. Следующие 15 ярдов, до отметки 50 ярдов, пехотинцы двигаются ползком на четвереньках (кисти и колени касаются земли). Далее, до отметки в 75 ярдов, испытуемые преодолевают расстояние бегом

зигзагом (змейкой) между конусами, задание на координацию. На этом участке пехотинца ждет раненый товарищ, он сидит спиной по направлению движения с прямыми ногами. Испытуемый его подхватывает за предплечья и тащит спиной до рубежной отметки. «Раненый» по ходу движения сохраняет ноги прямыми, земли касаются только пятки, переступать и отталкиваться ногами, помогая товарищу, запрещено (рис. 1).

2-ой раунд. Движение продолжается в рамках той же полосы, но в обратном направлении. Морпех тащит «раненого» на позицию, с которой они начали совместное перемещение. Здесь боец подхватывает товарища высоко на плечи в позицию «переноски пожарного» и как можно быстрее возвращается с ним на стартовую позицию, где аккуратно ставит «раненого» на землю (рис. 1).

3-ий раунд. Пехотинец берет два ящика с боеприпасами весом по 30 фунтов каждый (13 кг 600 г + 13 кг 600 г) и бежит до отметки 75 ярдов, между конусами, расставленными по ходу движения, выполняет координированный бег, повторяя упражнение 1 раунда, но с нагрузкой (рис. 1).

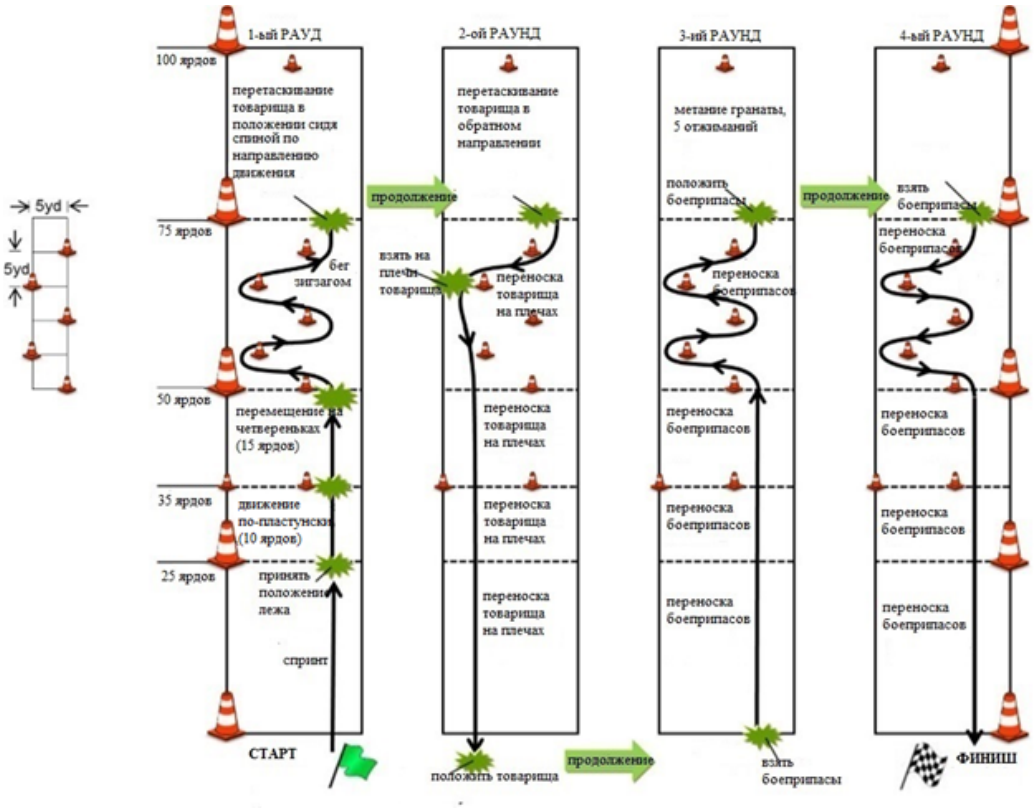

Рисунок 1 – План упражнения MANUF в рамках CFT для морских пехотинцев США [11, 12]

4-ый раунд. На рубежной отметке пехотинец ставит ящики с боеприпасами. Затем из положения стоя выполняет метание гранаты (муляж). Если пехотинец не попадёт в цель, к его общему времени будет добавлено 5 с. Поразив цель, испытуемый принимает положение лёжа и выполняет пять отжиманий. Затем вновь поднимает ящики с боеприпасами и возвращается на стартовую позицию, прохождение конусов вновь предполагает координированный бег зигзагом [11, 12]. Добавим, что все четыре раунда испытания проходят в пределах одной полосы препятствий (рис. 1).

Компиляция столь различных упражнений в единый этап проверки CFT позволяет выявить взаимосвязь силовых, аэробных и анаэробных возможностей морпеха в фокусе решения конкретных боевых задач.

Эта ежегодная проверка предполагает балльную систему оценивания. Её успешная сдача гарантирует военнослужащим получение стимулирующих выплат, невыполнение нормативов, напротив, сопряжено с риском увольнения.

Таблица 1 – Рекомендованный нормативный минимум выполнения упражнения «Манёвры под огнём» у мужчин и женщин [12]

Рекомендованный нормативный минимум выполнения упражнения «Манёвры под огнём» у мужчин								
возраст	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+
t, мин., с	3,17	3,18	3,22	3,30	3,42	3,59	4,14	6,09
Рекомендованный нормативный минимум выполнения упражнения «Манёвры под огнём» у женщин								
возраст	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+
t, мин., с	4,53	4,34	4,40	4,44	4,56	5,01	5,06	6,33

Приведённые в таблице 1 нормативные показатели носят исключительно рекомендательный характер. Для успешной сдачи CFT морскому пехотинцу в ходе трёх проверочных этапов (третий из которых MANUF) необходимо набрать 150 баллов. Отметим, что этот минимум был принят в 2020 г., годом ранее он был ниже и составлял 120 баллов. Военнослужащим, набравшим по 40 баллов, сдача этапа MANUF по-прежнему засчитывается, однако для прохождения всего теста им необходимо «добрать» недостающие баллы на этапах MTC и/или AL в рамках CFT. В нижеприведённой таблице 2 представлены минимальные и максимальные нормативные значения уровня боевой физической готовности.

Таблица 2 – Нормативы выполнения упражнения «Манёвры под огнём» у мужчин и женщин согласно балльному минимуму (40 баллов) и максимуму (100 баллов) [11, 12]

Нормативы выполнения упражнения «Манёвры под огнём» у мужчин								
возраст	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+
t, мин. с / (100 баллов)	2,07	2,04	2,05	2,10	2,16	2,23	2,40	2,52
t, мин. с / (40 баллов)	3,17	3,18	3,22	3,30	3,42	3,59	4,14	6,09
коррекция с учётом геопотенциальной высоты (1376 м +)								
t, мин. с / (100 баллов)	2,15	2,12	2,13	2,18	2,24	2,31	2,48	3,00
t, мин. с / (40 баллов)	3,25	3,26	3,30	3,38	3,50	4,07	4,22	6,17
Нормативы выполнения упражнения «Манёвры под огнём» у женщин								
возраст	17-20	21-25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51+
t, мин. с / (100 баллов)	2,55	2,45	2,42	2,49	2,53	2,57	3,35	3,44
t, мин. с / (40 баллов)	4,53	4,34	4,40	4,44	4,56	5,01	5,06	6,33
коррекция с учётом геопотенциальной высоты (1376 м +)								
t, мин. с / (100 баллов)	3,03	2,53	2,50	2,57	3,01	3,05	3,43	3,52
t, мин. с / (40 баллов)	5,01	4,42	4,48	4,52	5,04	5,09	5,14	6,41

Сдача тестирования в условиях гористой местности на высоте 4500 футов (1376 м) и выше даёт бойцам как мужчинам, так и женщинам, незначительное временное преимущество в 8 секунд.

Интересно по нормативным показателям проследить градацию максимальной нагрузки в фокусе гендера и возраста морпехов. Так, предполагается, что пиковая физическая форма у женщин приходится на возрастную группу 26-30 лет, у мужчин – на возраст 21-25 лет, к 26 годам требования к физической подготовленности среди мужчин начинают постепенно снижаться. В российской армии максимальные требования к физической подготовке мужчин и женщин предъявляются к курсантам старших курсов военных вузов, а также к военнослужащим-контрактникам 1 категории первой возрастной группы «до 25 лет» [6]. Отметим, что ни один из подходов в полной мере не отвечает результатам проводимых исследований. Так, по статистике женщины профессионально заниматься спортом заканчивают раньше мужчин [2], а свои лучшие результаты (мировые рекорды), например в плавании, показывают в возрасте от 18 до 25 лет, в то время как мужчины своих пиковых показателей достигают к 20-26 годам [1].

Ориентир на воспитание универсального бойца с оптимальными функциональными характеристиками объясняет внимание, которое командование ВС США уделяет здоровью военнослужащих. Так, согласно результатам исследований Центра контроля заболеваемости американского колледжа спортивной медицины, приоритет в ходе планирования физических нагрузок следует отдавать аэробным непродолжительным тренировкам высокой интенсивности. Такой подход позволяет улучшить состояние здоровья и повысить результаты всесторонней физической подготовленности [5]. Непродолжительность этапа MANUF и его высокая интенсивность как нельзя лучше способствуют оптимизации боевой готовности морпеха, формируя у него необходимые физические качества, такие как быстрота, ловкость и выносливость, что, в свою очередь, предупреждает травматизм.

В своём отчёте о проведённых исследованиях в 2014 г. CNA (аналитический военно-морской центр ВМС и Корпуса морской пехоты США) убедительно доказывает, что уровень травматизма и уровень физической подготовленности взаимообусловлены. Чем выше класс бойца, тем меньше он подвержен травмам. Так, среди морских пехотинцев, сдающих тестирования по физической и боевой подготовке в соответствии с балльным уровнем 1 категории, процент травмированных в ходе тренировочных и тестовых нагрузок составляет 2,4%, 2 категории – 3,6% и, наконец, 4,6% наименее физически развитых бойцов, результаты которых соответствуют 3 категории, не выдерживают нагрузок и получают травмы [7, 10]. Статистические данные американских исследователей свидетельствуют о том, что риск получения травмы у слабо подготовленного бойца фактически удваивается в сравнении с хорошо тренированным морпехом.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Ужесточение нормативных требований к сдаче CFT нацелено на повышение общего уровня боеготовности морских пехотинцев. При этом усложнение тестирования по замыслу командования не приведёт к росту травматизма в ходе его сдачи, а, напротив, снизит. М. Фрост, генерал-майор ВС США настаивает на том, что проверки не должны становиться причиной утраты здоровья, их необходимо рассматривать лишь как промежуточный этап подготовки солдата к реальному бою: «Тест улучшит физическую готовность солдат, изменит культуру физической подготовки в армии, сведёт к минимуму травматизм, <…> повысит уровень выносливости, <…> в перспективе новый тест станет краеугольным камнем индивидуальной боевой готовности» [4, 8, 13-17]. Таким образом, ужесточение требований к уровню ФП морских пехотинцев позволит не только повысить их боевую готовность, но и минимизировать случаи травматизма в рядах ВС.

ЛИТЕРАТУРА

1. Большакова, И. В. Мировые рекорды и возраст пловцов при достижении наивысших спортивных результатов // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2014. – № 2 (40). – С. 42-45 [Электронный ресурс].– Режим доступа : https://elibrary.ru/file_article.asp (дата обращения : 24.05.2021).
2. Ильин, Е. П. Дифференциальная психология мужчин и женщин. – 2001 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://bookap.info/genpsy/ilyin/gl101.shtm (дата обращения : 24.05.2021).
3. Першин, Ю. Ю. Современные тенденции комплектования сил специальных операций ВС США / Ю. Ю. Першин, Д. Д. Митьков // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур.– 2020. – № 3. – С. 56-60.
4. Политов, А. В. Новый тест по физической подготовке в армии США: гендерный разрыв / А. В. Политов, И. В. Корчагин, М. Ю. Бомбина // сб. трудов конф. : Актуальные проблемы современной системы физической подготовки в высших военно-учебных заведениях Министерства обороны Российской Федерации.– СПб. : ВИФК, 2020. – С. 156-161.
5. Политов, А. В. Методические подходы к организации физической подготовки морской пехоты США / А. В. Политов, И. В. Корчагин, А. М. Фофанов, О. А. Мужчиль // Физическая подготовка и спорт в иностранных армиях. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 81-88.
6. Таблица оценки физической подготовленности военнослужащих: Приложение № 16 к Наставлению (ст. 245) : [ред. приказ МО № 560, от 31.06.2013] // НФП-2009 : приказ МО № 200 от 21.04.2009.
7. Эндрю, Э. Распространенность травм опорно-двигательного аппарата, полученных во время подготовки новобранцев Корпуса морской пехоты / Э. Эндрю, А. Э. Дженсен, М. Лэрд [и др.] // Военная медицина. – 2019. – № 184 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://academic.oup.com/milmed/article/184/Supplement_1/511/5418645 (дата обращения : 01.05.2021).
8. Кокс, М. Полная информация: армия наконец-то показывает будущий тест на боевую пригодность / М. Кокс // Military.com. – 2018 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.military.com/daily-news/2018/07/09/army-will-require-all-soldiers-take-new-combat-fitness-test-2020.html (дата обращения : 26.04.2021).
9. Яворский, Р. Л. Изменения в выполнении боевых задач при возрастающих нагрузках у морских пехотинцев на действительной службе / Р. Л. Яворский, А. Йенсен, Б. Нидербергер [и др.] // Военная медицина.– 2015.– № 180. – С. 179-186 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://academic.oup.com/milmed/article/180/suppl_3/179/4237616 (дата обращения : 19.04.2021).
10. Корпорация CNA: Оценка того, как физическая подготовка по программе отсроченного поступления связана с истощением, травмами и физической подготовкой на рабочем месте: итоговый технический отчет 2014 DRM-2014-U-007869. Форт Бельвуар, Вирджиния, Центр технической информации Министерства обороны [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.cna.org/cna_files/pdf/DRM-2014-U-007869-Final.pdf (дата обращения : 09.04.2018).
11. Канцелярия коменданта корпуса морской пехоты: Физическая подготовка корпуса морской пехоты и тесты на боевую пригодность: Приказ корпуса морской пехоты 6100.13 А. – Вашингтон, округ Колумбия, Министерство обороны, 2018.
12. Канцелярия коменданта корпуса морской пехоты: Физическая подготовка корпуса морской пехоты и тесты на боевую пригодность: Приказ корпуса морской пехоты 6100.13 А СН 2. – Вашингтон, округ Колумбия, Министерство обороны, 30 декабря 2019.
13. 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.
14. Зыков, А. В. Система профессионального обучения различных категорий личного состава вооруженных сил Норвегии / А. В. Зыков, С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В.Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С.43-47.
15. Сущенко, В. П. Факторы, определяющие отношение призывной студенческой молодежи к выполнению норм и требований Физкультурно-спортивного комплекса ГТО / В. П. Сущенко, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, И. В. Корчагин // Здоровье - основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. – 2018. – Т.13. – № 2. – С.704-710.
16. 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.
17. 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.

REFERENCES

1. Bolshakova, I. V. World records and the age of swimmers when achieving the highest sports results / I. V. Bolshakova // Slobozhansky naukovo-sportivny visnik. – 2014. – No. 2 (40). – P. 42-45. – Available at : https://elibrary.ru/file_article.asp.
2. Ilyin, E. P. Differential psychology of men and women. 2001 / E. P. Ilyin. – Available at : https://bookap.info/genpsy/ilyin/gl101.shtm.
3. Pershin, Yu. Yu. Modern trends in recruiting special operations forces of the US Armed Forces / Yu. Yu. Pershin, D. D. Mitkov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 3. – P. 56-60.
4. Politov, A. V. New test for physical training in the US army: gender gap / A. V. Politov, I. V. Korchagin, M. Yu. Bombina // Proceedings of the conf. : Actual problems of the modern system of physical training in higher military educational institutions of the Russian Defence Ministry. – 2020. – P. 156-161.
5. Politov, A. V. Methodological approaches to the organization of physical training of the US Marine infantry / A. V. Politov, I. V. Korchagin, A. M. Fofanov, O. A. Muzhchil // Physical training and sport in foreign armies. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 81-88.
6. Table of assessment of physical fitness of military personnel: supplement No. 16 to the Manual (Art. 245): [edit. order of the Ministry of Defense No. 560, dated 31.06.2013] // PTM-2009: order of the Ministry of Defense No. 200 of 21.04.2009.
7. Andrew, E. Prevalence of Musculoskeletal injuries sustained during Marine Corps recruit training / E. Andrew, A. E. Jensen, M. Laird [et al.] // Military medicine. – 2019. – № 184. – Available at : https://academic.oup.com/milmed/article/184/Supplement_1/511/5418645.
8. Cox, M. Full Details: The Army Finally Reveals Future Combat Fitness Test / M. Cox // Military.com. – 2018. – Available at : https://www.military.com/daily-news/2018/07/09/army-will-require-all-soldiers-take-new-combat-fitness-test-2020.html.
9. Jaworski, R. L. Changes in combat task performance under increasing loads in active duty marines / R. L. Jaworski, A. Jensen, B. Niederberger [et al.] // Military medicine. – 2015 – No 180. – P. 179-186. – Available at : https://academic.oup.com/milmed/article/180/suppl_3/179/4237616.
10. CNA Corporation: Assessing how delayed entry program physical fitness is related to in-service attrition, injuries, and physical fitness: Technical Report 2014 DRM-2014-U-007869-Final. Fort Belvoir, VA, Defense Technical Information Center. – Available at : https://www.cna.org/cna_files/pdf/DRM-2014-U-007869-Final.pdf.
11. Office of the Commandant of the Marine Corps: Marine Corps physical fitness and combat fitness tests: Marine Corps Order 6100.13A. Washington, DC, Department of Defense, 2018.
12. Office of the Commandant of the Marine Corps: Marine Corps physical fitness and combat fitness tests: Marine Corps Order 6100.13A CH 2. Washington, DC, Department of Defence, 30 DEC 2019.
13. Zykov, A.V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the Armed Forces of Saudi Arabia / A.V. Zykov, O. S. Bosman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of power structures. –2020. – No. 3. – P. 32-36.
14. Zykov, A.V. The system of professional training of various categories of personnel of the Norwegian armed forces/ A.V. Zykov, S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of power structures. – 2020. – No. 4. – P. 43-47.
15. Sushchenko, V. P. Factors determining the attitude of conscripted student youth to the fulfillment of the norms and requirements of the Physical culture and sports complex of the TRP / V. P. Sushchenko, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, I. V. Korchagin // Health-the basis of human potential: problems and ways to solve them. 2018. Vol. 13. – No. 2. – P. 704-710.
16. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of the leading NATO countries. monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
17. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of US military personnel: textbook. manual / V. A. Shchegolev, V. P. Sushchenko // St. Petersburg: Publishing house of the Polytechnic University, 2017. – 113 p.

УДК 355.211.1:355.233.22

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ КОМПЛЕКТОВАНИЯ СИЛ СПЕЦИАЛЬНЫХ ОПЕРАЦИЙ ВС НОРВЕГИИ

Першин Юрий Юрьевич, доктор философских наук, доцент, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;
Митьков Дмитрий Юрьевич, соискатель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

CURRENT TENDENCIES OF THE NORWEGIAN SPECIAL OPERATION FORCES (FORSVARETS SPESIALSTYRKER) MANNING

Pershin Yu.Yu., Doctor of Philosophy, Associate Professor, Senior Researcher of the Research center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;
Mitkov D.Yu., Applicant, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:
В статье дается обзор материалов, посвященных подразделениям, составляющих основу Силы специальных операций ВС Норвегии.

Ключевые слова:
силы специальных операций, ВС Норвегии, оператор ССО, процесс отбора.

Abstract:
The article provides an overview of the materials devoted to the units that form the basis of the Special Operations Forces of the Norwegian Armed Forces.

Key words:
Special Operations Forces, Norwegian Armed Forces, SOF operator, selection process.

ВВЕДЕНИЕ

8 февраля 2021 г. начальник разведывательной службы Норвегии вице-адмирал Н.А. Стенсенс, начальник Службы безопасности и полиции Г.С. Шевольд и начальник Управления национальной безопасности К. Нильсен совместно представили открытые части своих докладов [10], посвященных оценке угроз и рисков, с которыми, по мнению специалистов этих организаций, сталкивается Норвегия в 2021 г. Нетрудно догадаться, что в угоду американскому «старшему брату» одной из самых значительных угроз в докладе уже традиционно определена Российская Федерация.

Норвегия небольшая по размеру и по количеству населения страна (около 5,5 млн человек), тем не менее имеет систему организаций, осуществляющих разведывательную и контрразведывательную деятельность, а также отвечающих за общественную безопасность. Силовую составляющую, обеспечивающую безопасность в стране в мирное время, помимо полиции, осуществляют и подразделения Сил специального назначения вооруженных сил Норвегии (Forsvarets spesialstyrker): подразделение специальных операций Forsvarets spesialkommando (FSK) и подразделение специальных операций ВМС Marinejegerkommandoen (MJK). Это наиболее боеспособные подразделения вооруженных сил Норвегии, в которые отбираются военнослужащие, прошедшие срочную военную службу, в том числе и по результатам тестирования физической подготовленности.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В своей работе «Норвежский спецназ» Й. Хаммерсмарк обозначил основную идею, в соответствии с которой должны применяться подразделения специального назначения ВС Норвегии. Как правило, пишет он, спецназ включается в более крупные кампании, где основной силой являются обычные силы [13] (т. е., это, по сути, концепция «гибридной войны» в ее первоначальном варианте, см.: [3, 4, 5, 8]). Таким образом, на практике силы специального назначения составляют небольшую долю от общего числа ВС Норвегии. Отсюда, при численности около 20 тыс. чел, вооруженные силы Норвегии в военном

конфликте, даже при полной мобилизации в военное время (от 70 тыс. чел.), скорее всего, могут придерживаться партизанской тактики, сочетая (на суше) действия Сухопутных войск, войск территориальной обороны и подразделений специального назначения (в тылу противника).

Подразделения специального назначения ВС Норвегии находятся в тесном контакте и обмениваются опытом подготовки и несения службы с аналогичными иностранными подразделениями Специальной авиадесантной службы и Особой лодочной службы Войск специального назначения Великобритании, отрядом «Дельта» и подразделениями «морских котиков» ВМС США, Полком специальной авиадесантной службы [7] и 2-м полком коммандос ВС Австралии, подразделениями KSK и GSG-9 Германии. Следует ожидать, что и методы, и содержание тренировок и тестов будут схожими и будут сочетать в себе наиболее оптимальные и проверенные опытом упражнения и элементы подготовки, применяемые их иностранными коллегами.

Предполагается, что операторы спецназа – Spesialoperatørene (spesialsoldatene), военнослужащие FSK и MJK, прошедшие самую жесткую военную подготовку – должны уметь работать со всем штатным вооружением и техническими средствами на земле, в воздухе и в воде и решать самые сложные задачи во время ведения боевых действий. Это означает, что их обучают всему – от ведения боевых действий в Арктике до войны в джунглях и городе. Их также обучают прыжкам с парашютом, подводному плаванию, скалолазанию и многому другому [15].

Таким образом, в подразделении специальных операций Forsvarets spesialkommando (FSK) готовят бойцов/операторов СпН с квалификацией Spesialjeger (дословно: специальный егерь/охотник), а в подразделении специальных операций ВМС Marinejegerkommandoen (MJK) – Marinejeger (дословно: морской егерь/охотник) и Spesialbåtoperatør (дословно: специальный оператор лодок).

Подготовка специальных егерей/охотников (Spesialjeger)

Егеря в составе подразделения специальных операций Forsvarets spesialkommando (FSK) осуществляют множество видов деятельности: от разведывательно-диверсионных и штурмовых операций до оказания поддержки сухопутным войскам и воздушного десантирования [18].

Они могут также оказывать поддержку полиции в борьбе с терроризмом и освобождении заложников, в том числе и на морских нефтяных и газовых платформах, на судах в территориальных водах Норвегии и на суше.

Командованию подразделениями специального назначения Вооруженных Сил Норвегии необходимы операторы с различным опытом, интересами и компетенциями, которые, работая в команде, могут повысить ее интеллектуальный, профессиональный и боевой уровни в решении задач любой сложности. Необходимые военнослужащим знания могут варьироваться от языковых и компьютерных навыков до автоспорта и управления беспилотными летательными аппаратами. Помимо этого, оператор должен обладать значительной умственной и физической устойчивостью и выносливостью. Он должен быть в состоянии выполнять различные задачи при значительном уровне стресса, должен быть любознательным, способным быстро учиться и уметь ставить интересы и нужды своего отряда/патруля выше своих собственных.

Во время базового курса подготовки специальные операторы проходят тренировки и обучение как универсалы. Во время службы в боевых подразделениях они получают различную специализацию, например, медика, диверсанта, снайпера или подрывника.

Для того, чтобы поступить на службу в подразделение специальных егерей/охотников, кандидатам необходимо пройти тщательный и всесторонний процесс отбора. При отборе образование занимает центральное место, при этом подать заявление на прохождения тестирования для зачисления в подразделение специальных егерей/охотников может только военнослужащий, уже прошедший срочную службу.

Полностью процесс отбора в подразделение специальных егерей/охотников длится более двух лет и включает в себя тестирование при зачислении, один год обучения в качестве специалиста-охотника по различным дисциплинам специального назначения, а также испытательный год в качестве специального

егеря/охотника в оперативном батальоне (разведывательный батальон традиционно называется «squadron», а разведывательная рота – «troop»). После этого, если военнослужащего сочтут годным, то в подразделение в качестве специального егеря/охотника.

В течение года каждый кандидат проходит обучение, чтобы иметь возможность быть сертифицированным в качестве оперативного специального егеря/охотника. Помимо всего прочего, обучение включает в себя изучение стрелкового вооружения и огневую подготовку и специализацию, подготовку в качестве связиста, медика, члена патрульной группы, проходит курсы выживания SERE, ближнего/рукопашного боя и многому другому. Цель состоит в том, чтобы дать военнослужащим знания, навыки и установки, необходимые для работы в качестве бойца спецподразделения на современном поле боя.

Первые четыре недели обучения военнослужащие проходят курс стрельбы, за которыми следуют курсы проникновения на территорию, занятую противником (прыжки с парашютом, десантирование по тросу и спуск со скалы по веревке). Затем следует курс выживания SERE (Выживание, Побег/Уклонение, Сопротивление, Эвакуация). Далее в течение всей осени проводятся курсы рукопашного боя и медицинская подготовка. Осень заканчивается семинедельными патрульными курсами, где первая неделя включает начальные уроки и обучение в Рёне (недалеко от Осло), а затем около пяти недель обучения в джунглях. Зимой и ранней весной проводятся курсы CQB/close-quarters-combat (курсы ближнего боя), SR-курсы (разведка в городских условиях) и МКТ (контртеррористические операции на море).

Требования к физической подготовленности специальных егерей/охотников.

Подтягивания (с зависанием) – 8 раз.

Подтягивание начинается с виса на прямых руках. В верхнем положении подбородок должен находиться над планкой. Между подтягиваниями руки должны быть выпрямлены, а тело находиться в свободном висе.

Отжимания – 45 раз.

Руки – на ширине плеч. При отжиманиях в верхнем положении тело должно быть вытянуто, а руки выпрямлены. В нижнем положении грудь должна касаться пола. Между отжиманиями не допускаются паузы более 3 сек.

Скручивания (упражнение на пресс) – 50 раз за 2 мин.

Начальное положение – лежа, спина прямая, ноги согнуты под углом 90 градусов. Руки сцеплены за головой. При подъеме попеременно касаться правым локтем левого колена и наоборот. Запрещается находиться в горизонтальном положении более 5 сек.

Плавание 400 м – за 11мин.

Стиль плавания – свободный. После начального прыжка военнослужащий должен проплыть первые 25 м под водой. Одежда: купальники. Подводное плавание – 25 м с погружением на старте. Одежда: купальники.

Бег по кругу (32 круга по 10 мин).

Один круг: 15 м бегом х 7 м шагом х 15 м бегом х 7 м шагом.

Полевой марш 30 км – за 4 часа 40 мин.

Основное снаряжение: рюкзак, весом 22 кг, оружие, 2 литра воды и еды (всего около 28 кг). Одежда: спортивные костюмы и походные ботинки.

Подготовка морских егерей/охотников (Marinejeger)

Подразделение морских егерей/охотников является составной частью норвежских сил специального назначения/операций [17]. Морские егеря проводят специальные операции как в Норвегии, так и за ее границами. При этом они способствуют проведению контртеррористических операций и работе полиции, если от нее последует запрос.

Командование Военно-Морских сил специального назначения отбирает и обучает военно-морских охотников (специальных операторов) в боевые батальоны. Кроме того, здесь же отбираются и обучаются специальные операторы лодок. Командование морских егерей располагается на главной базе Хоконсверн (Берген) и базе подготовки в Рамсунде.

Требования к кандидатам аналогичны требованиям специальным егерям, хотя упражнения тестирования физической подготовленности частично отличаются.

Требования к физической подготовленности морских егерей.

Подтягивания – 8 раз.

Подтягивание осуществляется из положения виса на перекладине на прямых руках,

разведенных на ширину плеч. При подтягивании тело должно быть прямым.

Отжимания – 45 раз.

Отжимания следует проводить без остановок, с максимальным временем фиксации тела в верхнем и нижнем положении – 2 сек. Засчитанным отжимание считается тогда, когда военнослужащий в нижнем положении касается ладони инструктора, проводящего тестирование. Она находится в раскрытом положении на полу, при этом тестируемый касается ее грудью. Помимо этого, тело военнослужащего при отжиманиях не сгибается, а руки находятся на ширине плеч.

Скручивания в висе вниз головой –14 раз.

Тест предназначен для тестирования мышц живота и бедер. Военнослужащий начинает упражнение в висе, с согнутыми на 90 градусов в колене ногами и прямым бедром. В течение всего упражнения ему следует 3 пальцами держать на затылке петлю диаметром 10 см. Верхняя часть тела поднимается до тех пор, пока оба локтя не коснутся коленных чашечек. Все повторения должны проводиться под постоянным контролем. Подъемы не засчитываются, если военнослужащий не касается обоими локтями коленных чашечек обоими локтями, если он больше не в состоянии продолжать упражнение или начинает «подпрыгивать», начиная сгибание. Перед подъемами тела допускается не более 1 паузы продолжительностью 3 сек. Разрешаются несколько вариантов проведения этого теста (рис. 1).



Рисунок 1 – Варианты проведения теста «Скручивания в висе вниз головой»

Плавание 400 м – за 10 мин.

Стиль плавания – свободный. Заплыв проводится в 25-метровом бассейне от стенки бассейна, за которую пловец держится рукой.

Плавание под водой, дистанция 25 м.

Заплыв начинается с положения, когда пловец находится в воде и рукой держится за стенку бассейна. При заплыве все тело должно находиться под водой до того момента, когда пловец не коснется противоположной стенки бассейна. Стиль плавания – свободный.

Бег на дистанцию 5000 м, время – 25 мин.

Военнослужащий одет в спортивную одежду и обувь, при этом несет на себе рюкзак, весом в 9 кг.

Марш с нагрузкой, дистанция 15 км, время – 2,5 часа.

Тест проводится на грунтовой дороге, проходящей по разнообразной местности. Военнослужащий несет рюкзак, весом 20 кг, оружие. Максимальное время преодоления военнослужащим дистанции 15 км – менее чем 2,5 часа (скорость передвижения – не менее 6 км/ч). Военная обувь выбирается по желанию (индивидуально).

Подготовка специальных операторов лодок (Spesialbåtoperatør)

Основой процветания Норвегии являются морские ресурсы, такие как рыба, нефть, газ, а также судоходство. Поэтому для обеспечения их безопасности необходимо подразделение специальных операторов лодок, spesialbåtoperatører (SBO) [19]. Это подразделение также является частью норвежских сил специального назначения/операций.

Для того чтобы быть зачисленным в данное подразделение, кандидату не нужен ни военный, ни военно-морской опыт и стаж, он может подать заявление на зачисление на службу, имея среднее образование. Самое главное, что от него требуется – быть мотивированным, психически устойчивым и способным работать в команде.

Кандидаты, желающие проходить службу в качестве специального оператора лодок, приезжают со всей Норвегии. У них очень разный опыт и возраст – от выпускников средней школы или вуза до спортсменов, профессиональных военнослужащих и квалифицированных рабочих. Опыт набора показывает, что лучшие операторы – это те, кто пришел в это подразделение в самом молодом возрасте. Однако жизненный и соответствующий профессиональный опыт также могут очень пригодиться оператору во время службы. Тем не менее, преимущество отдается кандидатам с

морским опытом, имеющим образование или квалификацию судового механика, штурмана или просто имеющим опыт работы на различных судах.

Комиссия предъявляет высокие требования к мотивации кандидатов, их физической подготовленности и способности к обучению. Немногие из тех, кто подают заявление на зачисление, в дальнейшем могут не пройти тестирования. Поэтому для кандидатов разработана специальная программа по физической подготовке, рассчитанная на 24 недели, которую можно брать за образец. Программа размещена на сайте Министерства обороны Норвегии [19].

Требования к физической подготовленности специальных операторов лодок полностью повторяют требования к физической подготовленности морских егерей.

Процесс зачисления длится около 5 недель, в течение которых проверяется выдержка кандидатов и то, как они справляются с дискомфортом. После зачисления кандидат на несколько недель отправляется домой в отпуск. Курсы обучения специального оператора лодок обычно ежегодно начинаются в августе.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В русле популярной на Западе политике гендерного равенства и эгалитарности Министерство обороны Норвегии в 2014 году запустило пилотный проект: в составе FSK появилась группа специального назначения Jegertroppen, полностью состоящая из женщин. Требования к физической подготовленности бойцов женского подразделения немногим уступают требованиям к мужчинам: подтягивания – 6 раз, отжимания – 40 раз, скручивания – 50 раз за 3 мин, бег на 3 км за максимально допустимое время – 13 мин, плавание – 400 м (первые 25 м подводой) за максимально допустимое время 11 мин и марш на 15 км/9 миль в выкладке (рюкзак 22 кг, оружие, военная обувь) по лесу за максимально допустимое время 2 ч 15 мин. В 2017 г. проект был признан успешным, и набор женщин в группы ССО продолжается до настоящего времени [16]. Из приведенных данных очевидно, что, во-первых, женщины будут и далее в профессиональном, физическом и других аспектах приравниваться к мужчинам и при этом гендерные различия будут совершенно исключены из факторов, мешающих совместной службе (об этом говорит, например, факт введения в ВС Норвегии унисекс-казарм и комнат. Во-вторых, очевидно, что Норвегия продолжит придерживаться активной политики участия своих ВС в горячих точках, в частности, на Ближнем востоке, где распространено гендерное неравенство, привлекая военнослужащих-женщин в ситуациях, когда их присутствие необходимо при переговорах с местными жителями-женщинами. В-третьих, при общих проблемах с набором [1, 2, 6, 9, 11, 12, 14], с которыми также сталкиваются и ВС Норвегии, их численность придется сохранять за счет имеющегося в наличии контингента, независимо от гендерных различий.

ЛИТЕРАТУРА

1. 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 : материалы Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 110-ой годовщине образования Воен. ин-та физ. культуры: в 2-х ч / Под ред. В. Л. Пашута. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 149-152.
2. 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.
3. Першин, Ю. Ю. «Гибридная война» как интеллектуальная провокация // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Философия. Политология. Культурология. Том 1 (67). – 2015. – № 1. – С. 80-88.
4. Першин, Ю. Ю. Записки о «гибридной войне» [Электронный ресурс] // Вопросы безопасности. – 2016. – № 4. – С. 63-85. – Режим доступа : http://e-notabene.ru/nb/article_19510.html.
5. Першин, Ю. Ю. Гибридная война: много шума из ничего [Электронный ресурс] // Вопросы безопасности.– 2019. – № 4. – С. 78-109. – Режим доступа : https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=30374.

6. 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.
7. Першин, Ю. Ю. Система комплектования Полка специальной авиадесантной службы SASR ВС Австралии/ Ю. Ю. Першин, А. В. Политов // Физическая подготовка и спорт в иностранных армиях. – СПб. : ВИФК, 2019. – С. 73-80.
8. Першин, Ю. Ю. Гибридная война: неуловимые армии и невидимые руки [Электронный ресурс] // Вопросы безопасности. – 2020. – № 2. – С. 48-71. – Режим доступа : https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=32680.
9. 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.
10. Бай Х.-Г. Норвежская разведывательная служба: деятельность внешней разведки против Норвегии остается серьезной угрозой // High North News [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.highnorthnews.com/en/norwegian-intelligence-service-foreign-intelligence-activity-against-norway-remains-significant.
11. Дирстад, С. М. Аэробная подготовка молодых норвежских мужчин: сравнение между 1980 и 2002 гг. / С. М. Дирстад, А. Аандстад, Дж. Халлен // Скандинавский журнал медицины и науки в спорте. – 2005. – Т. 15. – Вып. 5. – С. 298-303.
12. Дырстад, С. М. Физическая готовность и физическая подготовка во время норвежской военной службы / С. М. Дырстад, Р. Солтведт, Дж. Халле // Военная медицина. – 2006. – Т. 171. – № 8. – С. 736-741.
13. Хаммерсмарк, Дж. И. Норвежский спецназ. От скрытого ресурса до политического авангарда / Дж. И. Хаммерсмарк, // Штабное училище Вооруженных сил. Военные исследования. Школа штаба Вооруженных сил. – 2015. – № 3. – 117 с.
14. Лейк, Д. Физическая работоспособность, масса тела и ИМТ молодежи в Германии в 2000-2004 годах: результаты исследования по тестированию физической подготовленности / Д. Лейк, У. Роде, У. Горжес [и др.]// Международный журнал спортивной медицины. – 2005. – Вып. 08. – Т. 27. – С. 642-647.
15. Вооруженные силы. Силы специального назначения вооруженных сил [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.forsvaret.no/jobb/forsvarets-spesialstyrker.
16. Вооруженные силы. Отряд охотников [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.forsvaret.no/forstegangstjeneste/tjenesteguiden/sokbare-forstegangstjenester/jegertroppen#Jegertroppen.
17. Вооруженные силы. Морской охотник [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.forsvaret.no/jobb/forsvarets-spesialstyrker/marinejeger.
18. Вооруженные силы. Особый охотник [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.forsvaret.no/jobb/forsvarets-spesialstyrker/spesialjeger.
19. Вооруженные силы. Оператор специального катера [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.forsvaret.no/jobb/forsvarets-spesialstyrker/sbo.

REFERENCES

1. Korchagin, I. V. Perspective scientific approaches to physical training in the US Armed Forces / I. V. Korchagin, O. A. Muzhchil, M. Yu. Bombina // Military Institute of Physical Training – center for training specialists of security 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 : In 2 pts / Ed. V. L. Pashuta. – St. Petersburg: MIPT, 2019. – P. 149-152.
2. Korchagin, I. V. Current requirements and perspectives for the development of the test of physical readiness of US Army servicemen / I. V. Korchagin, O. A. Muzhchil // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 4. – P. 5-11.
3. Pershin, Yu. Yu. «Hybrid war» as an intellectual provocation // Scientific notes of the Crimean Federal University of V. I. Vernadsky. Philosophy. Political science. Culturology. Vol. 1 (67). – 2015. – No 1. – P. 80-88.
4. Pershin, Yu. Yu. Notes on «hybrid war» // Security Issues. – 2016. – No. 4. – P. 63-85. – Available at : http://e-notabene.ru/nb/article_19510.html.
5. Pershin, Yu. Yu. Hybrid warfare: much ado about nothing // Security Issues. – 2019. – No. 4. – P. 78-109. – Available at : https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=30374.
6. 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.
7. Pershin, Yu. Yu. System of manning of the Australian Special Air Service Regiment (SASR) / Yu. Yu. Pershin, A. V. Politov // Physical training and sports in foreign armies. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – P. 73-80.

8. Pershin, Yu. Yu. Hybrid warfare: elusive armies and invisible hands // Security Issues. – 2020. – No. 2. – P. 48-71. – Available at : https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=32680.
9. 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. – No. 4. – P. 23-30.
10. Bye, H.-G. Norwegian Intelligence Service: Foreign Intelligence Activity Against Norway Remains Significant Threat // High North News. – Available at : https://www.highnorthnews.com/en/norwegian-intelligence-service-foreign-intelligence-activity-against-norway-remains-significant.
11. 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. – Issue 5. – P. 298-303.
12. 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.
13. Hammersmark, J. I. Norske spesialstyrker. Fra skjult ressurs til politisk spydspiss. Forsvarets stabsskole. Militære Studier. Forsvarets Stabsskole. – 2015. – No. 3. – 117 p.
14. 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.
15. Forsvaret. Forsvarets spesialstyrker. – Available at : https://www.forsvaret.no/jobb/forsvarets-spesialstyrker.
16. Forsvaret. Jegertroppen. – Available at : https://www.forsvaret.no/forstegangstjeneste/tjenesteguiden/sokbare-forstegangstjenester/jegertroppen#Jegertroppen.
17. Forsvaret. Marinejeger. – Available at : https://www.forsvaret.no/jobb/forsvarets-spesialstyrker/marinejeger.
18. Forsvaret. Spesialjeger. – Available at : https://www.forsvaret.no/jobb/forsvarets-spesialstyrker/spesialjeger.
19. Forsvaret. Spesialbåtoperatør. – Available at : https://www.forsvaret.no/jobb/forsvarets-spesialstyrker/sbo.

УДК 355.211.1:355.233.22

ПРОБЛЕМА НАБОРА ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В ВООРУЖЕННЫЕ СИЛЫ СКАНДИНАВСКИХ СТРАН

Першин Юрий Юрьевич, доктор философских наук, доцент, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Мужчиль Ольга Александровна, научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Дмитриева Наталья Григорьевна, мастер производственного обучения, Московский Государственный институт физической культуры, спорта и туризма им. Ю.А. Сенкевича, Москва.

THE RECRUITMENT PROBLEM IN THE ARMED FORCES OF SCANDINAVIAN COUNTRIES

Pershin Yu.Yu., Doctor of Philosophy, Associate Professor, Senior Researcher 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;

Dmitrieva N.G., Master of Occupational Training, the Senkevich Moscow State Institute of Physical Education, Sports and Tourism, Moscow.

Аннотация:

В статье рассматриваются некоторые аспекты проблемы набора военнослужащих в ВС скандинавских стран. Сравнительный анализ открытых интернет-источников показывает, что это системная проблема, которую ВС скандинавских стран вряд ли смогут решить только своими усилиями.

Ключевые слова:

скандинавские страны, набор в ВС, ожирение, избыточный вес.

Abstract:

The article discusses some aspects of the military personnel recruiting problem in the Armed Forces of the Scandinavian countries. A comparative analysis of open internet sources indicates that this is a systemic problem. It cannot be solved by the Armed Forces of Scandinavian countries alone.

Key words:

Scandinavian countries, recruitment, obesity, excess weight.

ВВЕДЕНИЕ

В статье «Проблема набора военнослужащих в Вооруженные Силы США как угроза национальной безопасности страны» [1] мы уже обращались к рассмотрению причин возникновения трудностей с набором рекрутов в вооруженные силы (ВС) США. Одной из них было снижение качества рекрутов вследствие увеличения количества подростков и юношей, вовлекаемых в преступную деятельность, имеющих недостаточный уровень среднего образования, проблемы со здоровьем, избыточный вес или ожирение. Однако следует заметить, что подобная тенденция, манифестирующая системную проблему американского общества, наблюдается и в отношении других стран, таких как Норвегия, Германия, Финляндия, Швейцария, Дания [2, 3, 4].

Дело в том, что современный характер войн подразумевает применение значительного количества технических средств. Однако, что может показаться парадоксальным, требования к физической ферме военнослужащих в армиях всего мира не только не снизились, но и в исторической ретроспективе можно говорить об их повышении. Но повышение требований к физической (а также психологической) подготовке, образовательному уровню и отсутствию криминального прошлого у личного состава ВС имеют и обратную сторону – опасность не набрать требуемое количество военнослужащих. Настоящая статья, таким образом, посвящена краткому рассмотрению

факторов, оказывающих влияние на проведение набора в ВС скандинавских стран.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Политика поликультурализма и толерантности, проводимая (иногда с большим нежеланием) странами, входящими в Евросоюз, приводит к тому, что в ВС этих стран появляется все большее количество военнослужащих-женщин, а также военнослужащих-трансгендеров. С одной стороны, такие драматические перемены в системе построения ВС европейских государств официально объясняются тем, что юношам и девушкам любой половой идентификации должны быть предоставлены равные права. Но, с другой стороны, данные изменения отчасти маскируют серьезный недостаток лиц мужского пола, из которых традиционно формируются любые ВС. Такая традиционность исторически исходила из сложившихся социальных ролей женщин и мужчин, принимающих во внимание физиологические и психологические особенности полов. Современная возрастающая (на наш взгляд – чрезмерно) «женственность» юношей, которые должны будут служить в ВС европейских государств, в т. ч., и государств, входящих в блок НАТО, является одним из факторов, который может служить изменению их иерархической и коммуникационной структуры, психологии и, как следствие, боеспособности.

Мы уже упоминали, что как будущие призывники, так и военнослужащие-контрактники зачастую не могут поступить на службу из-за несоответствия требованиям к физической форме, здоровью, из-за наличия у них психологических и психических проблем, криминального прошлого. Для проведения анализа приведем распространение этих, на наш взгляд, негативных факторов, влияющих на проведение набора военнослужащих, отдельно по скандинавским странам.

Дания

Анализировать данные о росте распространения лишнего веса и ожирения в Дании следует, вероятно, с момента окончания Второй мировой войны, возвращения к мирной жизни. Именно с этого момента, в соответствии с исследованием Б. Томсена [17], началось ожирение среди детей – мальчиков 7-13 лет в Копенгагене. Авторы исследования выбрали в качестве подходящего критерия 95-й перцентиль, в соответствии с которым определили, что в конце 1940-х гг. произошел отчетливый рост распространенности ожирения. Он наблюдался в течение первых двух десятилетий и выровнялся только к 1970 г.

С этими данными согласуются исследования физической формы юношей (в возрасте 18-22 года), обследованных в призывных комиссиях, данные о которых собирались еще с 1940-х годов [16]. Согласно этим данным, распространенность ожирения оставалась низкой и стабильной до начала 1960-х годов, после чего наблюдался резкий рост распространенности ожирения, пошедший на спад в 1970-е годы. Достоверность данных подтверждается исследованиями датских призывников, родившихся в 1955 и 1965 гг. и в 1973-1975 гг., по результатам которых было выяснено, что уже тогда за указанный период времени распространенность ожирения увеличилась в 3 раза. Такой же результат получил в своем исследовании Т. Петерсен [14], в свою очередь, сопоставляя данные по выборкам индекса массы тела (ИМТ) датских детей, сделанным в 1971/72 гг. и в 1996/97 гг. Он выяснил, что среди подростков 14-16 лет распространенность ожирения увеличилась также в 3 раза у мальчиков и в 2,5 раза у девочек.

Результаты дальнейших наблюдений представляются в различных официальных документах и исследованиях, подтверждая сохраняющуюся динамику по распространению избыточного веса и ожирения. Так, по данным Всемирной федерации по проблемам ожирения (WOF) [13] и международного сообщества NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC) [10], которые соотносятся с данными Т. Петерсена, количество людей с избыточным весом и ожирением в Дании увеличивается, в том числе этому подвержены молодые люди и дети (табл. 1).

Таблица 1 – Увеличение процента населения Дании с избыточным весом и ожирением по данным WOF и NCD NCD-RisC (ИВ – избыточный вес, О - ожирение)

Взрослые 19 лет	1975		1985		1995		2005		2015	
	ИВ	О	ИВ	О	ИВ	О	ИВ	О	ИВ	О
Мужчины	12,3	1,6	17,5	3,2	21,4	4,8	23,1	5,6	23,3	6,2
Женщины	13,6	2,0	17,3	3,2	19,7	3,9	20,3	3,9	19,8	3,7
5 лет										
Мальчики	14,2	2,7	20,3	5,1	24,9	7,2	26,8	8,5	27,3	9,4
Девочки	15,7	3,1	20,1	4,7	23,1	5,9	23,7	5,9	23,3	5,8

Если мы будем принимать в расчет (добавим к 19-летним) людей старшего возраста, то цифры увеличатся. Например, по данным Европейского регионального комитета ВОЗ, за 2008 год в Дании 51,9% взрослого населения (> 20 лет) имели избыточный вес и 18,2% страдали ожирением. При этом распространенность избыточного веса была выше среди мужчин (57,8%), чем среди женщин (46,2%), а ожирением страдали 18,7% мужчин и 17,6% женщин. По представленным на тот момент ЕРК ВОЗ прогнозам на 2010-2030 годы в 2020 году 20% мужчин и 19% женщин будут страдать ожирением. Модель расчетов ЕРК ВОЗ предсказывает, что к 2030 году 27% мужчин и 26% женщин будут страдать ожирением.

Среди 11-летних подростков до 16% мальчиков и 14% девочек имели избыточный вес, среди 13-летних соответствующие показатели составили 15% для мальчиков и 11% для девочек, а среди 15-летних – 12% и 9% соответственно. Расчеты, основанные на постоянном мониторинге ситуации, показывают, что рост, по выражению некоторых авторов, эпидемии ожирения [6] будет продолжаться.

Финляндия

Проведенное в Финляндии Национальное репрезентативное обследование здоровья и образа жизни финских подростков показало, что распространенность избыточного веса среди 12-, 14-, 16- и 18-летних, т. е. будущих военнослужащих, с 1977 по 2003 год возросла в 2-3 раза. Аналогичным образом в период с 1984 по 2002 год удвоилась и утроилась распространенность избыточного веса среди 13- и 15-летних финских подростков [18]. Данные этого исследования соотносятся с данными Всемирной федерации по проблемам ожирения (WOF) [13] и международного сообщества NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC) [10], показывающими, что количество людей с избыточным весом и ожирением в Финляндии увеличивается, такая же тенденция сохраняется среди молодых людей и детей (табл. 2).

Таблица 2 – Увеличение процента населения Финляндии с избыточным весом и ожирением по данным WOF и NCD NCD-RisC (ИВ – избыточный вес, О - ожирение)

Взрослые 19 лет	1975		1985		1995		2005		2015	
	ИВ	О	ИВ	О	ИВ	О	ИВ	О	ИВ	О
Мужчины	9,2	1,4	14,7	2,9	20,2	5,0	23,0	6,5	24,5	7,8
Женщины	10,1	0,8	14,4	1,6	18,3	2,7	20,1	3,5	21,0	4,2
5 лет										
Мальчики	10,8	2,7	17,7	5,5	24,5	8,8	28,0	11,0	29,9	12,9
Девочки	10,8	1,6	16,0	3,0	20,7	4,8	23,0	6,0	24,2	7,1

Следует заметить, что, по мнению финских специалистов, проводящих исследования юношей, достигших призывного возраста [15], средняя масса тела молодых мужчин (призывников), поступающих на финскую военную службу, за последние 20-35 лет увеличилась, а аэробная выносливость снизились. Так, доля призывников, имеющих плохую аэробную выносливость и физическую подготовку, линейно увеличивалась до 2015 года. Средняя масса тела в период с 1993 по 2015 год увеличилась почти на 7 кг. Исследователи считают важным подчеркнуть, что в период с 2005 по 2015 год не наблюдалось существенных изменений средней массы тела, что указывает на плато в долгосрочном негативном развитии массы тела у молодых мужчин. Таким образом, Финляндия является одной из первых стран, наблюдавших сглаживание тенденции к увеличению доли взрослых с избыточным весом в течение 2007-2012 годов.

Нам также следует упомянуть, что при изучении характера и факторов риска госпитализации с травмами среди финских призывников в 1998-2002 годах было установлено, что, во-первых, в больницу с травмами значительно чаще, чем мужчины, попадали женщины, а во-вторых, одной из причин повышенного травматизма являлся избыточный вес военнослужащих. В дополнение к этому специалисты обнаружили, что низкая физическая подготовка и избыточный вес являются факторами риска травм опорно-двигательного аппарата. Помимо этого, по словам М. Санттила и других исследователей [15], существует также растущая тенденция преждевременного увольнения с военной службы по таким причинам, как избыточный вес и травмы опорно-двигательного аппарата [18]. Он отмечает, что 20% призывников, поступивших на военную службу в период с 1982 по 2015 год, имели низкий уровень аэробной выносливости и физической подготовленности, при этом количество призывников с низким уровнем физической подготовки все еще увеличивается. Например, дистанция, которую за 12 минут могут пробежать финские юноши-призывники, проходя беговой тест, за период с 1980 по 2015 год снизилась почти на 400 м.

Снижение физической подготовленности, по мнению специалистов, может стать серьезной проблемой для боеготовности сил обороны Финляндии. Возможными решениями, к которым исследователей подталкивает естественная логика обстоятельств, может быть физическая подготовка призывников перед поступлением на военную службу. Кроме того, необходимы дополнительные инициативы для поощрения подростков к повышению уровня их ежедневной физической активности и повышению осведомленности о своем здоровье.

Швеция

Лонгитюдные исследования, проведенные шведскими учеными (35 лет наблюдений) [11], показали, что за последние десятилетия количество людей, страдающих ожирением и имеющих избыточную массу тела, увеличилось в несколько раз [8]. По результатам аналогичных исследований, проведенных в период с 1995 по 2017 год на большом объеме выборки взрослых шведов, были обнаружены доказательства последовательного и значительного снижения абсолютной кардиореспираторной пригодности (VO2max) на -6,7%. Снижение относительной кардиореспираторной подготовленности было еще более выраженным -10,8% (-4,2 мл/мин/кг), что происходило в основном за счет увеличения массы тела, которое за исследуемый период составило 1,9 кг.

Эти цифры соотносятся с данными Всемирной федерации по проблемам ожирения (WOF) [13] и международного сообщества NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC) [10], показывающими, что количество людей с избыточным весом и ожирением в Швеции увеличивается, при этом такая тенденция сохраняется среди молодых людей и детей (табл. 3).

Таблица 3 – Увеличение процента населения Швеции с избыточным весом и ожирением по данным WOF и NCD NCD-RisC (ИВ – избыточный вес, О - ожирение)

Взрослые 19 лет	1975		1985		1995		2005		2015	
	ИВ	О	ИВ	О	ИВ	О	ИВ	О	ИВ	О
Мужчины	11,9	1,6	16,6	2,6	18,8	3,7	20,9	4,7	22,0	5,7
Женщины	14,4	2,1	15,6	2,5	18,3	2,9	19,4	3,3	20,3	4,0
5 лет										
Мальчики	13,0	2,5	17,1	3,9	20,6	5,3	22,9	6,6	24,2	7,8
Девочки	14,4	2,7	16,7	3,3	18,6	3,9	19,9	4,5	21,0	5,3

Оценки уровня распространения избыточного веса и ожирения, приведенные Европейским региональным комитетом ВОЗ для Швеции за 2008 год, показывают, что 53,3% взрослого населения (> 20 лет) в Швеции имели избыточный вес и 18,6% страдали ожирением. Распространенность избыточного веса была выше среди мужчин (60,2%), чем среди женщин (46,6%). Доля мужчин и женщин, страдающих ожирением, составила 19,9% и 17,3% соответственно.

Среди подростков (10-19 лет), в соответствии с тем же источником, распространенность избыточной массы тела и ожирения составила: у мальчиков – до 24%, а у девочек – до 16 % (11 лет) и, соответственно, 20% и 11% (13лет), 20% и 8% (15 лет).

Состояние физической формы шведских призывников также отчасти отражает положение дел в стране в общем. В соответствии с проведенными исследованиями, в период с 1971 по 1995 гг. среди 17-18-летних юношей-призывников распространенность избыточного веса увеличилась в 2,4 раза, а ожирения – в 3,5 раза. В цифровом выражении распространенность избыточного веса достигла 16,3%, а ожирения – 3,2%. Исследование Л. Лисснера [9] с более широким охватом, в котором анализируются данные (n=1540532) шведских призывников за период с 1969 по 2005 гг., также коррелирует с этими данными. Помимо этого, исследователь приходит к заключению, что на распространение, по его словам, эпидемии ожирения и лишнего веса у призывников влияет уровень образования и увеличивающаяся социальная стратификация.

Норвегия

Оценки уровня распространения избыточного веса и ожирения, приведенные Европейским региональным комитетом ВОЗ для Норвегии за 2008 год, показывают, что избыточный вес имели 57,6% взрослого населения Норвегии (> 20 лет), а 21,5% страдали ожирением. Распространенность избыточного веса была выше среди мужчин (64,4%), чем среди женщин (51,1%). Доля мужчин и женщин, страдающих ожирением, составила 23,0% и 20,1% соответственно. Прогнозы распространенности ожирения в зрелом возрасте (2010-2030 годы) предсказывают, что к 2030 году 30% мужчин и 17% женщин Норвегии будут страдать ожирением.

По данным Всемирной федерации по проблемам ожирения (WOF) [13] и международного сообщества NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC) [10], количество людей с избыточным весом и ожирением в Норвегии продолжает увеличиваться, чему аналогична ситуация с распространением избыточного веса и ожирения среди молодых людей и детей (табл. 4).

Таблица 4 – Увеличение процента населения Норвегии с избыточным весом и ожирением по данным WOF и NCD NCD-RisC (ИВ – избыточный вес, О - ожирение)

Взрослые 19 лет	1975		1985		1995		2005		2015	
	ИВ	О	ИВ	О	ИВ	О	ИВ	О	ИВ	О
Мужчины	10,1	1,1	15,6	2,4	20,4	3,9	24,0	5,5	25,6	7,0
Женщины	12,3	1,9	17,0	3,3	20,8	4,7	23,7	6,1	25,2	7,3
5 лет										
Мальчики	10,4	1,8	16,6	3,7	22,0	5,8	26,2	8,0	28,2	10,0
Девочки	11,1	2,1	15,9	3,6	19,8	5,1	22,8	6,7	24,5	8,1

С.М. Дюшта [7] ставил целью своего исследования сравнение максимального поглощения кислорода (VO2max) у норвежских мужчин-призывников 18-19 лет в период с 1980 по 1985 и 2002 годы. Исследование показало, что за указанный период (примерно 20 лет) у молодых людей призывного возраста VO2max в среднем снизился на 8%, масса тела увеличилась на 7%, а индекс массы тела (ИМТ) увеличился на 6% (результаты выборки 2002 года показали, что у курящих VO2max был ниже, чем у некурящих, а у студентов средне-профессиональных учебных заведений ниже, чем у студентов вузов. Снижение средних показателей VO2max было вызвано увеличением количества мужчин с низким или очень низким VO2max и уменьшением количества мужчин с высокими значениями VO2max. Это вызывает у исследователей особую озабоченность, поскольку в группах с низким VO2max более распространены заболевания, связанные с нездоровым образом жизни.

В докладе 2019 г. «Избыточный вес и ожирение в Норвегии: масштабы, развитие и общественные издержки» [5] также рассматривается состояние здоровья юношей призывного возраста и девушек за период с 2011 по 2017 г. В соответствии с докладом доля юношей и молодых мужчин с ожирением была относительно стабильной с 2011 по 2017 г. В 2017 году этот уровень составлял около 8,5%, что коррелирует с данными Всемирной федерации по проблемам ожирения (WOF) [13] и международного сообщества NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC) [10].

Следует отметить, что сама по себе служба в вооруженных силах не является, по мнению некоторых норвежских исследователей, сред ством для выправления ситуации. Например, С.М. Дюшта в результате проведенного исследования показателя максимального поглощения военнослужащими кислорода (VO2max), выяснил, что количество и интенсивность тренировок на выносливость и силу во время обязательной военной службы (8,5 часов в неделю) слишком мало для повышения выносливости и мышечной силы солдат.

Другие исследователи пришли к выводу о том, что хотя современные требования к физической форме военнослужащих возросли, юноши, поступающие на военную службу в Норвегии, стали физически крепкими, чем раньше, и уже сейчас страна испытывает трудности с набором военнослужащих. Помимо этого, вооруженные силы Норвегии сталкиваются с проблемами в области физического воспитания и подготовки военнослужащих к проведению военных операций современного типа. Практика показывает, что физическая подготовка (упомянутые 8,5 часов в неделю) не дает желаемых результатов, а вооруженные силы Норвегии очень медленно реагируют на эти вызовы, кроме, как полагает автор, специального батальона «Телемарк».

Подводя итог краткому рассмотрению ситуации с распространением ожирения и избыточного веса в Скандинавских странах, следует отметить тот факт, что эта тревожная тенденция, наряду со снижением аэробной выносливости и подготовленности у молодых людей в общем, все еще усиливается [12]. Порочный круг между тенденциями распространенности взрослого и подросткового (а также детского) ожирения может представлять серьезную угрозу в будущем, так как подростковое ожирение сохраняется и во взрослом возрасте, а родительское ожирение, в свою очередь, является известным фактором риска

развития ожирения у ребенка, который, достигая определенного возраста, оказывается неготовым и неспособным к службе в армии. Основным способом борьбы с ожирением является, как правило, профилактика, которая должна начинаться в детском и подростковом возрасте, когда формируется образ жизни человека. Однако до сих пор ни одна стратегия профилактики не доказала своей эффективности. В современной ситуации для исправления ситуации с недостаточностью подходящего для набора в вооруженные силы контингента молодых людей, требуется приложение значительных усилий для разработки эффективных средств профилактики лишнего веса и ожирения, которые являются неизбежной платой за комфорт. Здесь необходимо, прежде всего, повысить двигательную активность людей, исключить стрессогенные условия, переедание. Иными словами, проблема требует своего осознания и соответствующего системного решения.

Однако системное решение проблемы невозможно без изменения психологии и мировоззрения общества, которое в угоду поддержания благосостояния любыми средствами, готово к ломке традиционных устоев, допуская чрезмерный перекос в сторону политики мультикультурализма, толерантности и гендерного равноправия.

Для примера неспособности комплексного решения указанных проблем приведем некоторые цифры, которые при определенном угле зрения обрисовывают тревожную ситуацию, складывающуюся в Скандинавских странах.

По данным открытых источников, население Скандинавских стран постепенно растет и на 2019 г. составляло: в Швеции 10285453 человек, в Дании – 5818553 чел., в Финляндии – 5520314 чел., в Норвегии – 53477896 чел. При этом процентное количество населения, возраст которого 65 лет и старше – постепенно возрастает, а детей до 14 лет – постепенно убывает. Процентное количество мигрантов (по статистическим данным с 1990 по 2017 гг.) в процентном отношении к общему количеству населения постоянно увеличивается: в Швеции – с 9,2 до 17,6%, в Дании – с 4,6 до 11,5%, Финляндии – с 1,3 до 6,2%, в Норвегии – с 4,5 до 15,1%. К этому следует добавить, что количество женщин в Скандинавских странах в процентном отношении к общему количеству населения имеет тенденцию к уменьшению, а количество мужчин в процентном отношении к общему количеству населения – к увеличению.

В общем, основные демографические показатели Европы также тревожны. По данным открытых источников, за 2020 г. в Европе родившихся: 16 171 962 человек, умерших: 16 530 830 человек, отсюда естественный (отрицательный) прирост населения составлял -358 868 человек. При этом миграционный прирост населения: 1 753 741 человек. По расчетам, в 2021 г. естественный прирост населения будет также отрицательным и составит -173 764 человек. Если уровень внешней миграции останется на уровне прошлого года, то население в Европе возрастет на 883 550 человек, т. е. в стареющей и умирающей Европе количество населения возрастет за счет мигрантов (преимущественно мужского пола).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Решение проблемы с набором военнослужащих в ВС скандинавских стран, как, впрочем, и в ВС других стран Европы, невозможно без системных изменений европейского социума и выработанных в его вульгарно-либеральной парадигме паттернов поведения и мышления, а также возврата к традиционным ценностям. Без них общество становится набором «свободных» индивидов, а традиционные ценности становятся симулякрами. Вооружённые силы – армия любого государства, это организация с традиционно архаическим сознанием. Призыв или набор в нее – также архаический ритуал. Постмодернистское, релятивистское мышление, предлагаемое либерализмом, разрушает архаический стержень любой нации, уже не предлагая выбор, а фактически навязывая людям не свойственные им (в том числе, и гендерные) роли. Пока такое разрушение будет продолжаться – проблемы с воспроизводством архаических/традиционных структур сознания и социальных институтов будут множиться, в первую очередь «отключая» защитные функции общества, а архаические системные элементы (в частности – армия) будут стараться сохранить форму при выхолощенном содержании. Отсюда

последует простой вывод. Армии таких стран уже в идеологическом и психологическом аспектах попросту неспособны оказывать организованному противнику сколько-нибудь серьезное сопротивление. «Свободный» человек псевдо-демократического общества свободен выбирать, в том числе, защищать ему свою страну или нет. Такое моральное состояние напрямую отражается на общей физической подготовленности военнослужащих скандинавских стран, которые являются отражением проблем и болезней всего общества, и это при том, что, парадоксально, отдельный военнослужащий может иметь прекрасную физическую форму.

В свою очередь, увеличение количества часов на занятия по физической подготовке в вооруженных силах скандинавских стран, за которое выступали некоторые авторы, никогда не сможет заменить *системную спортивно-массовую работу с детьми и подростками*. Военнослужащий должен воспитываться, приобретать знания и физическую форму с детства, а не пытаться приобрести ее, сбрасывая вес, садясь на диету, отказываясь от сигарет, алкоголя, и, зачастую, наркотиков. Поэтому решать проблему с набором в вооруженные силы должно общество, а не набор «свободных» (в том числе и от ответственности) индивидов.

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. 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.
3. Политов, А. В. Оценка физической подготовленности военнослужащих Сил обороны Финляндии / А. В. Политов, Ю. Ю. Першин, А. В. Зеленин // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2021. – № 1. – С. 164-173.
4. Политов, А. В. Оценка физической подготовленности военнослужащих Вооруженных сил Норвегии / А. В. Политов, Ю. Ю. Першин, А. В. Зеленин // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2021. – № 2. – С. 146-154.
5. Аамо, А. В. Избыточный вес и ожирение в Норвегии: масштабы, развитие и общественные расходы. Отчет / А. В. Аамо, Л. Х. Линд, А. Миклебуст [и др.] // Публикация Менона. – 2019. – № 9. – Осло : Menon Economics, 2019. – 48 с.
6. Дуэ, П. Распространенность ожирения в Дании / П. Дуэ, Б. Л. Хейтманн, Т. И. А. Соренсен // Обзоры ожирения. – 2007. – Т. 8. – Вып. 3. – С. 187-189.
7. Дырстад, С. М. Аэробная тренировка у молодых норвежских мужчин: сравнение между 1980 и 2002 годами / С. М. Дырстад, А. Аандстад, Дж. Халлен // Скандинавский медицинский и научный журнал в спорте.– 2005. – Т. 15. – № 5. – С. 298-303.
8. Карнехед, Н. Ожирение в молодом возрасте и последующая пенсия по инвалидности: популяционное когортное исследование 366 929 шведских мужчин / Н. Карнехед, Ф. Расмуссен, М. Карк // Скандинавский журнал общественного здравоохранения. – 2007. – Т. 35. – Вып. 1. – С. 48-54.
9. Лисснер, Л. Растущий социальный разрыв в индексе массы тела, силе и физической форме шведских призывников мужского пола / Л. Лисснер, К. Мелиг, А. Розенгрен [и др.] // Журнал здоровья подростков. – 2019. – Т. 65. – Вып. 2. – С. 232-238.
10. Сотрудничество по факторам риска NCD [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.ncdrisc.org/overweight-prevalence-line-ado.html; https://www.ncdrisc.org/obesity-prevalence-line-ado.html.
11. Неовиус, М. Место жительства и ожирение у 1 578,694 молодых шведских мужчин в период с 1969 по 2005 год / М. Неовиус, Ф. Расмуссен // Ожирение. – 2008. – Т. 16. – № 3. – С. 671-676.
12. Нг, М. Глобальная, региональная и национальная распространенность избыточного веса и ожирения у детей и взрослых в 1980-2013 годах: систематический анализ для исследования глобального бремени болезней 2013 года / М. Нг, Т. Флеминг, М. Робинсон [и др.] // Ланцет. – 2014. – Т. 384. – С. 766-781.
13. Ожирение: отсутствие глобальных целей на 2025 год. Тенденции, затраты и Страновые отчеты. Март 2020 года. Всемирные федерации по ожирению. Глобальная обсерватория по ожирению [Электронный ресурс].– Режим доступа : https://data.worldobesity.org/publications/WOF-Missing-the-2025-Global-Targets-Report-FINAL-WEB.pdf.
14. Петерсен, Т. А. ИМТ датских школьников, измеренный в периоды 1986/1987/1996/1997 по сравнению с датскими измерениями в 1971/ 1972 / Т. А. Петерсен, С. Расмуссен, М. Мадсен // Угескр Лаегер. – 2002. – № 164. – С. 5006-5010 (на датском языке).

15. Санттила, М. Физическая подготовка у молодых мужчин в период с 1975 по 2015 год с акцентом на 2005-2015 годы / М. Санттила, К. Пихлайнен, Х. Коски [и др.] // Медицина и наука в спорте и физических упражнениях. – 2018. – Т. 50. – № 2. – С. 292-298.
16. Соренсен, Т. И. Светские тенденции в индексе массы тела среди датских молодых мужчин / Т. И. Соренсен, Р. А. Прайс // Международный журнал ожирения. – 1990. – № 14. – С. 411-419.
17. Томсен, Б. Л. Развитие эпидемии ожирения в Дании: когортные, временные и возрастные эффекты среди мальчиков 1930/1975 г. р. / Б. Л. Томсен, К. Т. Экстрем, Т. И. Соренсен // Международный журнал ожирения и связанных с ним метаболических нарушений. – 1999. – № 23. – С. 693-701.
18. Учебный отдел Командования обороны. Реестр призыва на военную службу 2015 // Причина прекращения военной службы в 1995-2015 годах (на финском языке). – 2015.

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. 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. – No. 4. – P. 23-30.
3. Politov, A. V. Physical fitness assessment of the Finnish Defence forces personnel // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2021. – No. 1. – P. 164-173.
4. Politov, A. V. Physical fitness assessment of the Norwegian Armed Forces personnel / A. V. Politov, Yu. Yu. Pershin, A. V. Zelenin // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2021. – No. 2. – P. 146-154.
5. Aamo, A. W. Overvekt og fedme i Norge: omfang, utvikling og samfunnskostnader. Rapport / A. W. Aamo, L. H. Lind, A. Myklebust [et al.] // Menon-publikasjon. – 2019. – No. 9. – Oslo : Menon Economics, 2019. – 48 p.
6. Due, P. Prevalence of obesity in Denmark / P. Due, B. L. Heitmann, T. I. A. Sørensen // Obesity Reviews. – 2007.– Vol. 8. – Issue 3. – P. 187-189.
7. 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.
8. Karnehed, N. Obesity in young adulthood and later disability pension: A population-based cohort study of 366,929 Swedish men / N. Karnehed, F. Rasmussen, M. Kark // Scandinavian Journal of Public Health. – 2007. – Vol. 35.– Issue 1. – P. 48-54.
9. Lissner, L. Growing Social Divide in Body Mass Index, Strength, and Fitness of Swedish Male Conscripts / L. Lissner, K. Mehlig, A. Rosengren [et al.] // Journal of Adolescent Health. – 2019. – Vol. 65. – Issue 2. – P. 232-238.
10. NCD Risk Factor Collaboration. – Available at : https://www.ncdrisc.org/overweight-prevalence-line-ado.html; https://www.ncdrisc.org/obesity-prevalence-line-ado.html.
11. Neovius, M. Place of Residence and Obesity in 1,578,694 Young Swedish Men Between 1969 and 2005 / M. Neovius, F. Rasmussen // Obesity. – 2008. – Vol. 16. – No. 3. – P. 671-676.
12. Ng, M. Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980–2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013 / M. Ng, T. Fleming, M. Robinson [et al.] // Lancet. – 2014. – Vol. 384. – P. 766-781.
13. Obesity: missing the 2025 global targets. Trends, Costs and Country Reports. March 2020. World Obesity Federations. Global obesity observatory. – Available at : https://data.worldobesity.org/publications/WOF-Missing-the-2025-Global-Targets-Report-FINAL-WEB.pdf.
14. Petersen, T. A. BMI of Danish schoolchildren measured during the periods 1986/1987/1996/1997 compared to Danish measurement in 1971/ 1972 / T. A. Petersen, S. Rasmussen, M. Madsen // Ugeskr Laeger. – 2002. – No. 164. – P. 5006-5010 (In Danish).
15. Santtila, M. Physical fitness in young men between 1975 and 2015 with a focus on the years 2005–2015 / M. Santtila, K. Pihlainen, H. Koski [et al.] // Medicine & Science in Sports & Exercise. – 2018. – Vol. 50. – No. 2. – P. 292-298.
16. Sorensen, T. I. Secular trends in body mass index among Danish young men / T. I. Sorensen, R. A. Price // International Journal of Obesity. – 1990. – No. 14. – P. 411-419.
17. Thomsen, B. L. Development of the obesity epidemic in Denmark: cohort, time and age effects among boys born 1930/1975 / B. L. Thomsen, C. T. Ekstrom, T. I. Sorensen // International journal of obesity and related metabolic disorders. – 1999. – No. 23. – P. 693-701.
18. Training Division of the Defence Command. The Register of Conscription 2015 // The Reason for Interruption of the Military Service during the Years 1995–2015 (in Finnish). – 2015.

УДК 355.233.22

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ ШВЕЦИИ

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 SWEDISH ARMED 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 Training, 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 Вооруженных Сил Швеции. Протокол тестирования Вооруженных Сил Швеции, как считается, основывается на изучении действий военнослужащих в реальных боевых условиях. Его компоненты, в общем, повторяют протоколы тестирования, принятые в других странах НАТО.

Ключевые слова:

вооруженные силы Швеции, нормативы, комплексы упражне¬ний, тестирование.

Abstract:

The article presents the system of exercises and standards for the Swedish Armed Forces personnel physical fitness testing. The Swedish Physical Fitness Test Protocol is reported to be based on the study of the actions of military personnel in real combat conditions. Its components, in general, repeat existing Physical Fitness Test Protocols adopted in other NATO countries.

Key words:

Swedish Armed Forces, test standards, system of exercises, testing.

ВВЕДЕНИЕ

Девиз Вооруженных Сил Швеции: «Мы защищаем Швецию, интересы страны, свободу и право жить так, как мы хотим». В нем воплощена главная задача, которая в настоящее время ставится перед Вооруженными Силами Швеции [6].

В соответствии с правительственными постановлениями, шведские Вооруженные Силы обязаны защищать территорию Швеции. Помимо этого, они должны оказывать поддержку обществу во время различных кризисов и чрезвычайных ситуаций.

За пределами Швеции в союзе с другими странами Вооруженные Силы Швеции участвуют в миротворческих миссиях, в рамках которых они должны быть способны решать весь спектр соответствующих задач – от гуманитарных до контртеррористических. Для успешного выполнения поставленных задач военнослужащие должны иметь и поддерживать соответствующий уровень физической подготовленности.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

С 2005 года уровень качества физической подготовленности военнослужащих Вооруженных Сил Швеции определяется утверж-

денными стандартами [9]. Указанные в стандартах нормативы распространяются на весь личный состав Вооруженных Сил Швеции, при этом они разделены на нормативы для базового уровня и нормативы для дополнительных (более высоких) уровней, которые предназначены для оценки результатов специальных тестов физической подготовленности военнослужащих, занимающих определенные должности и имеющих определенные специальности.

Базовый уровень физической подготовленности предполагает регулярные занятия физической культурой (не менее двух тренировок в неделю, 3 часа в течение 40-часовой рабочей недели, направленных на повышение физической готовности, силы и подвижности). Базовый уровень также предполагает:

определение индивидуальных задач физической подготовки;

планирование подготовки;

непосредственно физическую подготовку;

контроль/оценку.

Упражнения (тесты), дополняющие базовые тесты физической подготовленности, должны выполняться один раз в год для обеспечения и поддержания постоянного качества требуемой физической подготовленности военнослужащих конкретных должностей и подразделений в рамках оперативной подготовки. Результаты испытаний являются частью оценки работы подразделения.

За организацию подготовки и проведение тестирования военнослужащих отвечает командир подразделения, входящего в оперативную группу. Непосредственно тестирование военнослужащих проводится специалистом, сертифицированным спортивным центром Вооруженных Сил Швеции.

В контексте данной статьи представляется возможным раскрыть описание протоколов базового тестирования, проводимого со всеми военнослужащими подразделений сухопутных войск, а также требования физической подготовки, предъявляемые к кандидатам для обучения по программам подготовки офицерских кадров.

В Вооруженных Силах Швеции военнослужащие сухопутных войск/подразделений, занимающие различные должности и имеющие различные специальности, разделены на группы, по отношению к которым введены различные требования к уровню физической подготовленности. Такое деление военнослужащих приведено в (табл. 1).

Таблица 1 – Разделение подразделений сухопутных войск вооруженных сил Швеции на группы по уровню физической подготовленности

Группа	Персонал/Подразделения
A	Персонал на штатных должностях для руководства наземными операциями Пример: штаб батальона (дивизиона)
B	Личный состав войск обеспечения подразделений, частично привлекаемых к боевым задачам подразделения тыловой поддержки Примеры: подразделения противовоздушной обороны, саперный взвод
C	Личный состав сухопутных войск боевого предназначения Примеры: подразделение бронетанковых войск, стрелковый взвод
D	Персонал и подразделения специального назначения (или аналогичные) Примеры: Разведывательный взвод, взвод рейнджеров

Бег на дистанцию 2000 м

Тестовое испытание военнослужащих в беге на 2000 м проводится при благоприятных погодных условиях путем бега в боевом снаряжении по ровной поверхности. Поверхность дистанции бега представляет собой плотно утрамбованный гравий (или аналогичную поверхность). Тестируемые одеты в боевую экипировку в соответствии с инструкцией по униформе и снаряжению военнослужащих (Sold R Mtrl P). Оружие носится на ремне или в походном положении. Нормативы для теста в беге на 2000 м в разделении по группам военнослужащих приведены в (табл. 2).

Таблица 2 – Нормативы теста «Бег на 2000 м» (мин/с)

Группы	Норматив для офицера	Нормативдля рядового
A	13.30	13.30
B	12.30	13.30
C	11.30	12.30
D	10.15	11.30

Комплексный силовой тест

Состоит из набора упражнений, которые выполняют военнослужащие за установленное время, которое не должно превышать 45 минут. Упражнения для тестирования военнослужащих идут в следующем порядке: отжимания в упоре лёжа, скручивания, вертикальный прыжок, упражнение для мышц спины и вис на согнутых руках на перекладине. В случае повторного тестирования военнослужащий проходит все упражнения теста с самого начала.

Каждому военнослужащему необходимо набрать хотя бы минимальное количество баллов. В баллы пересчитываются данные о количестве повторений, высоте прыжка и время выполнения упражнения (вис на перекладине), превышающие минимальные нормативы. Баллы умножаются на коэффициент, в результате чего вычисляется количество баллов, набранных военнослужащим при выполнении каждого упражнения силового комплексного теста (табл. 3).

Таблица 3 – Нормативы упражнений силового комплексного теста и критерии начисления дополнительных баллов

Тест	Единица измерения	Минимум	Максимум	Баллы (за превышение минимального уровня)
Отжимания в упоре лёжа	кол. раз	8	28	5 баллов/1 повторение
Скручивания	кол. раз	10	60	2 балла/1 повторение
Вертикальный прыжок	см	30	50	5 баллов/1 см
Упражнение на силу мышц спины	с	60	160	1 балл/1 с
Вис на согнутых руках	с	15	65	2 балла/с

За каждое упражнение, входящее в силовой комплексный тест, военнослужащий может получить максимум 100 баллов. Обязательным условием для прохождения комплексного силового теста является достижение военнослужащим минимальных результатов. Сумма баллов за выполнение всех упражнений, входящих в комплексный силовой тест, представлена в (табл. 4).

Таблица 4 – Сумма баллов за выполнение комплексного силового теста (по группам)

Группы	Индивидуальные требования к офицеру (баллы)	Индивидуальные требования к солдату (баллы)
A	125	125
B	175	175
C	175	175
D	300	300

Отжимания в упоре лёжа (рис. 1)

Это упражнение стандартное. Основное движение – сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Военнослужащему необходимо сделать максимально возможное количество последовательных повторений с заданным режимом выполнения, который определяется с помощью метронома (50 ударов/мин или 25 повторений/мин).



Рисунок 1 – Отжимания в упоре лёжа

Скручивания (рис. 2)

Это упражнение проводится из положения сидя, со сцепленными перед грудью и упирающимися в колени руками. Колени согнуты под углом 90°, ступни частично соприкасаются с полом, а взгляд направлен вперед. Туловище опускается до тех пор, пока поясница не коснется пола. Затем туловище поднимается обратно в исходное положение. Руки сцеплены во время выполнения всего упражнения. Пятки и ягодицы остаются в контакте с полом постоянно, при этом колени находятся под углом 90°. Тест проводится ритмично, без рывков и с максимально возможным количеством последовательных повторений, со скоростью, устанавливаемой с помощью метронома (50 ударов/мин или 25 повторений/мин).



Рисунок 2 – Скручивания

Вертикальный прыжок (рис. 3)

Это упражнение выполняется из положения стоя с прямыми ногами и ступнями на ширине плеч. К поясу военнослужащего прикрепляется гибкая измерительная лента, свисающая до пола. Линейка (или ее аналог) прикрепляется скотчем к полу. После принятия военнослужащим исходного положения с согнутыми ногами свободный конец измерительной ленты подкладывается под линейку. Для выполнения прыжка используется маятниковый эффект рук. Допускается максимальное отклонение в сторону от вертикали на +/-10 см. После приземления высота прыжка определяется по длине гибкой измерительной ленты, вышедшей из-под линейки. Фиксируются только результаты самого высокого прыжка из трех, которые разрешено сделать военнослужащему.



Рисунок 3 – Вертикальный прыжок

Упражнение на силу мышц спины /гиперэкстензия (рис. 4)

Упражнение выполняется лежа на животе с краем тазовой кости на уровне края скамейки (или ее аналога). Ноги военнослужащего под коленным суставом удерживает помощник. Тело находится в горизонтальном положении, руки сцеплены за головой, локти разведены в стороны. На шею военнослужащего вешается лента с легким грузам, который при прямом положении спины находится в 3 см над полом. Военнослужащему необходимо удерживать горизонтальное положение тела (исходное положение) как можно дольше, так, чтобы количество времени удержания находилось между минимальным и максимальным нормативами времени для этого упражнения. Хронометраж начинается в момент, когда тело военнослужащего принимает исходное положение, и останавливается, когда груз на ленте касается пола.



Рисунок 4 – Упражнение на силу мышц спины /гиперэкстензия

Вис на согнутых руках (рис. 5)

Вис выполняется с согнутыми руками, кисти в обратном хвате на ширине плеч. Подбородок находится над перекладиной, взгляд направлен вперед, а голова находится в естественном положении. Тело висит вертикально и неподвижно, подбородок не касается перекладины. Помощь в принятии исходного положения разрешена. Хронометраж начинается, когда принимается исходное положение, и останавливается, когда подбородок человека опускается ниже планки. Количество времени, которое военнослужащий находится в висе, должно находиться между минимальным и максимальным нормативами времени.



Рисунок 5 – Вис на согнутых руках

Далее рассмотрим упражнения и критерии оценки физической подготовленности военнослужащих для поступления на обучение по программе подготовки офицерских кадров.

Оценка физической подготовленности кандидатов для зачисления на обучение по программе подготовки офицерских кадров должна быть проведена в течение шести месяцев до окончательного зачисления военнослужащих на программу обучения офицеров. Выполнение этих тестов является допуском к зачислению. Тесты проводятся специалистами, сертифицированными Спортивным центром Вооруженных Сил Швеции. Критерии оценки представлены в (табл. 5).

Таблица 5 – Критерии оценки нормативов для поступления на программу обучения офицеров

Тест	Требования
Выносливость: Бип-тест (челночный бег)	Вплоть до уровня 8:8 включительно
Сила: Комплексный силовой тест	125 баллов
Плаванье: заплыв на дистанцию 400 м	Проплыть дистанцию

Бип-тест (челночный бег, дистанция 20 м)

Бип-тест является упражнением для тестирования выносливости военнослужащего. Дистанция составляет 20 м. Выполнение упражнения начинается по сигналу таймера, который определяет звуковыми сигналами скорость бега. Разворот военнослужащий осуществляет по сигналу таймера.

Военнослужащий получает предупреждение в том случае, если он не может поддерживать задаваемую звуковым сигналом ско-

рость. Ему дается возможность пробежать дистанцию еще 2 раза (туда и обратно) для того, чтобы попытаться восстановить заданную скорость. В случае если военнослужащий не может удерживать скорость, установленную таймером в пробегании двух отрезков дистанции, тест прекращается, а достигнутый уровень и количество пробегов указанной дистанции на этом уровне регистрируются в качестве итогового результата (табл. 6). Военнослужащему необходимо дойти до уровня 8 и пробежать дистанцию 20 м на этом уровне 8 раз.

Таблица 6 – Нормативы бип-теста (челночный бег, 20 м)

Уровень	Количество пробегов дистанции 20 м (раз)	Прогнозируемый VO2 max
8	4	41,1
8	6	41,8
8	8	42,4
8	11	43,3
9	2	43,9

Комплексный силовой тест для военнослужащих, поступающих на программу подготовки офицеров, аналогичен описанному выше комплексному силовому тесту.

Плавание на дистанцию 400 м

Выполнение упражнения начинается с того момента, как военнослужащий (нырнёт или прыгнет) в воду. Бассейн может быть длиной в 25 или 50 метров с температурой воды не ниже 20°C и глубиной не менее 1,75 м в точке старта. Упражнение в плавании проводится как заплыв на дистанцию 400 м без отдыха. Военнослужащему не разрешается касаться дна, длинного края бассейна и поплавков дорожки. Разрешается касаться руками или ногами только короткого края бассейна во время поворотного движения. Держаться за этот край также не разрешается. Военнослужащий может выбрать любой стиль плавания.

В протоколе тестирования для всех групп военнослужащих отмечается, что самой серьезной проблемой, с которой столкнулись специалисты при проведении тестирования, – это выполнение упражнения «скручивание». Во-первых, его трудно стандартизировать, во-вторых, военнослужащие зачастую чувствуют неудобство в спине при выполнении этого упражнения. В перспективе специалисты спортивной и физической подготовки Вооруженных Сил Швеции предполагают изменение подходов к оценке физической подготовленности военнослужащих, но на сегодняшний день данный вопрос находится в стадии проработки, и динамика в этом направлении не прослеживается.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключение, на наш взгляд, следует обратиться к некоторым общим тенденциям развития и проблемным вопросам Вооруженных Сил Швеции, которые в некоторых аспектах аналогичны для многих стран региона и членов НАТО [1, 2, 3, 4].

Здесь, во-первых, необходимо иметь в виду, что шведское общество, как и остальные западные демократии, старается придерживаться общеевропейских ценностей, причем на этом пути рекомендации проявлять уважение и практиковать равное обращение с каждым человеком, независимо от его пола, возраста, этнического происхождения, религиозных убеждений, сексуальной ориентации, цвета кожи и прочих аспектов, как-то незаметно трансформируются в обязательные к исполнению директивы, наделяя общество признаками толерантности. Например, общество, довольно агрессивно не принимая дискриминацию и преследование граждан по любому из указанных признаков, само успешно в дискриминации дискриминирующих.

В русле такого подхода, для утверждения гендерного равноправия и уменьшения гендерного дисбаланса, в Вооруженных Силах

Швеции на военную службу принимаются как мужчины, так и женщины. В Вооруженных Силах Швеции (на сегодняшний день) около 18% женщин: среди офицеров – 7%, а среди рядового и сержантского состава – около 11%. Но, несмотря на то, что процент военнослужащих-женщин, соответствующих требованиям к физической подготовленности, по мнению военных чиновников, слишком низок, ими ставится цель довести количество женщин-военнослужащих до 20% личного состава Вооруженных Сил Швеции. Принимая во внимание это и тот факт, что в Вооруженных Силах Швеции нет упражнений и нормативов для тестирования физической подготовленности отдельно для женщин, можно сделать вывод о том, что при повышении количества военнослужащих в Вооруженных Силах Швеции [7] нормативы комплексного силового теста и других тестов вряд ли будут пересмотрены в сторону усиления, а сами тесты – подвергнуты изменениям. Наоборот, уже сейчас возможно ослабление нормативов по некоторым тестам, которые проводятся в полевых условиях.

Во-вторых, общий бюджет Вооруженных Сил Швеции в 2016 году составил 44 млрд шведских крон (около 5,3 млрд долларов США), а в 2022 г. планируемые отчисления на оборону составляют 60 млрд шведских крон (около 7,21 млрд долларов США) [8], при этом доля ВВП, предназначенная на финансирование Вооруженных Сил Швеции постоянно снижалась (с 3,1% в 1975/76 гг. до 1-1,1% в 2011-2020 гг.), уровень ВВП на душу населения постоянно рос. Учитывая все вышесказанное, а также то, что Швеция имеет хорошо развитую оборонную промышленность (производство значительной части вооружений финансируется внутри страны), количество населения растет (преимущественно за счет иммигрантов), уровень безработицы стабильно поддерживается в пределах 6-8% и прочие факторы, можно сделать заключение о том, что Вооруженные Силы Швеции отчасти (помимо своих прямых функций) начинают выполнять роль одного из институтов, стабилизирующего уровень благосостояния населения. При этом неизбежно возникает и культивируется психология европейского благосостоятельного потребителя, для которого чужды реалии, и тем более, радикальный патриотизм, и которому «столь же сладко для отчизны уцелеть, как умереть» (Г. Гейне).

Далее, в-третьих, следует обратить внимание на тот факт, что в соответствии с «Законом об обороне» 2015 г. Швеция взаимодействует с Финляндией как на двусторонней основе, так и в рамках существующих многосторонних форумов, таких как Северное Оборонное Сотрудничество (NORDEFCO), Европейский союз, Организация Объединенных Наций и НАТО. Такое сотрудничество, на наш взгляд, довольно выгодно Швеции, которая занимала, хоть и со значительными оговорками, нейтральную (в военном отношении) позицию вовремя II Мировой войны, в то время, как Финляндия получала опыт ведения боевых действий как во время Русско-Финской войны (1939-1940 гг.), так и вовремя II Мировой войны, когда первая потеряла всего 0,03% от своего населения, а вторая – 2,3%. Вооружённые Силы Швеции, скорее всего, в своих планах построения обороны страны и ведения боевых действий будут брать в качестве примера финский опыт, который попытаются адаптировать к современным условиям. Учитывая это, можно предположить, что структура Вооружённых Сил Швеции преимущественно ориентирована на ведение конвенциональной (без применения ядерного оружия) войны, при этом не надеясь на тесные отношения с НАТО. Однако сама концепция конвенциональной войны построена на бредовом сценарии вторжения и оккупации Швеции Вооруженными Силами Российской Федерации. Понимание того, что Вооруженные Силы Швеции (без помощи НАТО) даже в рамках Северного Оборонного Сотрудничества не способны в полной мере оборонять свою территорию, приводит к неофициальному переформулированию задач, когда целью становится не разгром «агрессора», не нанесение ему поражения, а причинение ему неприемлемых потерь («агрессор» должен «заплатить цену» – «to pay the price») по «финскому сценарию», иными словами, Швеция собирается стать «большой занозой в ноге наступающего «агрессора».

Однако такая стратегия «обороны» и ведения боевых действий более уместна для стран, выбирающих не конвенциональную, а партизанскую тактику, тем более что шведские во-

еннослужащие получают аналогичный опыт ведения современной войны в нынешних «горячих точках». К выбору тактики мобильной обороны и диверсионной деятельности также располагает рельеф местности. Но тогда, как мы уже замечали [5], такая тактика подразумевает другие формы физической подготовки и критерии физической подготовленности: например, марш по пересеченной местности со значительной нагрузкой на дистанцию 20-30 км, кроссы на длинные дистанции, а также лыжную подготовку, альпинистскую подготовку. Подобного рода деятельность, при выборе вышеупомянутой тактики, должна быть адаптирована для полугодового/годового тестирования. Иными словами, сухопутные войска Швеции для выполнения такого рода тактических задач должны проводить физическую подготовку и соответствовать уровню физической подготовленности подразделений специального назначения. То есть, быть способными наносить противнику максимальный урон при имеющейся в наличии (или минимальной численности). Запланированное увеличение численности Вооружённых Сил Швеции ясно свидетельствует о том, что предпочтение отдается не качеству, а количеству военнослужащих, и это при том, что нормативы тестирования в Вооруженных Силах Швеции являются одними из самых низких в армиях западных стран.

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. Политов, А. В. Нормативы теста физической подготовленности военнослужащих Военно-Морского флота США / А. В. Политов, Ю. Ю. Першин, А. А. Постников // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 2. – С. 54-58.
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. Политов, А. В. Оценка физической подготовленности военнослужащих сил обороны Финляндии / А. В. Политов, Ю. Ю. Першин, А. В. Зеленин // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2021. – № 1. – С. 164-173.
5. 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.
6. ФОРСВАРСМАКТЕН [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.forsvarsmakten.se/sv.
7. Бюджетная база ВС на 2022 год [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.forsvarsmakten.se/siteassets/4-om-myndigheten/dokumentfiler/budgetunderlag/budgetunderlag-22-bilaga-1.pdf.
8. ФЕРСВАРСМАКТЕН. ЭКОНОМИЧЕСКИЙ РЕДОВИСНИНГ [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.forsvarsmakten.se/sv/om-forsvarsmakten/darfor-finns-forsvarsmakten/ekonomisk-redovisning/.
9. Минер, М. Физические стандарты в шведских Вооруженных Силах / М. Минер, Ж. Сален // Перемещение солдат – Солдатен и бевегельсе. – 2011. – № 01. – С. 60-66.

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. Politov, A. V. The standards for the US NAVY Physical Readiness Test / A. V. Politov, Yu. Yu. Pershin, A. A. Postnikov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 2. – P. 54-58.
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. – No. 4. – P. 23-30.
4. Politov, A. V. Physical fitness assessment of the Finnish defence forces personnel / A. V. Politov, Yu. Yu. Pershin, A. V. Zelenin // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2021. – No. 1. – P. 164-173.
5. Pershin, Yu. Yu. Selection, professional and physical training of foreign special operation forces: theory and practice: monograph: Part 1. Foot Marching / Yu. Yu. Pershin, O. A. Muzhchil. I. N. Deshevykh. – St. Petersburg: Military Institute of Physical Training, 2020. – 220 p.

6. FÖRSVARSMAKTEN. – Available at : https://www.forsvarsmakten.se/sv.
7. Försvarsmaktens budgetunderlag för 2022. – Available at : https://www.forsvarsmakten.se/siteassets/4-om-myndigheten/dokumentfiler/budgetunderlag/budgetunderlag-22-bilaga-1.pdf.
8. FÖRSVARSMAKTEN. EKONOMISK REDOVISNING. – Available at : https://www.forsvarsmakten.se/sv/om-forsvarsmakten/darfor-finns-forsvarsmakten/ekonomisk-redovisning/.
9. Mineur, M. Physical Standards in the Swedish Armed Forces / M. Mineur, J. Salén // Moving Soldiers – Soldaten i bevegelse. – 2011. – No. 01. – P. 60-66.

УДК 355.233.22:358.111.6

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕРОПРИЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ЭКИПАЖЕЙ НАДВОДНЫХ КОРАБЛЕЙ ВОЕННО-МОРСКОГО ФЛОТА В ПЕРИОД ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛЬНЫХ ЗАДАЧ

Попадьин Виталий Валериевич, кандидат педагогических наук, заместитель начальника кафедры теории и управления физической подготовки и спорта, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Суворов Виктор Олегович, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и управления физической подготовки и спорта, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Попадьин Антон Виталиевич, помощник командира по физической подготовке – начальник физической подготовки войсковой части 56529-7, Севастополь.

PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR INCREASING THE EFFICIENCY OF THE PHYSICAL TRAINING MEASURES OF THE NAVY SHIPS CREWS DURING THE PERIOD OF SPECIAL TRAINING

Popadyin V.V., Candidate of Pedagogics, Deputy Head of the Department of Theory and Management of Physical Training and Sports, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

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

Popadyin A.V., Assistant Commander for physical training – Head of physical training of military unit 56529-7, Sevastopol.

Аннотация:

В статье рассматриваются результаты исследования по определению педагогических условий повышения эффективности мероприятий физической подготовки военнослужащих экипажей надводных кораблей Военно-Морского Флота в период подготовки специальных задач.

В ходе проведенного исследования установлено, что к наиболее значимым педагогическим условиям специалисты Военно-Морского Флота относят:

развитие учебно-материальной базы физической подготовки;

индивидуализация тренировочного процесса (учет индивидуальных показателей функционального состояния, физической подготовленности и индивидуальных интересов военнослужащих).

Ключевые слова:

педагогические условия, Военно-Морской Флот, физическая подготовка, надводные корабли.

Abstract:

The article considers the results of a study to determine the pedagogical conditions for increasing the effectiveness of measures for physical training of military personnel of the Navy surface ships crews during special training.

The study has shown that according to Navy specialists the most significant pedagogical conditions include: development of educational and material base of physical training; individualization of the training process (taking into account individual indicators of the functional state, physical fitness and individual interests of servicemen).

Key words:

pedagogical conditions, Navy, physical training, surface ships.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время на Военно-Морской Флот возлагается выполнение задач в различных регионах мира. Успех при этом зависит не только от технической оснащенности, но и от уровня готовности личного состава к выполнению задач по предназначению.

Поэтому пристальное внимание уделяется подготовке военнослужащих экипажей надводных кораблей Военно-Морского Флота по всем направлениям деятельности с учетом

большого количества воинских специальностей, а также предъявляемым требованиям руководящим составом Вооруженных Сил Российской Федерации к морально-психологической и физической подготовленности моряков, к развитию у них двигательных навыков и умений [1, 7-8].

Немаловажным направлением совершенствования системы подготовки указанной категории военных специалистов является и поиск путей повышения неспецифической устойчивости организма военнослужащих к действиям в необычных условиях службы и внешней среды средствами и методами физической подготовки [5, 6].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Военно-профессиональная деятельность военнослужащих экипажей надводных кораблей, имея ряд специфических особенностей, концентрирует в себе особую направленность физической подготовки, её специфическое предназначение как составную часть системы боевого совершенствования войск. Без постановки, точно сформулированной, ясной и конкретной цели высокая эффективность функционирования любой педагогической системы, в том числе физической подготовки, невозможна [4].

В интересах повышения эффективности мероприятий физической подготовки военнослужащих экипажей надводных кораблей Военно-Морского Флота в период подготовки специальных задач нами было выделено несколько основных направлений деятельности: уточнение условий, в которых военнослужащие экипажей надводных кораблей выполняют специальные курсовые задачи, и основных профессионально значимых качеств, позволяющих успешно действовать в этих условиях.

Помимо этого значительную роль в эффективности функционирования системы физической подготовки играют педагогические условия, определяемые как внешние – оказывающие существенное влияние на протекание педагогического процесса, сознательно сконструированные и предполагающие достижение определенного результата [4].

В ходе исследования было установлено, что вопросами повышения эффективности функционирования системы физической подготовки в Военно-Морском Флоте занимались многие ученые, однако педагогические условия повышения эффективности мероприятий физической подготовки военнослужащих экипажей надводных кораблей Военно-Морского Флота в период подготовки специальных задач в доступной научной литературе определены не были [2, 3].

В результате исследования учеными было установлено, что к основным профессионально значимым качествам военнослужащих экипажей надводных кораблей, необходимых для выполнения ими функционально-служебного предназначения, относятся: активность, выносливость, стрессоустойчивость, работоспособность, внимательность, дисциплинированность, смелость и самообладание [5, 6].

К тому же, характер их военно-профессиональной деятельности обуславливает в целом снижение двигательной активности. Однако при выполнении функциональных обязанностей моряками в ходе несения вахт и работы на штатных корабельных устройствах и оборудовании нередко возникает необходимость выполнения двигательных действий, требующих проявления силовых, скоростно-силовых и координационных способностей, особенно при приведении экипажа в степени боевой готовности [3, 5, 6].

С учетом сказанного, для совершенствования системы физической подготовки военнослужащих экипажей надводных кораблей Военно-Морского Флота нами были определены педагогические условия для повышения эффективности мероприятий физической подготовки в период подготовки специальных задач.

В исследовании приняли участие более 150 специалистов Военно-Морского Флота, имеющих опыт службы на надводных кораблях более 5-ти лет. Военным специалистам было предложено проранжировать педагогические условия, способствующие повышению эффективности проводимых мероприятий по физической подготовке. В результате исследования были определены наиболее значимые педагогические условия, представленные в таблице 1.

Таблица 1 – Педагогические условия повышения эффективности мероприятий физической подготовки военнослужащих экипажей надводных кораблей Военно-Морского Флота в период подготовки специальных задач

Значимость (ранговое место)	Педагогические условия	Ранговый показатель (в %)
1	Постоянное развитие учебно-материальной базы физической подготовки.	21,2
2	Учет индивидуальных показателей функционального состояния, физической подготовленности и индивидуальных интересов военнослужащих.	17,0
3	Рациональное применение комплексов физических упражнений на занятиях по физической подготовке в период подготовки специальной курсовой задачи.	13,3
4	Дифференциация групп по показателям функционального состояния организма и физической подготовленности военнослужащих для проведения тренировок.	10,0
5	Организация мероприятий по обучению военнослужащих методике проведения самостоятельной физической тренировки и привития навыков здорового образа жизни.	11,2
6	Создание здорового морально-психологического климата в группах военнослужащих, занимающихся по интересам.	8,3
7	Оптимизация планирования физической подготовки военнослужащих с учетом возросшей интенсивности военно-профессиональной деятельности военнослужащих.	7,6
8	Наличие системы мониторинга уровня физического состояния каждого военнослужащего.	6,3
9	Информационно-техническое обеспечение, создание компьютерной базы данных об уровне физической подготовленности каждого военнослужащего.	5,1

Как показывают результаты проведенного исследования, в основном эффективность проводимых мероприятий по физической подготовке зависит от имеющейся учебно-материальной базы по физической подготовке, а также от индивидуализации тренировочного процесса.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате исследований нами было установлено, что боевая подготовка экипажей надводных кораблей Военно-Морского Флота в период подготовки специальных задач определяет выбор организационных форм проведения физической подготовки и их соотношение в каждом периоде обучения в зависимости от конкретных условий, характера и напряженности учебно-боевой деятельности личного состава.

При этом эффективное проведение мероприятий физической подготовки невозможно без создания определенных педагогических условий. К наиболее значимым специалисты Военно-Морского Флота относят: совершенствование учебно-материальной базы и эффективное создание мест для занятий физической подготовкой с учетом снятия нервно-эмоционального напряжения воинского контингента; рациональное использование комплексов физических упражнений на основе индивидуальных показателей функционального состояния и уровня физической подготовленности личного состава в период подготовки специальной курсовой задачи.

ЛИТЕРАТУРА

1. Боцман, О. С. Обоснование системы физической подготовки курсантов высших военно-морских учебных заведений с профессионально-прикладной направленностью и экспериментальная проверка ее эффективности : монография / О. С. Боцман, В. В. Миронов, А. В. Зыков [и др.]. – СПб. : Свое издательство, 2020. – 242 с.
2. Кубасов, Р. В. Условия жизнедеятельности экипажа на борту морского судна (обзор литературы) / Р. В. Кубасов, В. В. Лупачев, М. В. Попов // Вестник государственного университета морского и речного флота имени адмирала С.О. Макарова. – 2016. – № 2 (36). – С. 49-56.
3. Пивачев, А. А. Основные направления совершенствования физической подготовки в Военно-Морском Флоте / А. А. Пивачев // Совершенствование системы физической подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации на период 2016-2020 гг. : мат-лы науч.-практ. конф. со специалистами физической подготовки Вооруженных Сил Российской Федерации. – М., 2016. – 7 с.
4. Трапезников, С. А. Физическая готовность военнослужащего – интегрированная 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.
5. Фадеев, В. Ю. Военно-прикладная и профессионально-прикладная физическая подготовка в ВМФ / В. Ю. Фадеев, А. В. Бугаев // Известия Балтийской государственной академии рыбопромыслового флота: психолого-педагогические науки. – 2014. – № 1 (27). – С. 137-143.
6. Щуров, А. Г. Формирование сплоченности экипажа надводного корабля как одна из специфических задач физической подготовки / А. Г. Щуров, М. Т. Лобжа, П. В. Кошкарев, С. Ю. Тихонов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С. 183-186.
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. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Botsman, O. S. Substantiation of the system of physical training of cadets of higher naval educational institutions with a professionally applied orientation and experimental verification of its effectiveness: monograph / O. S. Botsman, V. V. Mironov, A. V. Zykov [et al.]. – St. Petersburg : Own publishing house, 2020. – 242 p.
2. Kubasov, R. V. Crew living conditions on board a sea vessel (literature review) / R. V. Kubasov, V. V. Lupachev, M. V. Popov // Vestnik of the Makarov State University of Marine and River Fleet. – 2016. – No. 2 (36). – P. 49-56.
3. Pivachev, A. A. The main directions of improving physical training in the Navy / A. A. Pivachev // Improving the system of physical training in the Russian Armed Forces between 2016 and 2020 : Proceedings of the scientific-practical conference with physical training specialists of the Russian Armed Force. – Moscow, 2016. – 7 p.
4. Trapeznikov, S. A. Physical readiness of a soldier is 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.
5. Fadeev, V. Yu. Military-applied and professional-applied physical training in the Navy / V. Yu. Fadeev, A. V. Bugaev // Vestnik of the Baltic State Academy of Fishing Fleet: Psychological and Pedagogical Sciences. – 2014. – No. 1 (27). – P. 137-143.
6. Shchurov, A. G. Formation of cohesion of the crew of a surface ship as one of the specific tasks of physical training/ A. G. Shchurov, M. T. Lobzha, P. V. Koshkarev, S. Yu. Tikhonov // Actual problems of physical and special training of power structures. – 2020. – No. 4. – P. 183-186.
7. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
8. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 355.233.22:796.093.35(23)

О НЕОБХОДИМОСТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОГРАММЫ ГОРНОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ГОРНЫХ И ВЫСОКОГОРНЫХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ В ИНТЕРЕСАХ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ИХ ПОДГОТОВКИ

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;

Минжиров Андрей Анатольевич, начальник 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.

THE NEED TO IMPROVE THE MOUNTAIN TRAINING PROGRAM FOR THE MILITARY OF MOUNTAIN AND HIGH ALTITUDE UNITS TO INCREASE THE QUALITY OF THEIR TRAINING

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;

Minzhirov A.A., 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 рассматриваются структура и направленность программы горной подготовки военнослужащих, проходящих военную службу в подразделениях, привлекаемых к выполнению задач в условиях горной и высокогорной местности. Определены и раскрыты основные направления совершенствования программы подготовки военнослужащих к выполнению учебно-боевых задач в горной местности. Результаты анкетирования свидетельствуют о том, что основная масса респондентов согласилась с предложением о необходимости внесения изменений и дополнений в структуру и содержание программы горной подготовки в интересах повышения качества подготовки.

Ключевые слова:

программа горной подготовки, горная и высокогорная местность, горный рельеф, факторы, выживание, Руководство по горной подготовке Сухопутных войск.

Abstract:

This article considers the structure and focus of the mountain training program for military personnel serving in military units involved in performing tasks in mountainous and high-altitude terrain. The main directions of improving the training program for military personnel to perform combat training tasks in mountainous areas are identified and disclosed. The results of the survey indicate that the majority of respondents agreed with the proposal that changes and additions should be made to the structure and content of the mountain training program in order to improve the quality of training.

Key words:

mountain training program, mountain and high-altitude terrain, mountain terrain, factors, survival, Guide to mountain training of the Ground Forces.

ВВЕДЕНИЕ

Анализ театров военных действий последних лет: война в Афганистане, боевые действия на Северном Кавказе, первая и вторая чеченские кампании, вооруженные конфликты в Южной Осетии и Абхазии позволяет сделать вывод, что значительная часть боевых задач выполняется в горной местности.

Вместе с тем, опыт прошлых войн нагляд-

но показывает, что особенности военно-профессиональной деятельности военнослужащих, проходящих службу в подразделениях, привлекаемых к выполнению задач в условиях горной и высокогорной местности, требуют всесторонней и тщательной подготовки личного состава.

В настоящее время горная подготовка военнослужащих рассматривается как одно из приоритетных направлений учебно-боевой деятельности частей и подразделений, предназначенных для выполнения задач в условиях горной и высокогорной местности [1].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В 1991 г. после распада Советского Союза, прекратилось существование военных училищ и горнострелковых частей, которые осуществляли подготовку командиров горных подразделений. Все курсанты военных училищ, прекративших свое существование, были направлены для продолжения в Орджоникидзевское высшее общевойсковое командное училище имени Маршала Советского Союза А.И. Еременко, которое в 1993 г. было также расформировано. Однако болезненный опыт двух чеченских кампаний показал, что Российской армии крайне необходимы горнострелковые части [2].

Следствием осознания этого факта стало издание в 2006 году Указа Президента Российской Федерации Владимира Владимировича Путина № 672 от 2006 года «О создании горных бригад», после чего в Вооруженных Силах Российской Федерации вновь сформированы горнострелковые части. На основании этого решения был определен перечень подразделений, привлекаемых для выполнения задач в горной (высокогорной) местности.

В ходе формирования горных бригад возникла острая необходимость в обучении командиров подразделений, инструкторов и военнослужащих навыкам горной подготовки.

В целях реализации поставленных руководством Министерства обороны Российской Федерации задач по развитию системы индивидуальной горной подготовки военнослужащих и возрождения военного альпинизма, организована подготовка военнослужащих в Центрах горной подготовки и выживания и профильных вузах Министерства обороны. С этого момента начинается активное развитие горной подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации [3, 4, 9].

Для эффективного функционирования системы горной подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации, определения ее содержания и направленности с учетом решаемых горными подразделениями учебных и боевых задач, опыта военных конфликтов и учений, технического оснащения Вооруженных Сил, Управлением физической подготовки и спорта Вооруженных Сил Российской Федерации (далее – УФП и С ВС РФ) в 2014 году были разработаны следующие руководящие документы [5]:

– Концепция «О совершенствовании горной подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации до 2020 года»;

– Приказ Министра обороны Российской Федерации № 808 «Порядок подготовки военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, привлекаемых к выполнению задач в условиях горной и высокогорной местности» (табл. 1);

– Директивой главнокомандующего Сухопутными войсками введено «Руководство по горной подготовке Сухопутных войск»;

– утверждена «Программа горной подготовки для военнослужащих, проходящих службу в подразделениях, предназначенных для выполнения задач в горной и высокогорной местности (далее – Программа горной подготовки).

Предпринятые меры, позволили вывести горную подготовку на принципиально новый уровень в Вооруженных Силах Российской Федерации [6, 7].

Таблица 1 – Порядок подготовки военных специалистов, привлекаемых к выполнению задач в условиях горной и высокогорной местности Вооруженных Сил Российской Федерации

Уровни горной подготовки	Период обучения	Этапы	Ступенчатая система подготовки военных специалистов по горной подготовке в ВС РФ
инструктор горной подготовки	летний	IV	
	зимний		
3 уровень	летний	III	
	зимний		
2 уровень	летний	II	
	зимний		
1 уровень	летний	I	
	зимний		

Вместе с тем, вопросы подготовки личного состава по горной подготовке, как показала практика с 2014 по 2020 год, остается острым и требует научного обоснования и совершенствования.

В связи с этим, в рамках научно-исследовательской работы «Содержание, направленность и методика профессионального образования по учебной дисциплине «Горная подготовка» в профильных вузах МО РФ» (шифр «Вершина») проведены научные исследования по вопросу совершенствования образовательного процесса по горной подготовке, результатом которой стала переработанная Программа горной подготовки [8].

Анализ проведенного анкетирования со специалистами горной подготовки, привлекаемыми для проведения занятий по горной подготовке, показал, что есть необходимость совершенствования действующей Программы горной подготовки в соответствии с вышеперечисленными направлениями.



Рисунок 1 – Анализ проведенного анкетирования со специалистами горной подготовки

Опыт подготовки военнослужащих горных и высокогорных подразделений наряду с результатами профессиональной деятельности должностных лиц, отвечающих за организацию и проведение горной подготовки в федеральном государственном казенном учреждении «Центр горной подготовки и выживания «Терскол» Министерства обороны Российской Федерации в период с 2014 по 2020 год, позволяют выявить направления совершенствования программы подготовки военнослужащих к выполнению учебно-боевых задач в горной местности:

– соответствие содержания Программы горной подготовки особенностям военно-профессиональной деятельности военнослужащих горных и высокогорных подразделений;

– охват всех видов горного рельефа;

– введение принципа соответствия уровней подготовки военнослужащих категории сложности горного рельефа;

– внедрение в Программу горной подготовки вопросов, отражающих особенности выживания в горах.

1. Соответствие содержания Программы горной подготовки особенностям военно-профессиональной деятельности военнослужащих горных и высокогорных подразделений:

К особенностям военно-профессиональной деятельности военнослужащих при выполнении задач в горной и высокогорной местности относятся:

– 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.

Учет в Программе горной подготовки особенностей военно-профессиональной деятельности военнослужащих наиболее полно реализует принцип практической направленности подготовки к действиям в горах, создает максимальное приближение условий обучения к обстановке реального боя («учить войска тому, что необходимо на войне»), формирует у военнослужащих необходимые морально-боевые, физические, технические и психологические качества для успешного решения учебно-боевых и боевых задач.

2. Охват всех видов горного рельефа:

Детальное рассмотрение действующей Программы горной подготовки позволяют выявить отсутствие способов преодоления снежного рельефа в летнем периоде обучения. Тем не менее, структура снежного покрова, условия возникновения лавинной опасности, способы организации страховки на снежном рельефе в летнее время существенно отличаются от зимнего периода, и, в свою очередь, напрямую влияют на обеспечение безопасности при выполнении задач. Введение в Программу горной подготовки вопросов преодоления снежного рельефа в летнем периоде обучения обеспечивает полный охват всех видов горного рельефа, увеличивает скорость преодоления военнослужащими горных маршрутов и в конечном итоге снижает вероятность возникновения небоевых потерь.

3. Введение принципа соответствия уровней подготовки военнослужащих категории сложности горного рельефа:

– упорядочивает структуру обучения военнослужащих, что позволяет наиболее полно реализовать в ходе подготовки военнослужащих принципы обучения – «от простого к сложному», систематичности, последовательности и комплексности в овладении знаниями, умениями и навыками (придает системный характер учебной деятельности, теоретическим знаниям и практическим умениям обучаемого), сознательности, наглядности; доступности, прочности результатов обучения и обеспечить высокую эффективность занятий;

– исключает возможность повторения занятий, что, в свою очередь, приводит к более рациональному использованию учебного времени;

– исключает возможность нарушения последовательности обучения военнослужащих вследствие наличия возможности двоякого понимания положений Программы горной подготовки.

4. Внедрение в Программу горной подготовки вопросов, отражающих особенности выживания в горах:

При выполнении задач в условиях горной местности нельзя исключать возможность возникновения различных экстремальных си-

туаций. Основными причинами возникновения экстремальных ситуаций при выполнении задач в горной местности являются:

– природные и техногенные катастрофы;

– результат воздействия объективных и субъективных опасностей (лавины, камнепады, погодные условия и т. д.);

– боевые и небоевые потери личного состава (в том числе ранения, заболевания, травмы);

– потеря снаряжения, имущества и др. материальных средств, отсутствие которых непосредственно влияет на жизнедеятельность военнослужащего (подразделения).

Смоделировав условия возникновения экстремальных ситуаций при выполнении учебно-боевых задач в горной местности и проведя анализ возможных последствий, можно выделить ряд факторов и стрессоров, оказывающих негативное воздействие на военнослужащего (подразделение) в горах (рис. 2).

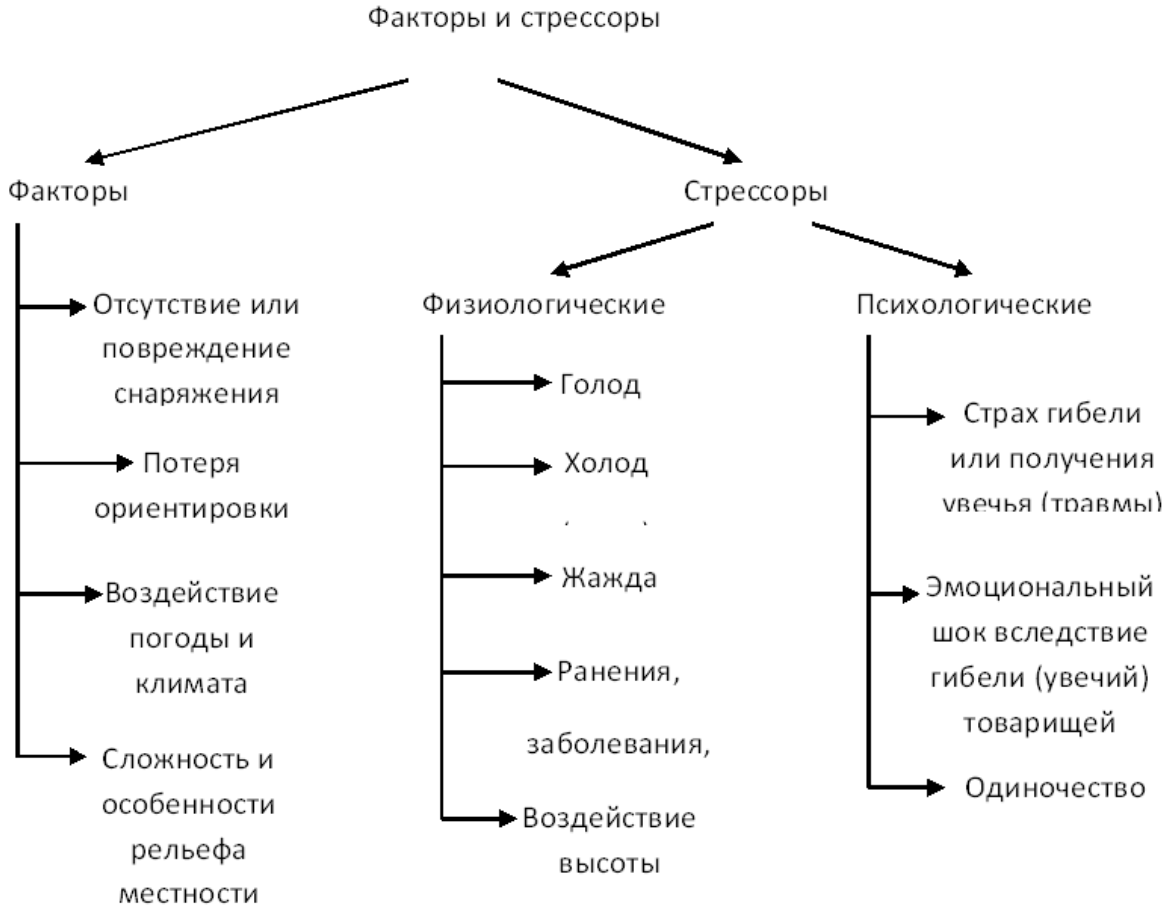

Рисунок 2 – Факторы и стрессоры, воздействующие на военнослужащего (подразделение) при выполнении задач в горной местности

Внедрение в Программу горной подготовки вопросов, отражающих особенности выживания в горах, позволит военнослужащим успешно противостоять воздействию негативных факторов и стрессоров, что в конечном итоге при возникновении экстремальных ситуаций в ходе выполнения задач в условиях горной и высокогорной местности повысит живучесть как отдельных военнослужащих, так и подразделения в целом.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Перечисленные направления совершенствования Программы подготовки военнослужащих для выполнения учебно-боевых и боевых задач в условиях горной и высокогорной местности позволили нам выделить одно из перспективных направлений совершенствования процесса горной подготовки военнослужащих горных и высокогорных подразде-

лений Министерства обороны Российской Федерации.

Совершенствование процесса подготовки позволит повысить у военнослужащих горных и высокогорных подразделений теоретическую и практическую подготовленность по горной подготовке, создать условия для сведения к минимуму возможности возникновения травматизма и небоевых потерь, успешно противостоять воздействию негативных факторов и стрессоров, что в конечном итоге при возникновении экстремальных ситуаций в ходе выполнения задач в условиях горной и высокогорной местности повысит живучесть как отдельных военнослужащих, так и подразделения в целом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Украинец, А. М. Развитие и становление горной подготовки как предмета боевой подготовки в Советской Армии и учебной дисциплины в профильных вузах Министерства обороны Российской Федерации / А. М. Украинец, С. А. Кузенков, Т. А. Темирханов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2018. – № 2. – С. 80-84.
2. Кузенков, С. А. К проблеме подготовки военных специалистов по горной подготовке в системе военного образования / С. А. Кузенков, Т. А. Темирханов, А. М. Украинец // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2018. – № 4. – С. 16-21.
3. Кузенков, С. А. Горная подготовка как перспективное направление военно-физкультурного образования на современном этапе подготовки военных специалистов / С. А. Кузенков, В. В. Бурьян // Проблемы физкультурного образования: концептуальные основы и научные инновации : сб. материалов V Международного научного конгресса. – 2018. – С. 49-52.
4. 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.
5. 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.– 2018. – С. 165-171.
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. – № 1. – С. 177-182.
7. 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.
8. 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 // Сборник 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. : ВИФК, 2019. – С. 249-258.
9. 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.

REFERENCES

1. Ukrainets, A. M. Development and organization of mountain training as a subject of combat training in the Soviet Army and educational discipline in specialized higher educational institutions of the Russian Defence Ministry / A. M. Ukrainets, S. A. Kuzenkov, T. A. Temirkhanov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2018. – No. 2. – P. 80-84.
2. Kuzenkov, S. A. On the problem of training military specialists in mountain training in the system of military education / S. A. Kuzenkov, T. A. Temirkhanov, A. M. Ukrainets // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2018. – No. 4. – P. 16-21.
3. Kuzenkov, S. A. Mountain training as a promising direction of military-physical education at the present stage of training military specialists / S. A. Kuzenkov, V. V. Burian // Problems of Physical Education: Conceptual Foundations and Scientific Innovations : Collection of the 5th International Scientific Congress. – 2018. – P. 49-52.

4. 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 education and health. – 2018. – No. 1 (65). – P. 107-111.
5. Skvortsov, S. A. The question concerning 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 universities and general educational institutions of the RF Ministry of Defense. – 2018. – P. 165-171.
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 to improve it / S. A. Kuzenkov, T. A. Temirkhanov, S. A. Skvortsov // Uchenye zapiski universitets imeni P.F. Lesgafta. – 2018. – No. 1. – P. 177-182.
7. Kuzenkov, S. A. Mountain training as the main subject of combat training and educational discipline in the higher educational institutions of the Russian Defence Ministry at the present stage / S. A. Kuzenkov, S. V. Levin, S. A. Skvortsov // Physical education. Sport. Tourism. Motor recreation. – 2019. – Vol. 4. – No. 2. – P.144-148.
8. Shashkin, G. A. The 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 : MIPT, 2019. – P. 249-258.
9. Kapshanov, E. F. The study of vestibular sustainability 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.

УДК 796.8

МЕТОДИКА ПОСТРОЕНИЯ ОБУЧЕНИЯ ПРИЕМАМ ЗАЩИТЫ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ НА ОСНОВЕ МЕХАНИКИ ПЕРЕМЕЩЕНИЙ

Смирнов Владимир Егорович, доктор педагогических наук, профессор, Российский государственный университет правосудия, Северо-западный филиал, Санкт-Петербург;

Цыганок Алексей Олегович, кандидат педагогических наук, доцент, Санкт-Петербургский университет МВД России, Санкт-Петербург;

Волошин Григорий Григорьевич, старший преподаватель, Санкт-Петербургский университет МВД России, Санкт-Петербург;

Киселев Николай Сергеевич, соискатель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

METHODOLOGY FOR BUILDING TRAINING IN PROTECTION TECHNIQUES FOR LAW ENFORCEMENT OFFICERS BASED ON THE MECHANICS OF MOVEMENT

Smirnov V.E., Doctor of Pedagogics, Professor, Russian State University of Justice, North-West Branch, St. Petersburg;

Tsyganok A.O., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, St. Petersburg;

Voloshin G.G., Senior Lecturer, St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, St. Petersburg,

Kiselev N.S., Applicant, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье представлена методика, направленная на сокращение времени формирования навыков в приемах защиты из раздела физической подготовки «Боевые приемы борьбы для сотрудников правоохранительных органов». Основой методики являются теоретические понятия механики перемещений. Анализ изменений формирования навыка в приемах защиты сотрудников правоохранительных органов до и после педагогического эксперимента свидетельствует об эффективности разработанной методики обучения защитным действиям боевых приемов борьбы.

Ключевые слова:

методика, механика перемещений, физическая подготовка, защитные приемы, боевые приемы борьбы, единоборства.

Abstract:

The article presents a technique aimed at reducing the time of formation of skills in defense techniques from the section of physical training combat fighting techniques for law enforcement officers. The basis of the methodology is the theoretical concepts of the mechanics of displacement. The analysis of changes in the formation of the skill in the methods of protection of law enforcement officers before and after the pedagogical experiment, indicates the effectiveness of the developed methodology for teaching defensive actions of combat fighting techniques.

Key words:

technique, mechanics of movements, physical training, defensive techniques, combat techniques of wrestling, martial arts.

ВВЕДЕНИЕ

Приемы защиты от различных атакующих действий являются одними из сложных в освоении во всех видах единоборств, требуют от защищающегося мгновенного принятия решения для выбора ответных действий. Анализ литературных источников, рассматривающих проблемы обучения приемам рукопашного боя, в частности, приемам защиты, показывает, что в методике обучения таким приемам нет единого подхода.

Формирование навыка в проведении приемов защиты требует длительной тренировки, результатом которой станет развитие ответных действий, на уровне приближенных к рефлексивным. Учебные материалы, раскрывающие физиологию человека, показывают, что время рефлекса слагается из времени, необходимого для возбуждения рецепторов, проведения возбуждения по чувствительным волокнам, по центральной нервной системе,

по двигательным волокнам, и наконец, латентного (скрытого) периода возбуждения рабочего органа. Также следует отметить, что при выполнении приемов защиты значительная часть времени уходит на распознавание атакующего действия, принятие решения для выполнения ответного движения, проведение возбуждения через нервные центры, возбуждение мышечных групп участвующих в ответном движении. Немаловажным в проведении приемов защиты является и тот факт, что время рефлекса зависит от силы раздражения и от возбудимости нервной системы. При сильном нервном раздражении оно короче, при снижении возбудимости, вызванном, например, утомлением, время ответного действия увеличивается. Поэтому при проведении контратакующих приемов на действия правонарушителя приоритетной физиологической задачей тренировки боевых приемов борьбы на всех этапах будет сокращение времени проведения импульсов для возбуждения мышечных волокон конечностей, участвующих в проведении приема.

Формирование навыка в проведении приемов защиты происходит при условии теоретического осмысления обучаемыми техники ответных действий, совершенствования отдельных приемов, подбора наиболее подходящих вариантов для защиты. При таком подходе к обучению приемам прослеживается один из общих принципов воспитания, связь теории с практикой.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

На современном этапе совершенствования педагогических условий обучения перестроение методики изучения защитных приемов будет актуальным. Новизна нашей работы состоит в обосновании методики обучения защитным приемам, в содержание которой заложены теоретические основы механики начального перемещения защищающегося.

Механическим движением тела называют изменение его положения в пространстве относительно других тел с течением времени. Применительно к единоборствам принято понимать механические перемещения тела по виду траектории: прямолинейное – это перемещение, траектория которого прямая линия, характеризующее в основном различные виды ударов; криволинейное – это перемещение, траектория которого кривая линия, характеризующее как различные типы ударов, так и значительное количество приемов сложно координированных приемов.

Проведенный опрос преподавательского состава физической подготовки различных силовых структур о методике построения учебно-тренировочного занятия при обучении приемам защиты позволил нам прийти к выводу, что в содержание учебных занятий включаются различные виды защитных действий, отличающихся по своей технике и механике начального движения. Такой подход к планированию отдельного учебно-тренировочного занятия приводит к некоторому замешательству обучаемых при выборе наиболее эффективных, ответных действий на атаку ассистента.

Для выявления наиболее эффективных приемов защиты из арсенала предложенных Наставлением по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации был проведен письменный опрос преподавательского состава кафедры физической подготовки и прикладных единоборств Санкт-Петербургского университета МВД, в котором предлагалось определить приемы, подходящие к ситуации, когда сотрудник выполнял первоначальное движение (уход с линии атаки) шагом левой ногой влево на атакующее действие прямым ударом правой рукой в лицо. Результаты опроса представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Эффективность боевых приемов борьбы при выполнении первоначального движения шагом левой ногой влево от прямого удара правой рукой противником

Приемы		Шаг влево с отбивом левой рукой внутрь	Шаг вправо с отбивом правой рукой внутрь
1	загиб руки за спину «толчком»	10	0
2	загиб руки за спину «нырком»	0	10
3	загиб руки за спину «рывком»	6,7	3,3
4	загиб руки за спину «замком»	0	0
5	рычаг руки через предплечье	13,3	0
6	дожим кисти («под ручку»)	6,7	0
7	скручивание руки наружу («рычаг руки наружу»)	23,3	0
8	скручивание руки внутрь («рычаг руки внутрь»)	20	5
9	бросок задняя подножка	0	6,7
10	бросок задняя подножка с захватом ноги	3,3	6,7
11	бросок передняя подножка	0	26,7
12	бросок через бедро	3,3	13,3
13	бросок через спину	0	10
14	бросок захватом ног сзади	3,3	0
15	бросок захватом ног спереди	10	6,7

Результат проведенного опроса выявил, что при атаке ассистентом ударом правой рукой прямо и начальном движении сотрудника шагом влево от удара лучшими приемами для данной ситуации будут: отбив левой рукой внутрь – захват – нанесение ответного расслабляющего удара (или серии ударов) – проведение рычага руки наружу. Те же действия с успехом могут применяться при защите от удара ножом прямо (тычком), при угрозе пистолетом в упор спереди, от удара палкой (или предметом) наотмашь. Проведение заранее натренированного приема защиты в зависимости от механики первичного перемещения в пространстве сотрудника относительно противника производит начальный импульс для противодействия, упрощает формирование навыка в выполнении защиты.

Как показывает практика обучения защитным приемам по методике, в основе которой лежит механика перемещения сотрудника относительно ассистента, наилучший результат достигается при условии, если на занятии изучается один, максимум два приема, а их тренировка проводится от нескольких вариантов атаки. Такая методика приведет к сокращению сроков формирования навыка приемов защиты у сотрудников правоохранительных органов, более уверенным действиям в сфере задержаний на фоне психологического осознания в умении противостоять агрессии нападающему.

Для подтверждения эффективности предложенной методики обучения защитным приемам было организовано проведение педагогического эксперимента с курсантами 4-х курсов в течение двух месяцев. В основу эксперимента были положены понятия программированного обучения, педагогические принципы непрерывности, постепенного увеличения нагрузок и заданий.

К участию привлекались две учебные группы, схожие между собой по составу. Всего в исследовании приняли участие 44 респондента. Все исследуемые респонденты были распределены по двум группам: контрольная группа (22 человека), в которой обучение приемам защиты проводилось согласно тематическому плану, и экспериментальная группа (22 человека), в содержание методики заложены теоретические основы механики начального перемещения защищающегося.

Для определения исходного уровня владения приемами защиты от нападения на начальном этапе эксперимента с исследуемыми курсантами было проведено контрольное занятие, в ходе которого оценивался результат проведения защит от нападения: прямого удара рукой; удара ножом наотмашь; обезоруживание при угрозе пистолетом в упор спереди. Критерии оценки определялись статьями 201–202.2, отраженными в приказе МВД России от 5 мая 2018 г. № 275. Результаты обучения защитным приемам представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты эффективности успешных приемов самозащиты (констатирующий этап)

Наименование приемов	КГ (n=22)	ЭГ (n=22)	Разница в отклонении
Защита от нападения (средний балл по итогам контроля всей группы)	3,4	3,3	0,1

Результат констатирующего этапа проведенного эксперимента выявил однородность подготовленности учебных групп, с небольшим отклонением в лучшую сторону контрольной группы на 0,1 балл.

По истечении двух месяцев проведения учебно-тренировочных занятий с ЭГ по новой системе обучения курсантов приемам защиты на основе механики перемещений был проведен контрольный этап проведения нашего эксперимента. Для выявления результатов подготовленности группы приемам защиты был применен тот же метод, использованный на констатирующем этапе. Приемы для контроля результатов подготовленности были заменены на: защиту от удара правой рукой сбоку; освобождение от захвата за одежду на груди спереди; обезоруживание от удара ножом сбоку. То есть по своей механике начального перемещения приемы разнились от приемов, применявшихся для контроля на констатирующем этапе эксперимента. Это исключает тренировку одних и тех же приемов на различных этапах эксперимента с целью показать наилучший результат. Результаты контроля обучения приемам защиты двух групп КГ и ЭГ методом сравнения среднего балла полученных оценок за весь личный состав учебной группы представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты эффективности успешных приемов самозащиты (контрольный этап)

Наименование приемов	КГ (n=22)	ЭГ (n=22)	Разница в отклонении
Защита от нападения (средний балл по итогам контроля всей группы)	3,5	4,3	0,8

Как показывают результаты контрольного этапа, процент выполнения приемов защиты в экспериментальной группе составил 100%, средний балл повысился на 1; в контрольной группе процент положительных оценок за выполнение приемов защиты составил 91%, средний балл повысился незначительно – на 0,1; разность в подготовленности групп составила 0,8 балла. Процент выполнения лучше у экспериментальной группы на 10 в отличие от контрольной.

Результаты проведенного эксперимента до-

казывают, что при обучении курсантов правоохранительных органов и сотрудников других силовых структур приемам защиты целесообразно использовать предложенную нами методику построения обучения на основе механики начального перемещения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, педагогам, проводящим занятия по разделу физической подготовки «Боевые приемы борьбы» при планировании обучения приемам защиты необходимо заранее продумывать, какие из приемов лучше будут усваиваться в зависимости от начальной механики перемещения сотрудника в пространстве, а какие приемы лучше исключить. Такой подход к построению обучения приведет к лучшему усвоению учебного материала, быстрому формированию навыка в их проведении.

ЛИТЕРАТУРА

1. Приказ МВД России от 01.07.2017 г. № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201708180039 (дата обращения : 14.03.2021).
2. Приказ МВД России от 5 мая 2018 г. № 275 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201708180039 (дата обращения : 14.03.2021).
3. Горин, К. Ю. Рефлексивное управление в тактике единоборств / К. Ю. Горин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 3 (181). – С. 113-117.
4. Максимова, Е. Н. Методы и принципы современной системы спортивной подготовки / Е. Н. Максимова // Наука. – 2018. – № 3 (19). – С. 7-13.
5. Овчинников, В. А. Педагогическая система физической подготовки в вузах МВД России: инновационный подход / В. А. Овчинников // Вестник Волгоградской академии МВД России. – 2018. – № 17. – С. 135-140.

REFERENCES

1. Order of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation of July 1, 2017 No. 450 «On approval of the Manual on the organization of physical training in the internal affairs bodies of the Russian Federation». – Available at : http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201708180039.
2. Order of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation of May 5, 2018 No. 275 «On approval of the Procedure for organizing personnel training for filling positions in the internal affairs bodies of the Russian Federation». – Available at : http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201708180039.
3. Gorin, K. Yu. Reflexive management in the tactics of martial arts / K. Yu. Gorin // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Legafta. – 2020. – No. 3 (181). – P. 113-117.
4. Maximova, E. N. Methods and principles of the modern system of sports training / E. N. Maximova // Science. – 2018. – No. 3 (19). – P. 7-13.
5. Ovchinnikov, V. A. Pedagogical system of physical training in educational institutions of the MIA of Russia: innovative approach / V. A. Ovchinnikov // Bulletin of the Volgograd Academy of the Ministry of Internal Affairs of Russia. – 2018. – No. 17. – P. 135-140.

УДК 796.07

ОСОБЕННОСТИ ПЛАНИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ И СОТРУДНИКОВ В ВОЙСКАХ НАЦИОНАЛЬНОЙ ГВАРДИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Щеголев Валерий Александрович, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Кириченко Роман Владимирович, кандидат педагогических наук, старший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Пак Павел Сергеевич, начальник отдела физической подготовки и спорта спортивного комитета, Федеральная служба войск национальной гвардии Российской Федерации ГУПВ Росгвардии, Москва.

FEATURES OF PLANNING THE PHYSICAL TRAINING OF MILITARY PERSONNEL AND EMPLOYEES IN THE NATIONAL GUARD TROOPS RUSSIAN FEDERATION

Shchegolev V.A., Honorary Physical Training Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Kirichenko R.V., Candidate of Pedagogics, Senior Researcher of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Pak P.S., Head of the Department of Physical Training and Sports of the Sports Committee of the Federal Service of the National Guard of the Russian Federation GUPV Rosgvardiya, Moscow.

Аннотация:

В статье раскрывается значение физической подготовки для лиц, проходящих военную службу, и сотрудников войск национальной гвардии Российской Федерации (Росгвардии) на стадии образования и совершенствования, увеличения и усложнения поставленных задач перед данной структурой. Рассматриваются аспекты физической подготовки, ее планирование согласно соответствующим задачам, принимая во внимание создание в Росгвардии, помимо воинских, структур, в которых осуществляют процесс службы граждане, которые обладают соответствующими полицейскими званиями (имеющие специальные звания сотрудников полиции), что влечет за собой применение иных требований к организации физической подготовки.

Ключевые слова:

Росгвардия, профессиональная подготовленность, физическая подготовка, служебно-прикладные (прикладные) навыки, руководящие документы, планирование, специальная направленность.

Abstract:

The article reveals the importance of physical training for persons undergoing military service and employees of the National Guard of the Russian Federation (Rosgvardiya) at the stage of education and improvement, increasing and complicating the tasks assigned to this structure. The article considers aspects of physical training, its planning according to the relevant tasks, taking into account the creation of structures in the Russian Guard, in addition to military ones, in which citizens who have the appropriate police ranks (having special ranks of police officers) carry out the service process, which entails the application of other requirements for the organization of physical training.

Key words:

National Guard of the Russian Federation (Rosgvardiya), professional readiness, physical training, service and applied (applied) skills, management documents, planning, special orientation.

ВВЕДЕНИЕ

Сложные политические и экономические процессы, происходящие в нашей стране и за ее пределами, придают особую значимость служебно-боевой деятельности силовых структур, в том числе войск национальной гвардии. Всё чаще вооружённые конфликты, происходящие в сопредельных государствах и вблизи границ Российской Федерации, требу-

ют от сотрудников и военнослужащих высокого уровня готовности к действиям по обеспечению внутренней безопасности страны. Приоритеты в деятельности войск существенно меняются, повышается их роль в борьбе с преступностью, терроризмом и экстремизмом, пресечении всевозможных вооружённых конфликтов, обеспечении общественной безопасности, режима чрезвычайного положения, а также охране важных государственных и режимных объектов. Сегодня значительно увеличиваются масштабы и сложность задач, стоящих перед войсками, по обеспечению внутренней безопасности государства, устранению неофициальных вооружённых формирований, восстановлению на территории страны должного уровня законности и порядка, налаживанию мира и согласия в социуме, реализации на практике помощи гражданам, нуждающимся в ней и образованию соответствующих требований для правового урегулирования.

В соответствии с Указом верховного главнокомандующего – Президента Российской Федерации В.В. Путина, образована Федеральная служба войск национальной гвардии на базе внутренних войск МВД РФ, в структуру которой включены СОБР, ОМОН, вневедомственная охрана, подразделения ЛРР и ГК (ЛРР и ГК – Лицензионно-разрешительная работа и государственный контроль), с преобразованием их в войска национальной гвардии Российской Федерации [1]. Войска национальной гвардии Российской Федерации являются государственной военной организацией, предназначенной обеспечить государственную и общественную безопасность, защиту прав и свобод человека и гражданина. Реализация полномочий и решение задач военнослужащими (сотрудниками) войск национальной гвардии связано с охраной общественного порядка; важных объектов и грузов; борьбой с терроризмом и экстремизмом; контролем (надзором) за соблюдением законодательства в области оборота оружия; содействием охране и обороне государственной границы, территориальной обороне Российской Федерации [7]. Руководство войсками национальной гвардии осуществляется Президентом Российской Федерации, что придает особый статус созданной силовой структуре и предъявляет высокие требования к профессиональной подготовленности сотрудников и военнослужащих войск национальной гвардии.

В силовых структурах Российской Федерации, отвечающих за ее обороноспособность, противодействие терроризму и т. д., физическая подготовка всегда была и остается определяющим, базовым элементом боевой готовности военнослужащих и сотрудников к выполнению учебно-боевых и служебных задач по предназначению и одним из основных путей повышения боеспособности.

В наше время, время образования и совершенствования войск национальной гвардии Российской Федерации или сокращенно Росгвардии, увеличение и усложнение спектра целей и задач, стоящих перед данной структурой, выполнение задачи по достижению качественной физической подготовленности военнослужащих и сотрудников данного ведомства приобретает статус важнейшей цели и актуальной проблемы.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Возникновение в Росгвардии, помимо подразделений, где проходят службу военнослужащие, структур, в которых служат граждане, которые обладают определенными полицейскими званиями (имеющие специальные звания сотрудников полиции), влечет за собой внедрение иных правил и критериев к реализации вопросов организации физической подготовки

Служебно-боевая деятельность военнослужащих и сотрудников подразделений войск национальной гвардии нашей страны в любой отрезок времени – это колоссальная работа в сфере нагрузок на тело и психику сотрудника данного ведомства и влечет за собой способность быть готовым к выполнению любых служебно-боевых (служебных) задач, в том числе внезапно возникающих. Военнослужащие и сотрудники обязаны следить за своими физическими показателями, подготовленностью и лично отвечать за них, а также должны систематически подвергать себя установленным физическим нагрузкам, т. е. обязаны систематически заниматься физическими упражнениями.

Основная цель, которую преследуют систематические занятия физической подготовкой в Росгвардии, – достижение необходимого уровня результатов физических нормативов, т. е. физической подготовленности для быстрого, качественного, успешного выполнения учебно-боевых, служебных и других задач в установленные сроки в соответствии с их предназначением.

Военнослужащие и сотрудники войск национальной гвардии должны и обязаны проходить специальную подготовку, а также периодическую проверку, подтверждать свой уровень подготовленности, в том числе на профессиональную пригодность, на подготовленность к определенным действиям в различных условиях, связанных, в том числе, с применением физической силы, а также умением оказывать неотложную первую помощь пострадавшим в результате их применения.

Согласно роду деятельности и целям, предназначением и задачами войск национальной гвардии, любой сотрудник данного ведомства обязан иметь в своем арсенале как необходимые служебно-прикладные (прикладные), так и военно-прикладные навыки согласно своей профессиональной деятельности на уровне, достаточном для успешного решения служебно-боевых (служебных) задач. Основой этого всего выступает должный и высокий уровень подготовки военнослужащего и сотрудника войск национальной гвардии, а именно уровень физической подготовленности и развитие основных физических качеств – выносливости, силы, быстроты и ловкости, уверенное владение боевыми приемами. Вне зависимости от рода деятельности в данной силовой структуре, специальности, все военнослужащие и сотрудники ведомства обязаны находиться в постоянной физической готовности для осуществления поставленных задач, выполнения служебно-боевых (служебных) задач. Также они должны меть высокую степень самообладания, способность применять на практике, профессионально, качественно и уверенно использовать боевые приёмы, осуществлять противодействие любому сопернику, в том числе и вооруженному или превосходящему, использовать, применять физическую силу, и те необходимые боевые приёмы, которые позволят пресечь действия граждан, которые осуществили правонарушение.

Овладение военнослужащими и сотрудниками Росгвардии на необходимом уровне служебно-прикладными (прикладными) и военно-прикладными двигательными навыками должно предполагать их готовность к применению физической силы в экстремальных условиях служебно-боевой деятельности. В статье 19 ФЗ РФ «О войсках национальной гвардии РФ» в пункте под номером 1 указано, что военнослужащий (сотрудник) данного силового ведомства обладает правом сам, лично, либо со своими коллегами, в составе подразделения (группы) использовать, применять физическую силу и навыки единоборств (боевые приемы) в том случае, если иные методы и способы не привели или не обеспечивают выполнение задач, возложенных на войска национальной гвардии [2]. В данном законодательном акте четко прописано, что военнослужащий (сотрудник) данного силового ведомства обязан предупредить граждан, которые нарушили установленные правила, правопорядок, о намерении использовать в отношении них физическую силу. Наряду с этим, военнослужащему, сотруднику данного силового ведомства можно и не отдавать предупреждение о том, что он хочет использовать физическую силу, специальные средства или оружие, если затягивание данного процесса повлечет за собой опасность здоровью или жизни человека либо военнослужащего (сотрудника) данного силового ведовства, или приведет к другим тяжким последствиям. Также военнослужащий (сотрудник) имеет право не предупреждать о применении вышеназванных средств, если отражает атаку противника на определенные охраняемые объекты, здания, коммуникации, грузы, либо на объекты данного силового ведомства.

Исходя из новых, повышенных требований к физической подготовке личного состава войск национальной гвардии, основываясь на опыте использования на практике и в боевой обстановке определенных физических качеств и прикладных двигательных навыков военнослужащими внутренних войск и сотрудниками подразделений (органов) МВД России, а также на эффективности методов и средств, которые применяются для развития основных и специальных физических качеств

и прикладных двигательных навыков и умений, необходимо регулярно анализировать систему организации всех имеющихся форм физической подготовки в структурных подразделениях войск [7].

Необходимо отметить, что одним из наиболее важных элементов организации физической подготовки является планирование.

Целенаправленное грамотное планирование способствует наиболее эффективному функционированию всех систем физической подготовки и позволяет добиваться необходимых целей и задач.

Сегодня можно уверенно констатировать, что с учетом решаемых служебно-боевых задач наиболее эффективно решается задача по организации физической подготовки в воинских подразделениях специального назначения и разведки, а также в подразделениях специального назначения территориальных управлений (СОБР, ОМОН).

Вместе с тем, в организации физической подготовки в воинских подразделениях специального назначения и разведки, и в подразделениях специального назначения территориальных органов есть отличия, и достаточно серьезные, при организации и использовании различных форм физической подготовки.

В подразделениях специального назначения и разведки, где проходят службу военнослужащие, применяются и используются все формы физической подготовки: учебные занятия, утренняя физическая зарядка, спортивно-массовая работа, физическая тренировка в процессе служебно-боевой деятельности и самостоятельная физическая подготовка.

Эффективное применение вышеперечисленных форм физической подготовки дает возможность регулярно и постоянно поддерживать на высоком уровне физическую подготовленность личного состава и обеспечивает необходимую его боеспособность.

В подразделениях специального назначения территориальных органов Росгвардии, где проходят службу сотрудники, имеющие специальные звания сотрудников полиции, основной формой физической подготовки личного состава (сотрудников) являются учебные занятия, физическая тренировка в процессе служебной деятельности и самостоятельная физическая тренировка.

Проблемным вопросом является качественная организация и оптимальное время распределения занятий физической подготовкой в подразделениях вневедомственной охраны, где с сотрудниками проводятся только ежедневные тренажи перед заступлением на службу, но это определяется особенностями их служебной деятельности.

Основной целью и специальными задачи, которые преследует физическая подготовка сотрудника, проходящего службу во вневедомственной охране, являются:

преимущественное развитие практических навыков к применению боевых приемов против вооруженного и не вооруженного противника в ограниченном пространстве, с численно превосходящим противником как в составе подразделения (группы), так и индивидуально;

совершенствование ловкости, быстроты, силы;

формирование служебно-прикладных навыков в преодолении препятствий городского типа;

воспитание необходимых морально-волевых и психологических качеств, в том числе на фоне физических нагрузок и нервно-психических напряжений в условиях, приближенных к выполнению служебно-боевых задач по предназначению;

воспитание решительности, смелости и настойчивости при действиях во внезапно возникающих, в том числе, нештатных ситуациях.

Примерный расчёт часов проведения занятий по физической подготовке для сотрудников подразделений вневедомственной охраны, осуществляющих сменный режим службы по 12-и и 24-х часовому графику в составе учебных групп не менее 100 часов в год, которые включают в себя занятия в составе учебной группы по отработке боевых приёмов (не менее одного контрольного занятия в месяц) и самостоятельная физическая тренировка во внеслужебное время по общефизическим упражнениям на развитие силы, быстроты, ловкости и выносливости. Для отработки программы планируется не менее 2 занятий в неделю с привлечением штатных (внештатных) инструкторов (специалистов физической подготовки и спорта) и не менее одного контроль-

ного занятия в месяц, а также такая форма физической подготовки как инструктивные занятия (инструктажи). Инструктивные занятия (инструктажи) с отработкой разделов физической подготовки (в т. ч. боевых приёмов) проводятся перед заступлением на смену (не менее одного контрольного занятия в месяц).

Отработка боевых приемов в ходе проведения инструктивных занятий (инструктажей) перед выполнением служебно-боевых задач организуются и проводятся в период подготовки к заступлению на боевую службу караула, войскового наряда и других дежурных (боевых) основных подразделений.

В процессе инструктивного занятия военнослужащие, сотрудники многократно выполняют ранее изученные боевые приемы в соответствии с предстоящими служебно-боевыми задачами по предназначению.

Для сотрудников, выполняющих должностные обязанности в удаленных местностях, инструктивные занятия по порядку выполнения упражнений, организации самостоятельной физической тренировки, развитию основных физических и специальных качеств, доведение требований по проверке физической подготовленности, а также проверка их физической подготовленности может осуществляться с помощью современных средств видео коммуникаций (ВКС и др.).

В соответствии с руководящими документами по физической подготовке в войсках национальной гвардии – «Наставлением по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации», «Сборником упражнений и нормативов по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации», «Руководством по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации», в остальных структурных подразделениях войск национальной гвардии организация физической подготовки для военнослужащих и сотрудников спланирована следующим образом:

Занятия по физической подготовке проводятся в дни и часы, которые установлены регламентом служебного времени в соответствии с приказом командира (начальника) об организации боевой подготовки, внутренней и караульной служб на учебный год, под руководством непосредственных командиров (начальников) структурных подразделений и преподавателей кафедры физической подготовки и спорта (в ВООВО).

Планирование физической подготовки для военнослужащих осуществляется в соответствии с Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, утвержденным Указом Президента Российской Федерации от 10 ноября 2007 г. № 1495 «Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации» и включает в себя:

Для военнослужащих, проходящих военную службу по контракту:

Общая продолжительность времени, выделяемого на физическую подготовку, составляет не менее трех часов в неделю с обязательным его включением в регламент служебного времени;

физическая тренировку в процессе служебно-боевой деятельности, проводимую при попутных физических тренировках;

спортивно-массовую работу, которая проводится в соответствии с планом спортивно-массовой работы на месяц (спортивные соревнования, тренировочные мероприятия во время и в период подготовки к соревнованиям, спортивным праздникам);

утреннюю физическую зарядку (в том числе в период учебных и лагерных сборов, полевых выходов);

самостоятельную физическую тренировку, которая проводится во внеслужебное время по индивидуальным планам.

Для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву:

учебные занятия – не менее одного занятия в течение двух учебных часов в неделю, проводимую в соответствии с расписанием занятий;

физическую тренировку в процессе служебно-боевой деятельности, которая проводится при попутных физических тренировках;

спортивно-массовую работу – два раза по одному часу в рабочие дни и в свободное от занятий время, а также и не менее одного часа как в выходные, так и в праздничные дни;

время на проведение утренней физической зарядки составляет не менее 30 минут ежедневно, за исключением выходных и празд-

ничных дней, которое обязательно должно быть предусмотрено как распорядком дня, так и планом утренней физической зарядки.

Для курсантов ВООВО:

учебные занятия планируются в количестве не менее двух академических часов в неделю с включением и в соответствии с расписанием занятий;

физическую тренировку в процессе служебно-боевой деятельности, которая проводится при попутных физических тренировках;

спортивно-массовую работу, которая проводится два раза по одному часу в рабочие дни в свободное от занятий время, в том числе не менее одного часа в воскресные и праздничные дни;

время на проведение утренней физической зарядки составляет не менее 30 минут ежедневно, за исключением воскресных и праздничных дней, которое должно быть предусмотрено распорядком дня, а также планом утренней физической зарядки;

самостоятельную физическую тренировку – 3-4 часа в неделю, но не менее двух занятий в неделю.

Планирование физической подготовки для сотрудников включает в себя:

учебные занятия, продолжительностью 2-4 часа, а также не менее одного занятия в неделю, которое включается во внутренний служебный распорядок, а также в расписание занятий;

физическую тренировку в процессе служебной деятельности, которая проводится при попутных физических тренировках;

спортивно-массовую работу, которая проводится при проведении соревнований, спортивных праздников в соответствии с планом спортивно-массовой работы на месяц (спортивные соревнования, тренировочные мероприятия во время и в период подготовки к соревнованиям, спортивным праздникам);

утреннюю физическую зарядку (в период учебных и лагерных сборов, полевых выходов);

инструктивные занятия (инструктажи) с обязательной отработкой разделов физической подготовки;

самостоятельную физическую тренировку, которая проводится во внеслужебное время по индивидуальным планам [3].

Кроме учебных занятий по физической подготовке военнослужащие (сотрудники) обязаны принимать активное участие в соревнованиях, которые организуются для военнослужащих разных возрастных групп, выполнять упражнения и требования специального спортивного комплекса «Спортсмен Росгвардии», а также регулярно заниматься утренней физической зарядкой и самостоятельной физической тренировкой.

Те военнослужащие и сотрудники, которым состояние здоровья не позволяет быть допущенными к плановым занятиям по физической подготовке, должны привлекаться к занятиям в группе лечебной физкультуры (ЛФК) по программе подготовки военнослужащих (сотрудников), которые зачислены в группы лечебной физической культуры. Перечень тем и расчет часов в данной программе разрабатывается с учетом характерных заболеваний, физических возможностей военнослужащего (сотрудника) и степени ограничения для него физических нагрузок.

Занятия в группе лечебной физкультуры проводят специалисты медицинской службы. Формы проведения ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика, лечебная гимнастика, самостоятельные занятия физическими упражнениями, лечебная дозированная ходьба и т. д.

После выздоровления, в обязательном порядке по заключению врача, военнослужащие (сотрудники) приступают к занятиям физической подготовкой в соответствующих структурных подразделениях.

Для военнослужащих (сотрудников) штабов и учреждений в распорядке дня предусматриваются физкультурные паузы, длительностью 5-10 минут, которые проводятся через каждые 2-3 часа работы в специально оборудованных помещениях, оснащенных спортивными снарядами, или на рабочих местах (в кабинетах).

Такой формой физической подготовки, как самостоятельная физическая тренировка, военнослужащие и сотрудники занимаются во внерабочее, т. е. во внеслужебное время. Индивидуальные планы (программы) тренировок разрабатываются совместно со специалистами физической подготовки и спорта. Содержание тренировки составляют различные физические упражнения на гимнастиче-

ских снарядах и тренажерах, с эспандером, гантелями, длительный бег и ходьба, плавание, передвижение на лыжах, спортивные и подвижные игры в соответствии с недельным объемом физической нагрузки [4].

Занятия физическими упражнениями могут осуществляться на учебно-материальной базе по месту службы военнослужащего, сотрудника, на близлежащих к их месту жительства физкультурно-спортивных объектах, а также в домашних условиях, с учетом методических рекомендаций по организации самостоятельной физической тренировки и индивидуальных планов (заданий) тренировки, разработанных совместно со специалистами физической подготовки и спорта.

Количество занятий для самостоятельных физических тренировок определяется индивидуально. В основу организации самостоятельной физической тренировки военнослужащих и сотрудников входит:

изучение методических рекомендаций по вопросам, касающихся особенностей развития физических качеств и навыков;

составление индивидуальных планов (заданий) на определенный период (месяц, квартал, полугодие, год);

проведение самостоятельных контрольных проверок уровня физической подготовленности.

Военнослужащие и сотрудники, занимающиеся самостоятельной физической тренировкой, должны владеть приемами самоконтроля и применять их в ходе самостоятельных тренировок.

Благодаря самоконтролю занимающийся имеет возможность лично контролировать ход тренировочного процесса, анализировать используемую методику тренировки.

Самостоятельная физическая тренировка будет наиболее эффективной, когда она оптимально дозирована с учетом возраста, состояния здоровья, уровня развития основных физических качеств, характера профессиональной деятельности военнослужащего, сотрудника.

Длительность отдельного тренировочного занятия обусловливается продолжительностью его тренировочного воздействия на организм – чем длиннее тренировочное занятие, тем выше его эффективность.

Специалисты физической подготовки и спорта, специалисты медицинской службы обязаны регулярно проводить инструкторско-методические занятия и инструктажи по методике организации, самоконтроля, содержанию самостоятельной физической тренировки.

Контроль уровня физической подготовленности военнослужащих, сотрудников проводится ежемесячно на плановых контрольно-проверочных занятиях, а также в процессе самостоятельной физической тренировки.

Оценка по данным контроля осуществляется специалистами по физической подготовке, а также самими занимающимися, которые должны уметь самостоятельно оценивать уровень своей тренированности.

С этой целью используются упражнения, указанные для соответствующей возрастной группы в «Сборнике упражнений и нормативов по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Как результат, можно сделать вывод, что задачи, на основании которых определяется необходимый уровень физической подготовленности военнослужащих и сотрудников войск национальной гвардии и программы по физической подготовке должны носить всесторонний характер и иметь направленность на развитие профессиональных качеств и способностей у военнослужащих (сотрудников) адаптироваться к различным условиям служебно-боевой деятельности. При этом программы физической подготовки как продолжение процесса физического совершенствования по своему содержанию должны иметь выраженную специальную направленность в соответствии с их предназначением по специальности [5,7-11].

ЛИТЕРАТУРА

1. Указ Президента РФ от 05.04.2016 г. № 157 «Вопросы Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : htpp://www.garant.ru (дата обращения : 18.12.2020).
2. Федеральный закон от 03.07.2016 № 226-ФЗ «О войсках национальной гвардии Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : htpp://www.garant.ru (дата обращения : 18.12.2020).
3. Приказ Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации от 29.03.2018 № 100 «Об утверждении Наставления по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации» в редакции приказа ФСВНГ РФ от 02.07.2018 г. № 232 «О внесении изменений в Наставление по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации».
4. Руководство по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации : утв. начальником Главного управления подготовки войск (сил) Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации 28.12.2018 г.
5. Пашута, В. Л., Модель физической подготовки специальных подразделений для эффективного выполнения боевых задач / В. Л. Пашута, О. А. Федоренко // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2012.– № 2 (84). – С. 115-119.
6. Миронов, В. В. Физическая подготовка в структуре боевой подготовки военнослужащих подразделений специального назначения / В. В. Миронов, В. Л. Пашута, А. А. Тараненко // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2009. – № 3. – С. 170-175.
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. Зыков, А. В. Система профессионального обучения различных категорий личного состава вооруженных сил Норвегии / А. В. Зыков, С. А. Трапезников, В. А. Щеголев, В.Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 4. – С.43-47.
9. Сущенко, В. П. Факторы, определяющие отношение призывной студенческой молодежи к выполнению норм и требований Физкультурно-спортивного комплекса ГТО / В. П. Сущенко, Г. Г. Дмитриев, В. А. Щеголев, И. В. Корчагин // Здоровье - основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. – 2018. – Т.13. – № 2. – С.704-710.
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. Профессиональная и физическая подготовка военнослужащих США: учеб. пособие / В. А. Щеголев, В. П. Сущенко. – СПб. : Изд-во Политехн. ун-та, 2017. – 113 с.

REFERENCES

1. Decree of the President of the Russian Federation of 05.04.2016 No. 157 «Questions of the Federal Service of the National Guard Troops of the Russian Federation». – Available at : http://www.garant.ru.
2. Federal Law No. 226-FL of 03.07.2016 «On the troops of the National Guard of the Russian Federation». – Available at : http://www.garant.ru.
3. The order of the Federal service of national guard troops of the Russian Federation from 29.03.2018 No. 100 «On approval of the Instruction on physical training in the army national guard of the Russian Federation» in edition of the order of the Russian Federation from TSUNG 02.07.2018 No. 232 «On introducing amendments to the manual on physical training in the army national guard of the Russian Federation».
4. Manual on physical training in the troops of the National Guard of the Russian Federation, approved by the head of the Main Department of Training of Troops (forces) of the Federal Service of the National Guard of the Russian Federation on 28.12.2018.
5. Pashuta, V. L. Model of physical training of special units for effective performance of combat tasks / V. L. Pashuta, O. A. Fedorenko // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2012. – No. 2 (84). – P. 115-119.
6. Mironov, V. V. Physical training in the structure of combat training of military personnel of special purpose units/ V. V. Mironov, V. L. Pashuta, A. A. Taranenko // Actual problems of physical and special training of power structures. – 2009. – No. 3. – P. 170-175.
7. Zykov, A.V. Characteristics and combat capabilities of the personnel of the Armed Forces of Saudi Arabia / A.V. Zykov, O. S. Bosman, V. A. Shchegolev // Actual problems of physical and special training of power structures. –2020. – No. 3. – P. 32-36.
8. Zykov, A.V. The system of professional training of various categories of personnel of the Norwegian armed forces/ A.V. Zykov, S. A. Trapeznikov, V. A. Shchegolev, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of power structures. – 2020. – No. 4. – P. 43-47.

9. Sushchenko, V. P. Factors determining the attitude of conscripted student youth to the fulfillment of the norms and requirements of the Physical culture and sports complex of the TRP / V. P. Sushchenko, G. G. Dmitriev, V. A. Shchegolev, I. V. Korchagin // Health-the basis of human potential: problems and ways to solve them. 2018. Vol. 13. – No. 2. – P. 704-710.
10. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of special forces units of the leading NATO countries. monograph / V. A. Shchegolev, G. G. Dmitriev, V. P. Sushchenko. – St. Petersburg : MIPT, 2019. – 141 p.
11. Shchegolev, V. A. Professional and physical training of US military personnel: textbook. manual / V. A. Shchegolev, V. P. Sushchenko // St. Petersburg: Publishing house of the Polytechnic University, 2017. – 113 p.

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

УДК 159.9; 37.042

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ КАК СЛЕДСТВИЕ ПРЕОДОЛЕНИЯ ТРУДНОСТЕЙ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ И ОБУЧЕНИИ

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, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

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

PSYCHOSOMATIC MANIFESTATIONS AS A RESULT OF DIFFICULTIES OVERCOMING IN EVERYDAY LIFE AND EDUCATION

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, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Nikolskaia A.S., Candidate of Pedagogics, Associate Professor, the Mikhailovskaya Military Artillery Academy, St. Petersburg.

Аннотация:

Целью данной статьи является исследование некоторых причинно-следственных связей между присутствием в жизни стрессовых ситуаций и возникновением психосоматических проявлений у обучающихся, а также прогностическое изучение влияния умения управлять стрессом на субъективное состояние здоровья человека.

Критерием подверженности стрессу может выступать наличие стрессовых жизненных событий, при этом уровень подверженности стрессу проявляется в социальном отчуждении, нехватке времени, академической неуспеваемости, повседневных социальных конфликтах, в академической дезадаптации. Психосоматические расстройства могут выражаться в желудочно-кишечных, дерматологических, опорно-двигательных, псевдоневрологических, сердечно-сосудистых и простудных проявлениях.

Воздействие стрессовых жизненных событий с большой долей вероятности является значимым предиктором психосоматических нарушений у обучающихся. Также наличие стрессовых ситуаций связывают не только с академической неуспеваемостью, но и с асоциальными проявлениями (курение, употребление алкогольных напитков), которые усугубляют субъек-

Abstract:

The objective of this work is to study some cause-and-effect relations between the stressful situations occurring in life and the psychosomatic manifestations, as well as a prognostic study of the ability to manage stress impact on the personal health state.

The criteria of stress level can be represented as stressful life events, while exposure to stress manifests itself in social alienation, lack of time, academic failure, everyday social conflicts, and academic maladjustment. Psychosomatic disorders can be expressed in gastrointestinal, dermatological, musculoskeletal, pseudoneurological, cardiovascular and colds manifestations.

The impact of stressful life events is most likely a significant predictor of psychosomatic disorders students may have. Furthermore, the presence of stressful situations is associated with academic failure and antisocial behaviour (smoking, drinking alcoholic beverages), which aggravate subjective mental and physical states affecting the overall personal health.

тивные психические и физические состояния, что отражается на здоровье человека в целом.

Ключевые слова:

стресс, психосоматика, обучение, вуз, академическая неуспеваемость, психосоматические проявления, обучающиеся.

Key words:

stress, psychosomatics, training, university, academic failure, psychosomatic manifestations, students.

ВВЕДЕНИЕ

Ключевым термином данной работы является психосоматика, а именно направление в психологии и медицине, которое исследует влияние различных психологических факторов на возникновение психофизиологических расстройств и даже заболеваний. Главным тезисом этого направления выступает предположение и утверждение о том, что в основе психосоматического проявления лежит реакция на эмоциональное переживание в настоящем или прошлом, сопровождающаяся функциональными изменениями или патологическими нарушениями в организме человека.

Считается, что психосоматические расстройства функций органов и систем организма человека обычно обусловлены психическими, особенно эмоциональными, факторами, которые указывают на наличие травмирующего стресса или на затруднения и проблемы, связанные с большой долей вероятности с такими расстройствами.

Рассмотрение психосоматики как взаимодействия между психикой и организмом позволяет говорить о том, что большинство психосоматических заболеваний человека возникают в результате воздействия стресса, которому он подвергается на протяжении всей своей жизни. Необходимо помнить о том, что любое положительное или отрицательное воздействие на человека, вызывающее эмоции (даже положительные), является стрессом.

Итак, психофизиологическое (психосоматическое) расстройство – это состояние, при котором психологические стрессы отрицательно влияют на физиологическое (соматическое) функционирование вплоть до дистресса. Это состояние дисфункции или структурного повреждения органов тела вследствие непроизвольной активации нервной системы и желез внутренней секреции. Таким образом, психосоматический симптом возникает как физиологический спутник эмоционального состояния. В состоянии ярости, например, кровяное давление человека, вероятно, будет повышено, а его пульс и частота дыхания увеличены. Когда острые эмоции проходят, интенсивность физиологических процессов обычно утихает. Однако, если у человека есть стойкая подавленная агрессия (хроническая ярость), которую он не может выразить открыто, эмоциональное состояние остается неизменным, хотя и невыраженным в явном поведении, и физиологические симптомы, связанные с состоянием гнева, сохраняются. Со временем человек начинает осознавать физиологическую дисфункцию, часто у него развивается беспокойство по поводу возникающих физических признаков и симптомов, но он отрицает или не осознает взаимосвязь эмоций и таких проявлений.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Психосоматические расстройства могут затрагивать практически любую часть организма, хотя обычно они обнаруживаются в системах, не находящихся под произвольным контролем. Исследования психиатра Франца Александера (1891-1964) и его коллег из Чикагского института психоанализа в 1950-60-х годах показали, что специфические черты личности и специфические конфликты могут создавать определенные психосоматические заболевания, но обычно считается, что форма расстройства обусловлена индивидуальной уязвимостью. Предполагается, что эмоциональный стресс усугубляет существующие заболевания, и есть некоторые доказательства того, что он может вызывать заболевания, которые обычно не считаются психосоматическими у людей, предрасположенных к ним [1]. Один из значимых выводов Ф. Александера состоит в том, что понимание и адекватное лечение органических заболеваний невозможно без анализа и учета психического, эмоционального, соматического и куль-

турного статусов человека, нуждающегося в помощи.

Психосоматические расстройства, возникающие в результате стресса, могут включать гипертонию, респираторные заболевания, желудочно-кишечные расстройства, мигрень и головные боли напряжения, тазовые боли, дерматит и др. Обычно человек, страдающий психосоматическим заболеванием, реагирует на сочетание медикаментозной терапии, психоанализа и поведенческой терапии. В менее тяжелых случаях можно научиться справляться со стрессом без медицинских препаратов.

В психологии и биологии стресс рассматривается как любое психическое или физическое воздействие, которое вызывает соответствующую ответную реакцию организма. Принято различать положительный стресс, способствующий адаптации к условиям окружающей среды (эустресс), и деструктивный стресс, вызывающий неадекватную реакцию организма отрицательной направленности (дистресс). Также можно выделить острый, хронический и травматический стресс. Острый стресс отличается непосредственной опасностью, которая запускает реакцию «дерись или беги» симпатической нервной системы. Хронический стресс можно охарактеризовать постоянным присутствием источников фрустрации или тревоги, с которыми человек сталкивается каждый день на протяжении длительного времени; тогда как травматический стресс возникает при неотвратимом, опасном для жизни событии, которое может вызывать страх и некую беспомощность (стихийные бедствия, война), а в дальнейшем и посттравматическое стрессовое расстройство [2].

Бесспорно, способность человека управлять стрессовыми ситуациями оказывает значительное влияние на его успешное функционирование в современном технологичном мире. Соответственно такая способность справляться со стрессом занимает ведущее место в исследованиях психосоматической сферы. Так, например, доказана взаимосвязь между ишемической болезнью сердца и стрессовым поведенческим паттерном, характеризующимся отсутствием терпения, чувством скоротечности времени и в связи с этим ощущением постоянной жесткой конкуренции, а также крайней концентрацией на сроках выполнения профессиональных задач.

Биохимические изменения в организме человека как физиологические реакции на стресс являются результатом стимуляции симпатической нервной системы, в частности, реакции «дерись или беги». При остром стрессе эта реакция подготавливает организм к непосредственной опасности, увеличивая частоту сердечных сокращений, доставку кислорода к мозгу, расширяя кровеносные сосуды и повышая уровень глюкозы в крови. У каждого человека реакция на стресс проявляется индивидуально, при этом далеко не всегда возникает готовность к конкретному действию: либо убежать от стрессовой ситуации, либо уничтожить ее источник, как заложено генетически. Отсюда становится ясно, что хронический стресс имеет целый ряд физиологических последствий, таких как гипергликемия (высокий уровень глюкозы в крови), которая может привести к сахарному диабету; гипертония, которая может привести к сердечно-сосудистым заболеваниям; изменения когнитивных и других психических процессов, ведущие к сниженной концентрации внимания, перепадам настроения, возбуждению, депрессии и тревоге; угнетение иммунной функции, что приводит к повышенному риску заболеваний; увеличение веса; преждевременное поседение волос.

Уже традиционно при работе со стрессом применяются различные стратегии, направленные на улучшение общего состояния здоровья: физические упражнения и медитация (йога), достаточный сон, смена диеты (без алкоголя и кофеина), психотерапия, поведенческая терапия, изменение окружающей среды или жизненной ситуации, укрепление социальных связей (с друзьями и семьей) – сочетание данных техник может уменьшить стресс.

В настоящее время по статистике до половины всех медицинских проблем носит психосоматический характер, требующий специфического подхода, при котором следует лечить не последствия, а корректировать причину заболевания, находящуюся в плоскости психических состояний. Так, например, при нахождении человека в ситуации стресса длительное время у него развивается состояние беспокойства, тревоги. Постепенно это

состояние может усугубиться и трансформироваться в депрессивное, в то же время будут утрачиваться защитные механизмы организма и снижаться иммунитет, соответственно человек становится подвержен также простудным заболеваниям и вирусным инфекциям.

Важным представляется изучение взаимосвязи стрессовых ситуаций и распространенности психосоматических проявлений у обучающихся высших учебных заведений, поскольку это может помочь лучше прогнозировать и предотвращать риск развития психических состояний тревожности и депрессии, а также возможности развития таких вредных привычек, потенциально переходящих в зависимости, как курение и употребление спиртосодержащих напитков. Кроме того, необходимо учитывать ежедневные источники психосоциального стресса, которые включают в себя межличностные проблемы, такие как конфликты с другими обучающимися, преподавателями, кураторами, более низкая успеваемость, чем ожидалось, чрезмерные требования вузов и т. д., которые могут влиять на состояние здоровья.

Интересным является исследование различий в воздействии стрессовых жизненных событий, а также психосоматических симптомов среди студентов-курильщиков и некурящих, а также изучение прогностического влияния стрессовых жизненных событий и курения на психосоматические симптомы [3]. Результаты этого исследования показывают, что стрессовые жизненные события могут быть важными переменными в понимании курения. Курильщики характеризуются более высокими баллами по шкале социальной отчужденности, академической неуспеваемости и повседневных социальных конфликтов. При оценке распространенности психосоматических симптомов результаты показали существенные различия в распространенности этих симптомов между курильщиками и некурящими. Курильщики получили более высокие баллы, чем некурящие, по субшкалам желудочно-кишечного тракта, опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистых симптомов и симптомов гриппа и простуды. Кроме того, было показано, что курение и стрессовые жизненные события являются значимыми предикторами психосоматических симптомов.

Таким образом, подчеркиваются ожидаемые различия в стрессовых жизненных событиях, таких как конфликт и фрустрация, социальное отчуждение, академическая неуспеваемость во время учебы среди курящих студентов и тех, кто не употребляет табачные изделия. При этом различия в распространенности стрессовых жизненных событий, а также в потреблении сигарет могут способствовать различиям в частоте возникновения психосоматических симптомов, поскольку стресс и курение оказывают значительное влияние на состояние здоровья в целом.

С началом обучения в вузе вносятся изменения не только в учебную, но и в повседневную жизнь обучающихся, что может привести к стрессу, проявляющемуся в повышенном потреблении вредных веществ (алкоголь и курение). Трудности финансового характера, а также временные трудности, связанные с организацией свободного времени, подготовкой к экзаменам и т. д., также являются источниками стресса среди обучающихся. Особого внимания требуют обучающиеся первого курса вуза, так как им присущи конфликты и перенапряжения нервной системы, которые возникают по причине появления новых обязанностей, а также из-за работы с незнакомыми и новыми ситуациями, отсутствия социальной поддержки и успешных навыков взаимодействия с разнообразными стрессовыми ситуациями. Такие стрессоры могут оказывать негативное влияние на здоровье и быть связаны с более частыми физическими и психологическими отклонениями. Очевидно, что частое переживание стресса способствует проявлению психосоматических симптомов, особенно среди молодежи. Кроме того, в отличие от однократных стрессовых жизненных событий, повседневные стрессовые ситуации являются значимыми предикторами психологического и физического здоровья обучающихся.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Определенным выводом данной работы является установление того факта, что существует взаимосвязь между наличием стрессовых воздействий и возникновением психосоматических проявлений у обучающихся,

в связи с чем особую важность приобретает умение управлять стрессом, а также применять техники, позволяющие корректировать постстрессовые состояния и исключать деструктивные для состояния здоровья последствия.

Важно помнить, что осмысление и соответствующая коррекция психосоматических расстройств невозможны без анализа и учета психического, эмоционального, соматического и культурного статусов человека, нуждающегося в помощи. Критерием подверженности стрессу обучающихся может выступать наличие стрессовых ситуаций, при этом подверженность стрессу проявляется в социальном отчуждении, нехватке времени, академической неуспеваемости, повседневных социальных конфликтах и, в том числе, в академической дезадаптации и асоциальных проявлениях (курение, употребление алкогольных напитков), которые усугубляют субъективные психологические и физические симптомы, а также уже существующие трудности в состоянии здоровья.

В дальнейшем рассмотрении проблемы взаимосвязи воздействия стрессовых факторов и психосоматических расстройств у обучающихся вузов важно изучить с параллельным применением субъективных и объективных показателей стресса и состояния здоровья, различные виды поддержки со стороны семьи, а также друзей; психосоциальные факторы, связанные с асоциальными проявлениями среди обучающихся; влияние дополнительных стрессовых факторов в связи с переездом в новую среду для прохождения обучения и длительным пребыванием вне семьи; каким образом отражается на здоровье и поведении личностное становление обучающихся, приобретение независимости во всех сферах жизни, овладение многими новыми навыками.

ЛИТЕРАТУРА

1. Александер, Ф. Психосоматическая медицина. – М. : Институт общегуманитарных исследований, 2009. – 320 с.
2. 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.
3. Додай, А. Стрессовые жизненные события и Психосоматические симптомы среди студентов-курильщиков и некурящих / А. Додай, Н. Шимич // [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED535736.pdf (дата обращения : 07.04.2021).

REFERENCES

1. Alexander, F. Psychosomatic medicine. – Moscow : Institute of general humanitarian studies, 2009. – 320 p.
2. Pashuta, V. L. Psychological and pedagogical support as a way to overcome stress in the conditions of sports activities / V. L. Pashuta, A. S. Nikolskaia // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2017. – No. 7 (149). – P. 236-240.
3. Dodaj, A. Stressful Life Events and Psychosomatic Symptoms Among Students Smokers and Non-smokers / A. Dodaj, N. Šimić. – Available at : https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED535736.pdf.

УДК 355.233.22(4/9)

ПРОЦЕСС СЛУЖБЫ ЖЕНЩИН В АРМИИ ОБОРОНЫ ИЗРАИЛЯ: ГЕНДЕРНЫЙ ПАРИТЕТ

Бомбина Маргарита Юрьевна, младший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

PROCESS OF FEMALE SERVICE IN ISRAELI DEFENSE FORCES: THE GENDER BALANCE

Bombina, M.Yu., Junior Researcher of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В данной статье речь идет о процессе службы женщин в Армии обороны Израиля на современном этапе. Израиль в последние годы сталкивается с серьезными противоречиями, которые касаются непосредственно службы женщин и проблемы гендерного паритета в Вооруженных Силах Израиля. В статье повествуется о важности армии Израиля не только с военной точки зрения, но и с социальной.

Ключевые слова:

Вооруженные Силы, Армия обороны Израиля, военнослужащие, женщины-военнослужащие, боевые подразделения, вызов, боевые должности.

Abstract:

The article deals with the contemporary process of female service in the Israeli Defense Forces. In recent years, Israel has faced serious contradictions which directly affect the service of women and the problem of gender parity balance in the Israeli armed forces. The importance of the Israeli army from both military and social point of view has been determined.

Key words:

the armed forces, Israeli defense forces, military men, female combatants, combat units, challenge, combat positions.

ВВЕДЕНИЕ

Наряду с давними проблемами, находящимися в поле безопасности, государство Израиль в последние годы также сталкивается с серьезными противоречиями, которые касаются непосредственно службы женщин в Армии обороны Израиля (АОИ). Спор недавно перешел в точку кипения с внесением поправки в «Порядок совместной службы», где изложены руководящие принципы, касающиеся женщин, несущих военную службу наряду с православными мужчинами, которые, в частности, соблюдают религиозные ограничения по взаимодействию с находящимися рядом женщинами-военнослужащими [1].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Армия обороны Израиля – одна из единственных армий в западном мире, в которой женщины призываются на военную службу по закону. Женщины служат в израильской армии с момента ее создания в 1948 году. Изначально женщины служили главным образом на административных должностях или в качестве инструкторов в различных областях, но постепенно они перешли на оперативные должности из-за нехватки боевых солдат и требований израильтян о ликвидации феминистских групп. По данным издания Haaretz, число женщин-комбатантов за последние годы выросло более чем вдвое. Например, в 2012 году количество женщин в Армии обороны Израиля, проходивших службу на боевых должностях, равнялось трем процентам. А четыре года спустя, в 2016 году, количество процентов выросло более чем вдвое [1, 2].

Важная веха наступила в 1995 году, когда Верховный суд Израиля постановил, что женщины имеют право на формальное и материальное равенство на военной службе. Тем самым для женщин открылось множество боевых должностей: сначала появились должности в летных частях, а затем и в других различных престижных боевых подразделениях.

В настоящее время изучается возможность дальнейшей интеграции женщин с целью получения ими дополнительных боевых должностей [1].

Наряду с расширением и диверсификацией возможностей для женщин, в Армии обороны Израиля [3] также наблюдается значительный рост числа религиозных (православных) военнослужащих, многие из которых – офицеры и одновременно члены элитных подразделений. Текущие данные о курсах подготовки офицеров армии Израиля показывают, что, например, из 392 кадетов, окончивших обучение в 2018 году, сорок процентов считают себя «религиозными».

Соблюдающие предписания своего вероучения военнослужащие мужчины часто отказываются служить в одних подразделениях с женщинами именно по религиозным мотивам. Таким образом, увеличение числа православных военнослужащих мужчин одновременно с увеличением числа женщин в рядах Вооруженных Сил Израиля, служащих в традиционно «мужских» подразделениях, привело к конфликту интересов. Данная проблема, как правило, является актуальной для государственных служащих в том числе, так как имеет большое значение для общества [4].

В Армии обороны Израиля впервые попытались урегулировать вопросы, затрагивающие столкновение интересов, которое возникло на предмет совместной службы мужчин и женщин еще в 2002 году [5]. С целью сглаживания конфликта было подписано особое Постановление, озаглавленное как «Указ о надлежащей интеграции» [1]. Но в основном данное постановление отражало точку зрения лишь православных военнослужащих. Оно устанавливало правила сдержанного поведения и раздельных условий жизни для мужчин и женщин, а также в тексте постановления были обозначены различные привилегии для религиозных военнослужащих: освобождение их от исполнения некоторых задач, которые могут потребовать выполнения совместной работы вместе с женщинами [6].

Однако со временем от женщин-военнослужащих, оказавшихся в стесненных условиях, стало поступать большое количество жалоб. Отмечалось, что число обращений, зарегистрированных и направленных омбудсмену армии Израиля и советнику начальника штаба по делам женщин генерал-майору Гиле Калифи-Амир, растет ежедневно. Ламентации касались следующего. Женщины-военнослужащие, согласно опубликованному постановлению, рассматривали его толкование как тенденциозное, то есть которое, по их мнению, являлось дискриминационным по отношению к женщинам, находящимся в рядах Вооруженных Сил и, более того, ограничивающим их способность служить в конкретных подразделениях.

Примеры подобных жалоб затрагивают женщин-командиров, которые несут службу в артиллерийских частях, куда их переводят из тех подразделений, куда были направлены религиозные мужчины-военнослужащие.

Другой пример, касающийся принуждения женщин-военнослужащих перебираться в отдельное закрытое место во время празднования мужчинами Армии обороны Израиля еврейского праздника.

Нередки случаи, когда женщины-военнослужащие подвергались оскорбительным комментариям по поводу своего внешнего вида, в частности, одежды.

Из-за жалоб бригадный генерал Калифи-Амир поручила провести тщательное расследование, целью которого было изучение применения настоящего постановления о надлежащей интеграции на местах.

В итоге с помощью назначенного расследования был установлен следующий факт. Несмотря на то, что, хотя и первоначальная цель указа (постановления) состояла в том, чтобы обеспечить достойное прохождение службы в Вооруженных Силах Израиля, на практике же положения «правильной интеграции» интерпретировались строго в соответствии с еврейским религиозным законом (галахой), а в общем и целом сводились к тому, что были направлены на защиту православных военнослужащих (мужчин).

Точно так же, как и в любом другом государстве, в Израиле существует право, регламентирующее ту или иную сферу. В непосредственно нашем случае речь идет о нормативной части иудаизма, которая называется Галаха.

Галаха́ (ивр. הֲלָכָה) – это традиционное иудейское право, совокупность законов и уста-

новлений иудаизма, регламентирующих религиозную, семейную и общественную жизнь верующих евреев. В более же узком смысле – это совокупность законов, содержащихся в Торе, Талмуде и в более поздней раввинистической литературе, по которым еврей должен себя вести, а также каждый из этих законов (во множественном числе – галахот или халахот) в отдельности [4].

В результате в Армии обороны Израиля приостановили действие Указа о надлежащей интеграции. В течение пятилетнего периода группа, возглавляемая руководителем управления кадров армии Израиля генералом Орной Барбивай, работала над изучением различных аспектов совместной службы мужчин и женщин. Все произошедшие события, затрагивающие интересы мужчин и женщин в ходе совместной службы в Вооруженных Силах Израиля, привели к тому, что в 2016 году начальник штаба Гади Эйзенкот утвердил пересмотренный вариант постановления, который теперь называется «Указ о совместной службе».

В пересмотренном руководством Вооруженных Сил Израиля постановлении указывались следующие рекомендации относительно активно обсуждаемых гендерных проблем. Например, перед отправкой военнослужащего в подразделение смешанного типа (где служат и мужчины, и женщины) мужчинам следует уведомлять командование, противоречит ли будущее назначение их религиозному образу жизни. При условии возникающих противоречий, касающихся религиозных мотивов прохождения совместной с женщинами службы, мужчинам должна быть предоставлена возможность перевода в подразделение, укомплектованное исключительно военнослужащими мужского пола. Единственными исключениями из этого постановления являются офицеры и унтер-офицеры в постоянной армии, которые добровольно принимают решение о продлении сверхсрочного контракта по закону [1, 4].

Не менее интересен следующий факт. В описываемом постановлении также указывается, что военнослужащий, соблюдающий православный религиозный образ жизни, имеет право обучаться и проходить подготовку в так называемых мужских подразделениях и подчиняться военнослужащему мужского пола. Он также освобождается от тренировок, где есть вероятность физического присутствия женщин, либо же присутствие нескромно одетых женщин-военнослужащих (по определению еврейского закона). Однако в отношении других видов деятельности указ предусматривает, что допускается размещение всех военнослужащих в смешанной гендерной структуре. И все военнослужащие Армии обороны Израиля должны участвовать в официальных военных церемониях без каких-либо исключений, основанных на убеждениях религиозного образа жизни.

Не осталось секретом, что новое постановление вызвало ожесточенные общественные дебаты. Равнодушными не остались ни женские организации, ни известные раввины, принадлежащие к религиозному сионистскому течению, подвергнув критике некоторые аспекты этого постановления. Женские организации утверждали, что даже в пересмотренном варианте указ продолжал узаконивать дискриминационные и неэгалитарные ситуации. В то же время большинство религиозно-сионистских раввинов восприняли новую версию как капитуляцию перед экстремистским феминизмом, который, как они утверждали, преследовал цель захватить контроль над армией Израиля. Раввины же, в свою очередь, предприняли агрессивную риторику и развернули общественную кампанию против обновленного постановления и интеграции женщин на боевые должности, требуя возврата к изначальной версии обсуждаемого Указа.

Общественная кампания была широкой по своему охвату и яростной по критике Армии обороны Израиля. В ходе всего этого процесса имело место публичное заявление известного раввина о том, что «лучше умереть, чем переступить через себя, проходя службу в смешанном подразделении» [1]. Далее последовало срочное совещание, созванное раввинами и министрами юстиции и образования. А следующим шагом было то, что даже член Кнессета, призывающий православных молодых людей не поступать на службу в армию, в знак протеста назвал развернувшиеся события, связанные с темой нового постановления, «радикальным постмодернистским захватом» Армии обороны Израиля.

Как того и следовало ожидать, активно развернутая общественная кампания [2] привела к двум раундам поправок к постановлению. Окончательный вариант предоставил как офицерам, так и унтер-офицерам право обжаловать их размещение в смешанном подразделении «с учетом их религиозных убеждений» [3, 6].

В действительности раввинам удалось добиться положительной реакции почти на все их требования в отношении прав соблюдающих религиозные каноны (православных) военнослужащих. Армейское руководство одобрило требование о разрешении военнослужащим следовать своей традиционной линии поведения во избежание нарушения их религиозных убеждений, даже если это противоречит каким-либо убеждениям, распространенным среди основной массы израильского общества. Примером в данной ситуации можно назвать нахождение в одной комнате с женщиной или ношение женщиной нескромной одежды.

Не является удивительным, что раввины, вовлеченные в процесс обновления и внесения поправок в постановление, вскоре сообщили о своем одобрении результатов. Указанные поправки, разумеется, получили широкое одобрение, в то время как женские организации не увидели ни шага со стороны оппозиции к гендерному паритету, почувствовав, что проиграли эту битву.

Интересен следующий исторический момент. Сам религиозный сионизм – это направление ортодоксального модернизма, которое было создано в 1850 году раввином Цви Калишером. А уже в начале XX века более подробно разработано раввином Авраамом-Ицхаком Куком. Во второй же половине XX века главными идеологами данного движения были раввины Цви-Иехуда Кук (Израиль) и Йосеф-Дов Соловейчик (Соединенные Штаты Америки). Однако, несмотря на сформированность и существование данного направления, все-таки религиозный сионизм не представляет собой монолитного образования. В нем присутствуют различные группы, мнения которых по довольно-таки широкому кругу вопросов порой сильно расходятся [4, 7].

Итак, время шло, события следовали одно за другим, а общественная буря не утихала. Через несколько недель после всех перипетий, связанных с пересмотром указа, раввины и другие члены религиозно-сионистской общины вновь выразили свое несогласие с интеграцией женщин в вооруженные силы. На этот раз они зашли настолько далеко, что призвали православных военнослужащих отказаться от службы в смешанных подразделениях, и, более того, потребовали уволить начальника штаба, особенно яро протестуя в свете назначения первой женщины – командира эскадрильи военно-воздушных сил [5].

Подобные заявления свидетельствуют о том, что противодействие женской службе со стороны раввинов и представителей религиозного сионизма обусловлено не столько заботой о благосостоянии и моральном спокойствии религиозных военнослужащих, сколько сложным процессом и страхом разрушения традиционной структуры общества, и роли общества, и растущей когорты женщин в вооруженных силах [5–8].

В ходе публичных дебатов по поводу обсуждаемого постановления вопрос о том, что представляет собой «настоящую ценность женщины», занимал центральное место в ходе дискуссии о военной службе. Безусловно, Вооруженные Силы во всем мире становились доступны для женщин постепенно. Но цифры и по сей день остаются относительно низкими. Например, можно отметить следующее. В Соединенных Штатах Америки 15% военнослужащих составляют женщины. Еще меньше в Соединенном Королевстве, где этот показатель составляет 10%. В Вооруженных Силах Индии женщины составляют всего 5% военнослужащих, а в Афганистане и того меньше – лишь 4% [1].

Активизация участия женщин может стать еще более важной, поскольку характер военных задач непрерывно меняется во многих регионах. Различные государства все чаще ведут борьбу с асимметричными (войны, в ходе которых используются неожиданные и неконвенциональные, то есть, нелегитимные тактики во время военных действий) войнами против террористических групп. Это требует менее явной борьбы и более эффективного миротворчества посредством принятия стратегических решений, сбора разведывательных

данных. Как известно, наиболее уязвимые группы населения в районах конфликтов– это женщины и дети. Особенно на этом фоне участие женщин становится еще более ценным. Женщины предлагают перспективы, которые обычно не встречаются в организациях с преобладанием военнослужащих мужского пола [7].

Ситуация вокруг гендерного вопроса в Армии обороны Израиля развивалась стремительно, а последующий ее виток ознаменовался выраженной озабоченностью раввинов не только относительно прав православных военнослужащих мужчин, но и предполагаемым провалом военнослужащих женщин, которые изображались как потерявшие свою мягкость и женскую идентичность полноценные боевые единицы армии Израиля. «Мы должны радоваться и приветствовать данный вызов, чтобы выяснить, какова же роль дочери Израиля в наши дни, и чего мы, религиозное сионистское общество, ожидаем от нее»,– сказал Хесдер, являющийся главой заседания (ешивы), проходившего в городе Сдерот [1, 4]. Также было добавлено: «Все общество во имя равенства требует, чтобы девушки могли стать бойцами Армии обороны Израиля. Мы верим и заявляем, что женщина была создана для другой роли, с другим характером и уникальной миссией, которая более важна и масштабна» [1–4].

Иными словами, в то время как борющиеся против интеграции женщин в армию указывают на религиозные обязательства православных военнослужащих мужчин и предполагаемую опасность ослабления армии Израиля, их аргумент опирается на ограниченное видение соответствующей роли женщины, и не только в вооруженных силах. Раввины пытаются бороться с гендерной революцией в израильском обществе в целом, укрепляя традиционный взгляд на поведение женщин [1].

Подумайте об увеличении числа религиозных женщин, служащих в армии. Согласно данным, предоставленным ЦАХАЛом, около трети женщин, принадлежащих к религиозно-сионистской (православной) общине, завербованы; израильская армия прогнозирует, что в течение пяти лет этот показатель вырастет до 50 процентов. В 2010 году зачислено 935 православных женщин. И уже в 2017 году 2 700 женщин поступили на военную службу, когда общее количество женщин, годных по состоянию здоровья и имеющих право служить в армии, в тот год равнялось примерно 8 000. Военное и политическое руководство государства сообщает, что «все больше православных женщин поступают на военную службу с претензией на оправдание и реализацию их амбиций, и, более того, мы должны принять это во внимание и обеспечить наличие должностей и необходимые условия, отвечающие потребностям женщин» [1–3].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, исходя из вышеизложенных фактов и изученных положений, можно заключить следующее. Вся действительность, имеющая место в поле проблем совместной службы мужчин и женщин в армии Израиля, – это не война между военным и религиозным секторами израильского общества, а настоящая национальная борьба. В рамках публичных дебатов по поводу обновления Указа о совместной службе, представители религиозного сионизма используют все возможные аргументы против интеграции женщин в армию. Например, выступающие говорят о том, что оперативные возможности ЦАХАЛа подрываются; что женщины, которые служат, не смогут иметь детей; что религиозные военнослужащие вынуждены преступать законы своей веры, и что все забыли о духовной составляющей. Основным утверждением явилось то, что Армия обороны Израиля намеренно уступает феминистским организациям, которые стремятся навязать и отстаивать в своих рядах радикальные намерения [1].

В итоге выяснилось, что религиозные лидеры де-факто получили мандат, в соответствии с которым они наделяются правом оценивать все возможные аргументы в пользу интеграции женщин, хотя большинство соответствующих аргументов не имели отношения к вопросам религии и еврейского религиозного права. Почему должно иметь значение то, убеждены ли, например, религиозно-сионистские раввины, что служба женщин в боевых подразделениях не нанесет ущерба эффективности Армии обороны Израиля, направленной на достижение наилучшего соотношения

между задействованными ресурсами и конечными результатами деятельности? Оценка готовности [5–8] Вооруженных Сил – это не дело религиозных лидеров или израильской общественности, которым не хватает соответствующей компетентности. Тот факт, что раввины, так или иначе, имеют определенный вес в израильском обществе, говорит о важности недооцененной роли армии Израиля не только с военной точки зрения, но также и с социальной [1–3].

ЛИТЕРАТУРА

1. [Электронный ресурс]. Режим доступа : http://www.law fareblog.com/female-service-idf-challenge-integrated-army (дата обращения : 02.03.2020).
2. [Электронный ресурс]. Режим доступа : http://www.haaretz.com (дата обращения : 03.03.2020).
3. [Электронный ресурс]. Режим доступа : http://www.beinisrael.com (дата обращения : 03.03.2020).
4. [Электронный ресурс]. Режим доступа : http://www.eleven.co.il/judaism/religious-law/11019/ (дата обращения : 17.03.2020).
5. Дмитриев, Г. Г. Исторический анализ системы боевой и физической подготовки женщин-военнослужащих армии обороны Израиля / Г. Г. Дмитриев, Г. А. Войсковой, М. Ю. Бомбина // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2018. – № 4. – С. 77-82.
6. Дмитриев, Г. Г. Тенденции современного развития процесса службы женщин в Армии обороны Израиля / Г. Г. Дмитриев, М. Ю. Бомбина // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 2. – С. 24-27.
7. Дмитриев, Г. Г. Анализ особенностей израильской системы рукопашного боя «Крав Мага» / Г. Г. Дмитриев, М. Ю. Бомбина // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019.– № 4. – С. 101-105.
8. Дмитриев, Г. Г. Анализ содержания курса основной физической подготовки в боевых подразделениях Армии обороны Израиля / Г. Г. Дмитриев, М. Ю. Бомбина // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2020. – № 1. – С. 78-82.

REFERENCES

1. Available at : http:// www.lawfareblog.com/female -service-idf-challenge-integrated-army.
2. Available at : http:// www.haaretz.com.
3. Available at : http:// www.beinisrael.com.
4. Available at : http:// www.eleven.co.il/ judaism/religious-law/11019/ .
5. Dmitriev, G. G. The historical analysis of women soldiers combat and physical training system in Israel defense forces / G. G. Dmitriev, G. A. Voyskovoy, M. Yu. Bombina // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2018. – No. 4. – P. 77-82.
6. Dmitriev, G. G. Recent developments of the women service in the Israeli armed forces / G. G. Dmitriev, M. Yu. Bombina // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 2. – P. 24-27.
7. Dmitriev, G. G. Analysis of the Israeli hand-to-hand combat system «KravMaga» characteristics / G. G. Dmitriev, M. Yu. Bombina // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 4. – P. 101-105.
8. Dmitriev, G. G. Analysis of the Israeli hand-to-hand combat system «KravMaga» characteristics / G. G. Dmitriev, M. Yu. Bombina // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2020. – No. 1. – P. 78-82.

УДК 612.741.91; 796.011

АНАЛИЗ КРИТЕРИЕВ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ 10-11 КЛАССОВ ЕКАТЕРИНБУРГСКОГО СУВОРОВСКОГО ВОЕННОГО УЧИЛИЩА ПО РАЗДЕЛУ «ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА» С УЧЁТОМ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ИХ ОРГАНИЗМА

Васильев Александр Юрьевич, руководитель отдельной дисциплины (физической культуры) – начальник физической подготовки, Екатеринбургское суворовское военное училище, Екатеринбург;

Макарова Наталья Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики легкой атлетики, Уральский государственный университет физической культуры, Челябинск;

Рудаков Алексей Викторович, старший преподаватель отдельной дисциплины (физической культуры), Екатеринбургское суворовское военное училище, Екатеринбург;

Пьянков Иван Сергеевич, учитель физической культуры, средняя общеобразовательная школа № 8, п. Буланаш Артемовского района Свердловской области.

ANALYSIS OF THE CRITERIA FOR ASSESSING PHYSICAL FITNESS LEVEL OF THE YEKATERINBURG SUVOROV MILITARY SCHOOL CADETS OF 10-11 GRADES WITHIN THE ATHLETIC SECTION TAKING INTO ACCOUNT THEIR PHYSIOLOGICAL CHARACTERISTICS

Vasiliev A.Yu., Head of the particular discipline (Physical education) – Head of physical training, Yekaterinburg Suvorov Military School, Yekaterinburg;

Makarova N.V., Candidate of Pedagogics, Associate Professor at the Department of Theory and Methodology of Athletics, Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk;

Rudakov A.V., Senior Teacher of the particular discipline (Physical education), Yekaterinburg Suvorov Military School, Yekaterinburg;

Pyankov I.S., Physical education teacher, secondary school No. 8, Bulanashvillage, Artyomovsky district, Sverdlovsk region.

Аннотация:

В статье проведён сравнительный анализ критериев оценки уровня физической подготовленности учащихся 10-11 классов Екатеринбургского суворовского военного училища по разделу «Легкая атлетика» с учётом физиологических особенностей их организма при выполнении контрольных упражнений, определяющих уровень развития скоростно-силовых качеств и общей выносливости. Композиция мышечных волокон четырехглавой мышцы бедра определялась по результатам теста А.В. Шишкиной (2008). Показатель содержания медленных мышечных волокон в четырехглавой мышце бедра не влияет на результат упражнения «Прыжок в длину с места» в диапазоне от 230 см до 250 см, а также на результаты нормативов «Бег на 60 м» и «Бег на 100 м».

Ключевые слова:

оценка уровня физической подготовленности, оценка композиции мышечных волокон, скоростно-силовые способности, физиологические особенности организма.

Abstract:

The article provides a comparative analysis of the criteria for assessing physical fitness level of the Yekaterinburg Suvorov Military School cadets of 10-11 grades within the athletic section taking into account their physiological characteristics when performing control exercises that determine the level of development of speed-strength qualities and general endurance. The composition of muscle fibers of the quadriceps femoris muscle was determined according to the results of A.V. Shishkina (2008). The index of the content of slow muscle fibers in the quadriceps muscle of the thigh does not affect the result of the exercise «Long jump from the spot» in the range from 230 cm to 250 cm, as well as the results of the standards «Running 60 m» and «Running 100 m».

Key words:

Assessment of physical fitness level, assessment of the composition of muscle fibers, speed-strength abilities, physiological characteristics of the body.

ВВЕДЕНИЕ

В связи с неизбежно растущими требованиями, предъявляемыми реальными условиями военной службы к выпускникам образовательных учреждений Министерства обороны Российской Федерации, необходимо искать новые методические подходы к проведению физической подготовки в различных её формах, в том числе и в приобретении теоретических знаний, практических умений и навыков обучающихся [1]. В настоящее время в Военном институте физической культуры выполняются научно-исследовательские работы по обоснованию содержания и нормативных требований по физическому воспитанию для общеобразовательных организаций Министерства обороны Российской Федерации (далее – МО РФ), в рамках которых было проверено, апробировано, уточнено, рекомендовано к использованию в учебном процессе 66 контрольных физических упражнений, отражающих развитие основных физических качеств и прикладных навыков [2]. При этом разрабатывается проект «Наставления по физической культуре и спорту для общеобразовательных организаций МО РФ». Необходимо добавить, что действующие критерии оценки уровня физической подготовленности учащихся вышеуказанных организаций по разделу «Лёгкая атлетика», изложенные в Наставлении по физической подготовке и спорту для суворовских военных, нахимовских военно-морских, военно-музыкальных училищ и кадетских, морских кадетских, музыкальных кадетских корпусов Министерства обороны Российской Федерации (далее – НФП-2004), по ряду упражнений для 10-11 классов, отличаются от критериев, указанных в методических рекомендациях Федерального центра организационно-методического обеспечения физического воспитания Министерства просвещения Российской Федерации (далее – ФЦОМОФВ) по организации и проведению тестовых упражнений для определения уровня физической подготовленности обучающихся 1–11 классов основной медицинской группы по учебному предмету «Физическая культура» по итогам 2019/2020 учебного года [3] (табл. 1).

Таблица 1 – Различия критериев оценки уровня физической подготовленности учащихся 10-11 классов

№ п/п	Нормативы	НФП-2004			Методические рекомендации ФЦОМОФВ (для мальчиков)		
		5	4	3	высокий	средний	низкий
Для 10 класса							
1	Прыжок в длину с места, см	220	210	200	243	224	177
2	Бег на 1 км, мин., с	3,20	3,30	3,45	3,12	3,27	4,07
Для 11 класса							
3	Прыжок в длину с места, см	230	220	210	267	238	198
4	Бег на 1 км, мин., с	3,15	3,25	3,40	3,12	3,23	3,55

Учитывая мнение ряда учёных о том, что максимальный уровень развития скоростно-силовых способностей достигается к 15-летнему возрасту и то, что с этой же отметки начинается сенситивный период для проявления общей выносливости [4], у нас появился проблемный вопрос: в какой степени вышеуказанные критерии, оценивающие скоростно-силовые способности и уровень развития общей выносливости у учащихся 10-11 классов Екатеринбургского суворовского военного училища, учитывают физиологические особенности их организма?

Таким образом, целью нашего исследова-

ния является анализ уровня физической подготовленности учащихся 10-11 классов Екатеринбургского суворовского военного училища при выполнении нормативов, определяющих их скоростно-силовые способности и общую выносливость по разделу «Лёгкая атлетика», и оценка полученных данных по результатам физиологических исследований.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Теоретический анализ научно-методической литературы показал, что для определения уровня развития двигательных качеств, помимо контрольных тестов, применяются также прямые и косвенные методы оценки композиции мышечных волокон в скелетных мышцах человека. Проведенные ранее исследования выявили слабую корреляционную взаимосвязь между мышечной композицией и скоростно-силовыми возможностями, а также невысокую точность предсказания содержания быстрых мышечных волокон в латеральной головке четырехглавой мышцы бедра, из которой бралась биопсия, по результатам скоростно-силового тестирования [5]. В качестве метода для оценки скоростно-силовых качеств возможно использовать тест А.В. Шишкиной (2008), который косвенно оценивает процент медленных мышечных волокон в четырехглавой мышце бедра в целом [6]. Необходимо отметить, что исследования методов оценки скоростно-силовых способностей студентов-футболистов показали, что спортсмены, имеющие более 70% медленных мышечных волокон, характеризуются низким уровнем развития скоростно-силовых качеств, и процент медленных мышечных волокон у этих испытуемых имел достоверную среднюю корреляционную взаимосвязь с результатом бега на 30 м [7].

Учитывая отсутствие норматива «Бег на 30 м» в НФП-2004, мы определили следующие тесты для оценки скоростно-силовых способностей учащихся 10-11 классов Екатеринбургского суворовского военного училища: бег на 60 м, прыжок в длину с места, бег на 100 м и тест А. В. Шишкиной (2008). Этот тест выполняли только те испытуемые, у которых результат прыжка в длину с места составлял не менее 230 см (n=38). Данная отметка для тестирования, соответствующая золотому значку ВФСК ГТО пятой ступени, была выбрана нами исходя из предположения, что процентное содержание быстрых мышечных волокон в четырехглавой мышце бедра в этом случае будет оказывать значимое влияние на результат прыжка в длину с места.

По окончании тестирования скоростно-силовых способностей учащиеся выполняли норматив «Бег на 1 км». Учитывая, что данное упражнение относится к динамической циклической работе субмаксимальной мощности, у испытуемых проводили контроль частоты сердечных сокращений (далее – ЧСС), используя метод пульсометрии. Все вышеперечисленные упражнения выполнялись на уроках физической культуры в апреле – мае 2021 года. Необходимо добавить, что тестирование скоростно-силовых способностей проводилось в течение одной недели, выполнение нормативов «Бег на 60 м» и «Прыжок в длину с места» проходило в один день.

Статистический анализ вышеперечисленных критериев оценки уровня физической подготовленности для составления шкалы оценок результатов выполнения физических упражнений на основе четырехбалльной системы мы проводили согласно методическим рекомендациям, основанным на показателях среднеквадратического отклонения и изложенным в статье «Развитие силовых способностей у курсантов военно-физкультурного учреждения с учетом физиологических особенностей их организма» [8].

Оценка показателей уровня физической подготовленности учащихся 10-11 классов Екатеринбургского суворовского военного училища по разделу «Лёгкая атлетика» представлена в табл. 2.

Таблица 2 – Оценка показателей уровня физической подготовленности учащихся 10-11 классов Екатеринбургского суворовского военного училища по разделу «Лёгкая атлетика»

Параметры	$X \leq X-0{,}68\,\sigma$	$X-0{,}67\,\sigma \leq X \leq X+0{,}67\sigma$		$X \geq X+0{,}68\,\sigma$
10 класс				
Оценка упражнения «Бег на 60 м», с (n=47) X=8,25; σ=0,38; m=0,06; cv=4,6%				
Оценка	5	4	3	2
Фактическое значение	7,9 и менее	8,0–8,3	8,4–8,5	более 8,5
Значение по НФП-2004	8,0 и менее	8,1–8,5	8,6–9,0	более 9,0
Оценка упражнения «Бег на 100 м», с (n=47) X=13,57; σ=0,71; m=0,10; cv=5,2%				
Оценка	5	4	3	2
Фактическое значение	13,0 и менее	13,1–13,6	13,7–14,1	более 14,1
Значение по НФП-2004	14,0 и менее	14,1–14,3	14,4–15,2	более 15,2
Оценка упражнения «Прыжок в длину с места», м (n=49) X=2,32; σ=0,15; m=0,02; cv=6,5%				
Оценка	2	3	4	5
Фактическое значение	менее 2,22	2,22–2,32	2,33–2,42	2,43 и более
Значение по НФП-2004	менее 2,00	2,00–2,09	2,10–2,19	2,20 и более
Оценка упражнения «Бег на 1 км», с (n=52) X=206,62; σ=13,61; m=1,90; cv=6,6%				
Оценка	5	4	3	2
Фактическое значение	196 и менее	197–207	208–216	более 216
Значение по НФП-2004	200 и менее	201–210	211–225	более 225
11 класс				
Оценка упражнения «Бег на 60 м», с (n=61) X=8,34; σ=0,46; m=0,06; cv=5,6%				
Оценка	5	4	3	2
Фактическое значение	8,0 и менее	8,1–8,4	8,5–8,7	более 8,7
Значение по НФП-2004	7,8 и менее	7,9–8,0	8,1–8,5	более 8,5
Оценка упражнения «Бег на 100 м», с (n=58) X=13,37, σ=0,62, m=0,08, cv=4,7%				
Оценка	5	4	3	2
Фактическое значение	12,9 и менее	13,0–13,4	13,5–13,8	более 13,8
Значение по НФП-2004	13,8 и менее	13,9–14,2	14,3–15,1	более 15,1
Оценка упражнения «Прыжок в длину с места», м (n=62) X=2,30; σ=0,16; m=0,02; cv=6,8%				
Оценка	2	3	4	5
Фактическое значение	менее 2,20	2,20–2,30	2,31–2,41	2,42 и более
Значение по НФП-2004	менее 2,10	2,11–2,19	2,20–2,29	2,30 и более
Оценка упражнения «Бег на 1 км», с (n=57) X=204,40; σ=11,78; m=1,56; cv=5,8%				
Оценка	5	4	3	2
Фактическое значение	195 и менее	196–205	206–213	более 213
Значение по НФП-2004	195 и менее	196–205	206–220	более 220

В результате анализа полученных данных нами было установлено, что показатели скоростно-силовых способностей и общей выносливости у испытуемых десятых и одиннадцатых классов находятся приблизительно на одном уровне. При этом при сопоставлении шкал оценок по четырехбалльной системе с нормативными требованиями НФП-2004

результатов выполнения физических упражнений было выявлено, что оценки контрольного упражнения «Бег на 60 м» соответствуют значениям, указанным в НФП-2004 для 10 и 11 класса. Однако необходимо учитывать, что данный норматив практически не используется в Екатеринбургском суворовском военном училище для оценки уровня физической подготовленности учащихся 10-11 классов. Результаты выполнения упражнений «Прыжок в длину с места» и «Бег на 100 м» значительно превышают значения, указанные в НФП-2004. Анализ результатов выполнения контрольного упражнения «Бег на 1 км» показывает, что оценки по четырехбалльной системе испытуемых 10–11 класс не превышают значений, являющихся нормативными для 11 класса согласно НФП-2004. При этом значения ЧСС у учащихся соответствовали рекомендуемым значениям и находились в диапазоне от 172 до 194 уд/мин.

Необходимо отметить, что упражнение «Прыжок в длину с места» на отметку «Высокий уровень», в соответствии с методическими рекомендациями ФЦОМОФВ, выполнило только 25% испытуемых из 10 классов и 2% – из 11 классов. Отметку «Высокий уровень» норматива «Бег на 1 км», в соответствии с вышеуказанными рекомендациями, преодолели лишь 15% десятиклассников и 23% одиннадцатиклассников.

Оценка влияния композиции мышечных волокон в четырехглавой мышце бедра на показатели скоростно-силовых способностей у 38 испытуемых показала, что результаты теста А.В. Шишкиной (2008) не имеют корреляционной взаимосвязи с результатами контрольного упражнения «Прыжок в длину с места» ($r = -0,03$, $p>0,05$). Однако учитывая, что у 82% тестируемых длина прыжка оказалась в интервале от 230 см до 250 см, мы считаем, что показатель содержания медленных мышечных волокон не влияет на длину прыжка в указанном диапазоне. При этом только у 11% испытуемых этот показатель оказался менее 60%. Таким образом, отметка на оценку «5» по результатам выполнения контрольного упражнения «Прыжок в длину с места» учащимися 10-11 классов, согласно четырехбалльной системе, находится в рекомендуемом нами диапазоне. Результаты теста А.В. Шишкиной (2008) также не коррелируют с результатами тестовых упражнений: «Бег на 60 м» ($r =-0,08$, $p>0,05$) и «Бег на 100 м» ($r=0,01$, $p>0,05$). На наш взгляд, причиной этого является то, что на вышеуказанных дистанциях двуглавая мышца бедра задействована в большей степени, по сравнению с четырёхглавой. Таким образом, мы считаем, что для физиологической оценки результатов контрольных упражнений «Бег на 60 м» и «Бег на 100 м» необходим анализ композиции двуглавой мышцы бедра.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследования показали, что уровень развития скоростно-силовых способностей и общей выносливости у учащихся 10 и 11 классов Екатеринбургского суворовского военного училища примерно одинаков. При этом анализ составленных шкал оценок результатов выполнения контрольных упражнений «Прыжок в длину с места», «Бег на 100 м» подтверждает необходимость внедрения в процесс физического воспитания учащихся общеобразовательных организаций МО РФ «Наставления по физической культуре и спорту для общеобразовательных организаций МО РФ». Контрольное упражнение «Прыжок в длину с места» на отметку «Высокий уровень» в соответствие с методическими рекомендациями ФЦОМОФВ выполнили только 25% испытуемых из 10 классов и 2% – из 11 классов. Отметку «Высокий уровень» норматива «Бег на 1 км», в соответствии с вышеуказанными рекомендациями, преодолели лишь 15% десятиклассников и 23% одиннадцатиклассников. Показатель содержания медленных мышечных волокон в четырехглавой мышце бедра не влияет на результат упражнения «Прыжок в длину с места» в диапазоне от 230 см до 250 см, а также на результаты нормативов «Бег на 60 м» и «Бег на 100 м». Для физиологической оценки результатов контрольных упражнений «Бег на 60 м» и «Бег на 100 м» необходим анализ композиции двуглавой мышцы бедра.

ЛИТЕРАТУРА

1. Пугачёв, И. Ю. Правовое регулирование нормативов по физическому воспитанию для общеобразовательных организаций Министерства обороны Российской Федерации / И. Ю. Пугачёв // Актуальные проблемы правового регулирования спортивных правоотношений: мат-лы IX Междунар. науч.-практ. конф. (совместный российско-белорусский проект); отв. ред. С. А. Захарова, Т. В. Журавлёва. – Челябинск, 2019. – С. 151-158.
2. Трапезников, С. А. Обоснование нормативных требований по физической культуре для обучающихся воспитанников в общеобразовательных организациях Министерства обороны Российской Федерации / С. А. Трапезников, Г. А. Шашкин, А. Н. Лащев, Д. А. Солнцев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. –№ 2. – С. 49-52.
3. Методические рекомендации по организации и проведению тестовых упражнений для определения уровня физической подготовленности обучающихся 1–11 классов по учебному предмету «Физическая культура» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://xn--b1atfb1adk.xn--p1ai/files/ioe/documents/5PIGHILARXCDPMVGZTLT.pdf (дата обращения : 18.04.2021).
4. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учеб. / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – изд. 2-е, испр. и доп. – М. : Олимпия Пресс, 2005. – С. 367.
5. Лысенко, Е. А. Скоростно-силовые возможности спортсменов как предиктор содержания в мышце быстрых мышечных волокон / Е. А. Лысенко, Т. Ф. Вепхвадзе, Е. М. Леднев [и др.] // Физиология человека.– 2020. – № 6 (46). – С. 121-128.
6. Шишкина, А. В. Биодинамическая оценка мышечной композиции / А. В. Шишкина // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2008. – № 11 (45). – С. 108-11.
7. Самсонова, А. В. Оценка скоростно-силовых способностей студентов футболистов посредством различных методов / А. В. Самсонова, М. Ю. Утеганова, М. Ю. Нифонтов, И. Э. Барникова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2019. – № 10 (176). – С. 313-317.
8. Курьянович, Е. Н. Развитие силовых способностей у курсантов военно-физкультурного учреждения с учетом физиологических особенностей их организма / Е. Н. Курьянович, А. Л. Старовойтов, Е. С. Сотников, В. В. Аржаков // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019.– № 4. – С. 136-140.

REFERENCES

1. Pugachev, I. Yu. Legal regulation of standards for physical education for educational institutions of the Russian Defence Ministry / I. Yu. Pugachev // Actual problems of legal regulation of sports legal relations : Proceedings of the 9th International Scientific and Practical Conference (United Russian-Belarus project) / Ed. by S. A. Zakharova, T. V. Zhuravleva. – Chelyabinsk, 2019. – P. 151-158.
2. Trapeznikov, S. A. Justification of regulatory requirements on physical education for students of general educational institutions of the Russian Defence Ministry / S. A. Trapeznikov, G. A. Shashkin, A. N. Lashchev, D. A. Solntsev// Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 2. – P. 49-52.
3. Methodical recommendations on the organization and conduct of test exercises to determine the level of physical fitness of students in grades 1-11 in the subject «Physical education». – Available at : http://xn--b1atfb1adk.xn--p1ai/files/ioe/documents/5PIGHILARXCDPMVGZTLT.pdf.
4. Human physiology: General. Sports. Age : Textbook / A. S. Solodkov, E. B. Sologub. – 2nd. ed. – Moscow : OlympiaPress, 2005. – P. 367.
5. Lysenko, E. A. Speed-strength capabilities of athletes as a predictor of fast muscle fibers content in muscle / E. A. Lysenko, T. F. Vepkhvadze, E. M. Lednev [et al.] // Human physiology. – 2020. – No. 6 (46). – P. 121-128.
6. Shishkina, A. V. Biodynamical estimation of human muscle composition / A. V. Shishkina // Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2008. – No. 11 (45). – P. 108-111.
7. Samsonova, A. V. Assessment of speed-strength abilities of football students by means of various methods / A. V. Samsonova, M. Y. Uteganova, M. Y. Nifontov, I. E. Barnikova // Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2019. – No. 10 (176). – P. 313-317.
8. Kuryanovich, E. N. The development of strength abilities among cadets of a military-physical education institution, taking into account the physiological characteristics of their body / E. N. Kuryanovich, A. L. Starovoitov, E. S. Sotnikov, V. V. Arzhakov // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 4. – P. 136-140.

УДК 796

ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ И СОТРУДНИКОВ СИЛОВЫХ СТРУКТУР В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ПО РУКОПАШНОМУ БОЮ

Дутчак Павел Романович, кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Торопов Виктор Алексеевич, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры физической подготовки и прикладных единоборств, Санкт-Петербургский университет МВД России, Санкт-Петербург;

Коробенков Алексей Сергеевич, преподаватель кафедры преодоления препятствий и рукопашного боя, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Мифтахов Ренат Равильевич, соискатель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

FORMATION OF PSYCHOLOGICAL READINESS OF MILITARY PERSONNEL AND OFFICERS OF LAW ENFORCEMENT AGENCIES IN THE PROCESS OF TRAINING IN HAND-TO-HAND COMBAT

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;

Toropov V.A., Honorary Higher Education Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor at the Department of Physical Training and Applied Arts, Saint-Petersburg University of Russian Interior Ministry, St. Petersburg;

Korobenkov A.S., Lecturer at the Department of Overcoming Obstacles and Hand-to-hand Combat, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Miftakhov R.R., Applicant at the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В данной статье авторы раскрыли особенности формирования психологической готовности у военнослужащих и сотрудников силовых структур в процессе занятий по рукопашному бою. Рассмотрены методические приемы, способствующие целенаправленной психологической подготовке военнослужащих и сотрудников силовых структур к действиям в экстремальных ситуациях, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.

Ключевые слова:

психологическая подготовка, рукопашный бой, методические приемы.

Abstract:

The authors of the article have determined specificities of the formation of psychological readiness among military personnel and law enforcement officers in the process of training in hand-to-hand combat. The methodological techniques that contribute to the purposeful psychological training of military personnel and law enforcement officers for actions in extreme situations involving the use of physical force, special means and firearms are considered.

Key words:

psychological training, hand-to-hand combat, methodical techniques.

ВВЕДЕНИЕ

В теории и практике физической культуры психологическая подготовка всегда рассматривалась как важный компонент подготовки спортсменов к соревновательной деятельности. В качестве программы-минимум психологической подготовки можно назвать преодоление негативных состояний (предстартовой апатии или предстартовой лихорадки), спо-

собных оказать влияние на соревновательный результат. Для экстремальных видов спорта, единоборств ее задачи становились значительно шире – преодоление чувства страха, боязни болевых ощущений, адекватная оценка и быстрота принятия решений в процессе соревновательной борьбы.

Военная служба и правоохранительная деятельность в различных силовых структурах Российской Федерации предполагают подготовку военнослужащих и сотрудников к действиям в экстремальных ситуациях, для чего широко используются средства физической подготовки и спорта, в первую очередь, рукопашного боя и преодоления препятствий.

Именно поэтому психологические и педагогические особенности необходимо учитывать и рассматривать в комплексе при обучении сотрудников силовых структур рукопашному бою [1].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В Энциклопедическом словаре по психологии и педагогике дается следующее определение психологической подготовки: «Психологическая подготовка – процесс формирования, закрепления и активизации готовности личности, коллектива к определенному виду деятельности или выполнению задачи... Психологическая подготовка к выполнению конкретной задачи предполагает в сложившейся ситуации активизацию возможностей человека, мобилизацию его духовных и физических сил, всего творческого потенциала... Психологическая подготовка является целенаправленным процессом обучения, воспитания, освоения технологии определенного вида деятельности, овладения опытом» [2].

Деятельность военнослужащих и сотрудников силовых структур направлена на предупреждение, выявление и пресечение преступлений и правонарушений, представляющих угрозу жизненно важным интересам личности, общества и государства. При выполнении своих обязанностей им регулярно приходится применять физическую силу, специальные средства и огнестрельное оружие. Каждый конкретный случай, направленный на пресечение противоправных действий, может перерасти в конфликтную, а затем и в экстремальную ситуацию. Это требует целенаправленной психологической подготовки сотрудников силовых структур в процессе профессионального обучения, прежде всего к действиям по задержанию лиц, совершивших преступление.

Актуальность такой подготовки можно подтвердить на примере случая, произошедшего в Москве 15 июня 2020 года. Экипаж ДПС остановил автомобиль за нарушение правил дорожного движения. В этот момент мужчина 1995 года рождения, находясь на проезжей части вблизи жилых домов, открыл стрельбу в сторону полицейских. Нападение было внезапным, но целенаправленным, цель – убить сотрудников полиции.

Капитан полиции Сергей Крылов, раненный в плечо, ногу и голову, открыл ответный огонь по стрелявшему и ранил его. Старший лейтенант полиции Алексей Поярков, получив ранение в грудь, удерживал бандита до прибытия подмоги и скорой помощи. Позже было установлено, что нападавший Ратмир Галаев был членом экстремистской организации [3].

Приведенный пример позволяет сделать некоторые выводы, которые можно рассматривать в качестве организационно-педагогических условий для формирования психологической готовности военнослужащих и сотрудников силовых структур к деятельности в экстремальных условиях в процессе профессиональной подготовки. Во-первых, угроза жизни и здоровью может возникнуть внезапно и не быть связанной с осуществляемой деятельностью. Во-вторых, при возникновении опасности необходимо избежать паники и мгновенно привести себя в состояние «боевой готовности», т. е. подавляя страх начать противодействие угрозе. В-третьих, действия по предотвращению угроз носят комплексный характер и требуют проявления не только двигательной активности, но и интенсивной интеллектуальной деятельности. В-четвертых, психологическая подготовка должна носить комплексный характер, охватывая все дисциплины программы обучения, а применительно к физической подготовке – строиться на моделировании типовых ситуаций из практической деятельности, в которых возможно применение физической силы, специальных или подручных средств, летель-

ного и не летального оружия [4, 5,6,7].

Одним из наиболее эффективных средств физической подготовки, направленных на формирование готовности к действиям в экстремальных ситуациях, является рукопашный бой. Принято считать, что формированию у сотрудников силовых структур психических и морально-волевых качеств способствуют навыки в выполнении приемов рукопашного боя и различные виды учебных схваток. Соглашаясь с данным мнением, следует отметить, что формирование навыка – процесс длительный, а проведение учебных схваток требует определенного уровня подготовленности. Кроме того, в процессе занятий по рукопашному бою необходимо соблюдать два противоположных условия: показать боевую эффективность изучаемых приемов и действий и обеспечить сохранность жизни и здоровья обучающихся.

На начальном этапе обучения рукопашному бою целесообразно использовать действия по внезапным командам и сигналам. Например, по свистку обучающиеся должны выполнить прыжок с разворотом на 360 градусов, а по хлопку – выпрыгнуть вверх и выполнить 3-4 удара руками по воздуху. Сигналы подаются в произвольном порядке с неравномерными промежутками времени с уменьшением времени между ними, а также в сочетании с выполнением других упражнений. Основная цель данного методического приема – добиваться уменьшения времени между командой и началом требуемого двигательного действия, а применительно к действиям сотрудника полиции – научиться быстро реагировать на любые изменения обстановки, в первую очередь, на внезапно возникшую опасность.

После освоения обучающимися кувырков и самостраховок в интересах психологической подготовки целесообразно использовать упражнения с нагрузкой на вестибулярный аппарат. Это действия, в которых кувырки вперед чередуются с кувырками назад, резкими перекатами в левую или правую сторону. В последующем можно использовать кувырки и перекаты с автоматом или пистолетом, которые чередуются с изготовками к бою с оружием или действиями, имитирующими досыл патрона в патронник, прицеливание и нажатие на спусковой крючок.

Формированию уверенности в своих силах способствуют падения и перекаты, выполняемые на твердой поверхности. Их техника существенно отличается от спортивных самостраховок, выполняемых на коврах, татами или на специально подготовленных площадках. Приобретенный навык позволит избежать скованности движений, связанной с боязнью упасть на асфальт, каменистую почву и иные твердые поверхности в экстремальной ситуации.

Хорошим методическим приемом, способствующим развитию психологической устойчивости военнослужащих и сотрудников силовых структур, является постепенное применение элемента неожиданности и систематических условий выполнения приемов рукопашного боя. Выполнение приемов в «боевой ситуации», когда сотрудник, выполняющий прием, не знает характера атакующего действия, широко используется в практике подготовки сотрудников правоохранительных органов. Однако обучающиеся достаточно быстро адаптируются к условиям «боевой ситуации» при выполнении стандартных атак. Эффект неожиданности усиливается в ситуациях, когда:

– атаки проводятся и правой, и левой конечностью;

– выполняющий прием знает вид атаки (например, удар рукой), но не знает, какой рукой и какой удар будет наноситься;

– применяется атакующее действие из другой группы (например, вместо удара рукой наносится удар ногой);

– защитные действия выполняются после физической нагрузки.

Перечисленные методические приемы способствуют формированию двигательных реакций, выбору двигательных действий, адекватных сложившейся ситуации. При этом преподавателям необходимо акцентировать внимание на реакции сотрудника на внезапную атаку и лишь потом – на выбранный способ защиты.

Для усиления психологического воздействия на занимающихся в процессе проверки навыков рукопашного боя (боевых приемов борьбы) нами применялась следующая психологическая установка: ошибка в выборе защитно-атакующего действия или технике его выполнения ведет не к снижению оценки,

а рассматривается как возможность оказать эффективное сопротивление для противника. При этом ассистенту разрешалось оказывать дозированное сопротивление после захват в случае неуверенных или неправильных действиях сотрудника, выполняющего прием.

Систематическое применение методических приемов, направленных на формирование психологической готовности к рукопашному бою, на наш взгляд, позволяет переходить к необусловленным схваткам и, в определенной мере, способствует снижению травматизма на занятиях. Обучающиеся меньше теряются в ходе схватки, более правильно выбирают дистанции при проведении атакующих и защитных действий, концентрируя внимание на способах достижения цели – победы в поединке.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, применение на занятиях по рукопашному бою методических приемов, направленных на формирование психологической готовности к ведению рукопашной схватки, способствует подготовке военнослужащих и сотрудников силовых структур к действиям в экстремальных ситуациях, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия. Высокий уровень психологической устойчивости можно рассматривать как одно из наиболее важных профессионально значимых качеств для военнослужащих и сотрудников силовых структур.

ЛИТЕРАТУРА

1. Торопов, В. А. Физическая подготовка : учеб. / В. А. Торопов, В. А. Кудин, М. Л. Куликов [и др.]. – СПб. : Изд-во СПб ун-та МВД России, 2016. – 300 с.
2. Энциклопедический словарь по психологии и педагогике [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://psychology_pedagogy.academic.ru/14048/ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ_ПОДГОТОВКА (дата обращения : 12.02.2021).
3. Сильнее пуль. Офицеры полиции даже после ранений смогли обезвредить и задержать преступника [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://rg.ru/2020/06/16/reg-cfo/perestrelka-v-moskve-kak-policejskim-udalos-obezvredit-prestupnika.html (дата обращения : 12.02.2021).
4. Кочергин, А. Н. Интеграция технико-тактической, физической и психологической подготовки к рукопашному бою : дис. … канд. пед. наук / А. Н. Кочергин. – СПб., 2011. – 147 с.
5. Торопов, В. А. Характеристика педагогической системы обучения сотрудников полиции приёмам рукопашного боя в средствах индивидуальной бронезащиты / В. А. Торопов, Р. Б. Хыбыртов, А. И. Ушенин // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2014. – № 1 (61). – С. 168-172.
6. Миронов, В. В. Направления и пути совершенствования физической подготовки как важного фактора поддержания боеспособности военнослужащих / В. В. Миронов, В. Л. Пашута // Актуальные пробле¬мы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2017. – № 3. – С. 8-13.
7. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.

REFERENCES

1. Toropov, V. A. Physical training : textbook / V. A. Toropov, V. A. Kudin, M. L. Kulikov [et al.]. – St. Petersburg : Publishing House of the St. Petersburg University of the Russian Interior Ministry, 2016. – 300 p.
2. Encyclopedia of Psychology and Pedagogy. – Available at : https://psychology_pedagogy.academic.ru/14048/Psychological training.
3. Stronger than bullets. Even after the injuries, the police officers were able to neutralize and detain the criminal.– Available at : https://rg.ru/2020/06/16/reg-cfo/perestrelka-v-moskve-kak-policejskim-udalos-obezvredit-prestupnika.html.
4. Kochergin, A. N. Integration of technical and tactical, physical and psychological training for hand-to-hand combat: PhD thesis (Pedagogy). – St. Petersburg, 2011. – 147 p.
5. Toropov, V. A. Characteristics of the pedagogical system of training police officers in hand-to-hand combat techniques in equipment of individual armor protection» / V. A. Toropov, R. B. Khybyrtov, A. I. Ushenin // Vestnik of the St. Petersburg University of the Russian Interior Ministry. – 2014. – No. 1 (61). – P. 168-172.

6. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
7. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation / V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.

УДК 355.232.6:001.8

БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ДВИГАТЕЛЬНУЮ ТОЧНОСТЬ И КООРДИНАЦИЮ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ УДАРОВ РУКОЙ У КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ ФСБ РОССИИ ПОГРАНИЧНОГО ПРОФИЛЯ НА ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ К СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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

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

Корявцев Артем Анатольевич, соискатель, Военный институт физической культуры; преподаватель кафедры физической подготовки, Московский пограничный институт ФСБ России, Москва;

Бомбина Маргарита Юрьевна, младший научный сотрудник Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

BIOMECHANICAL FACTORS DETERMINING THE MOTOR ACCURACY AND COORDINATION AMONG THE FEDERAL SECURITY SERVICE CADETS PERFORMING PUNCHES AT THE COMPETITIVE PREPARATION STAGE

Islamov V.A., Doctor of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Overcoming Obstacles and Hand-to-hand Combat Department, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Kartamyshev D.A., Candidate of Pedagogics, Associate Professor at the Overcoming Obstacles and Hand-to-hand Combat Department, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Koryavtsev A.A., Lecturer at the Physical Training Department, Russian Border Service Institute, Moscow;

Bombina M.Yu., Junior Researcher at the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматриваются особенности техники выполнения ударов рукой в рукопашном бое, незнание которых неизбежно ведет к медленному росту спортивных результатов. Выявлены биомеханические факторы, определяющие формирование навыков сложно-координационной спортивной деятельности у курсантов образовательных организаций ФСБ России, занимающихся рукопашным боем.

Ключевые слова:

рукопашный бой, соревновательная деятельность, курсанты, удар рукой, двигательный стереотип.

Abstract:

The article considers the peculiarities of the hand-to-hand fighting technique, the ignorance of which inevitably leads to a slow increase in sports results. Biomechanical factors determining the formation of skills of complex coordination sports activity among cadets of the Russian Federal Security Service educational institutions, involved in hand-to-hand combat have been identified.

Key words:

hand-to-hand combat, competitive activity, cadets, punch, motor stereotype.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема подготовки к соревновательной деятельности у курсантов образовательных организаций ФСБ России пограничного профиля в рукопашном бою (далее – спортсменов рукопашного боя) на протяжении многих лет является актуальной. При этом возросший уровень конкурентной борьбы на крупнейших турнирах по рукопашному бою вызывает необходимость совершенствования средств и методов подготовки спортсменов к соревнованиям, выявлении наиболее эффективных и часто применяемых приемов борьбы, защит

и ударных действий в условиях спортивного поединка [1]. Основой для достижения высоких результатов в рукопашном бою являются точность и быстрота реализации движений, в условиях постоянно меняющейся ситуации [2]. Если учесть, что особенностью данного вида спорта также является выполнение ударных действий, то именно эффективность и рациональность управления точностью ударных движений являются физиологической основой совершенствования спортивного мастерства [3].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В основе управления движениями человека лежит решение такой задачи как согласование активности большого числа мышц. Обилие степеней свободы в опорно-двигательном аппарате, влияние на результат движения сил тяжести и инерции осложняют выполнение двигательной задачи [4]. Вследствие сказанного выше, успешное решение проблемы совершенствования спортивной техники и разработка новых подходов к тренировочному процессу в рукопашном бою возможны только на основе понимания механизмов и закономерностей формирования двигательных стереотипов, их коррекции в ходе выполнения различных анализаторов в этот процесс, а также механизмов их вегетативного обеспечения.

На современном этапе научных исследований активно изучаются механизмы перестройки физиологических систем организма спортсменов под воздействием физических нагрузок различной направленности, среди которых значительное внимание уделяется ударным движениям [5]. Эта разновидность двигательных действий широко представлена в различных видах спорта (игровые виды, единоборства) [6]. В тоже время, проблема физиологического обеспечения двигательных действий, в частности формирования двигательного стереотипа ударных движений у спортсменов, занимающихся рукопашным боем, остается недостаточно изученной, негативно сказываясь на эффективности тренировочного процесса [7].

В настоящее время для объективного контроля функционального состояния организма спортсменов применяются многочисленные методы исследования [8]. Использование современных средств анализа и обработки полученной информации позволяет значительно повысить качество ее визуализации как для исследователей, так и для тренеров-педагогов и спортсменов [9].

В научно-методической литературе большое внимание уделяется анализу двигательно-координационных особенностей ударных действий спортсменов [10, 15, 16]. В то же время большинство исследователей не учитывают взаимосвязь ударных силовых действий с механизмами двигательной координации и равновесия. Вследствие этого не рассматривается уровневое построение движения адекватно поставленной двигательной задаче.

Цель исследования – изучение биомеханических факторов обеспечения двигательной точности и координации при выполнении удара рукой у курсантов образовательных организаций ФСБ России пограничного профиля, занимающихся рукопашным боем.

С позиций биомеханики технические приемы в рукопашном бою, как и в других видах спорта, представляют собой систему последовательных и одновременных движений, обеспечивающих оптимальное взаимодействие внутренних и внешних сил. Основной задачей достижения высокой результативности в рукопашном бою является двигательная точность в условиях постоянно меняющейся ситуации при выполнении ударных движений максимальной силы в условиях спортивного поединка. Учитывая, что особенностью исследуемого вида спорта является значительная сила ударных движений, то именно оптимальная межмышечная координация вносит существенный вклад в биомеханическую основу совершенствования спортивного мастерства [11]. В основе решения двигательных задач в единоборствах лежит согласование активности мышечных групп, необходимых для соблюдения оптимальных биомеханических параметров их выполнения [12]. В то же время болевые ощущения в кисти при выполнении ударных действий максимальной силы на спортивных снарядах препятствуют поддержанию оптимальных биомеханических характеристик выполнения ударного действия и вносят существенную коррекцию в формирующийся двигательный стереотип. Данный факт увеличивает количество травм кисти в тренировочном процессе и ухудшает резуль-

таты соревновательной деятельности, препятствуя росту уровня спортивного мастерства единоборцев [13, 14].

Исследование проводилось на этапе подготовки к соревновательной деятельности в 2019 году на базе Московского пограничного института ФСБ России с двумя группами испытуемых: экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ), имеющих квалификацию МС России, КМС и I спортивный разряд по виду спорта «Рукопашный бой». Испытуемые наносили одиночный удар правой рукой в голову по боксерскому мешку в перчатке в течение 3 мин.

Исследование выполнялось с использованием комплекса с биологической обратной связью «Стабилан – 01-2» (ОКБ «Ритм»). В ходе исследования фиксировали следующие показатели: смещение во фронтальной плоскости, смещение в сагиттальной площади, площадь эллипса, качество функции равновесия.

Полученные результаты обрабатывали методами вариационной статистики. Гипотезу о принадлежности сравниваемых независимых выборок к одной и той же генеральной совокупности или к совокупностям с одинаковыми параметрами проверяли с помощью рангового U критерия Манна-Уитни.

В исследованиях положение ног испытуемых показатель «смещение во фронтальной плоскости», на наш взгляд, наиболее объективно оценивает перенос веса тела с правой ноги на левую, показывая ось вращения, проходящую при завершающей фазе ударного действия. Оптимальный результат в данном показателе в ЭГ продемонстрировали испытуемые МС и КМС, техническое мастерство которых более совершенно в сравнении со спортсменами разрядниками, а значит в данном исследовании может служить образцом для них. Следует подчеркнуть, что технику испытуемых МС и КМС мы не принимаем за эталон, а считаем более совершенной лишь в настоящем эксперименте.

Ось движения у спортсменов КГ (I разряда) проходила (с явным нарушением техники ударного движения) через правое плечо и правую ногу. Такое положение оси не обеспечивает развитие максимальной мощности ударного действия. Этот результат у спортсменов в показателе «смещение во фронтальной плоскости» был ниже оптимальных данных на 132,7%, у испытуемых ЭГ показатель был ниже предполагаемого результата на 84,6%.

Анализируя показатель «смещение в сагиттальной плоскости», мы оценивали параметры смещения массы тела испытуемых в направлении удара. У спортсменов-разрядников ЭГ показатель «смещение в сагиттальной плоскости» на 27,3% превышал контрольное значение.

Площадь эллипса характеризует рабочую площадь опоры человека. Увеличение площади говорит об ухудшении устойчивости, уменьшение, соответственно, об улучшении. В проведенном исследовании по показателю «площадь эллипса» мы оценивали ширину постановки ног в боевой стойке при контакте кисти с целью. Данный показатель имеет большое значение, так как оказывает существенное влияние на жесткость кинематической цепи и позволяет быстрее занять исходное положение после удара, что значительно улучшает эффективность действий спортсмена. Показатель «площадь эллипса» у испытуемых I разряда ЭГ был выше контрольного значения на 123,2%.

Показатель «качество функции равновесия», на наш взгляд, наиболее объективно оценивает устойчивость спортсмена при соприкосновении кулака со снарядом в заключительной фазе удара. У испытуемых I разряда ЭГ величина данного показателя превышала уровень КГ на 77,2%.

У испытуемых МС и КМС ось вращения в заключительной фазе удара проходила через середину общего центра массы тела, что не позволяло в должной мере использовать инерцию тела, искажая биомеханические данные ударного действия. У испытуемых КГ показатель «смещение во фронтальной плоскости» был ниже оптимальных результатов на 89,3%.

Показатель «смещение в сагиттальной плоскости» у испытуемых МС, КМС ЭГ превышал уровень КГ на 19,4%. Показатель результата «площадь эллипса» у испытуемых МС, КМС превышал данные КГ на 37,5%. Показатель «качество функции равновесия» у испытуемых МС, КМС превышал данные КГ на 101,5%.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, проведенное нами исследование показало, что стабилографические характеристики поддержания равновесия при выполнении ударов по боксерскому мешку могут служить индикаторами технической подготовленности спортсменов рукопашного боя. При этом эффективность двигательных действий у спортсменов в заключительной фазе удара обеспечивается группой факторов. Она связана с обеспечением жесткости кинематической цепи за счет координации движения отдельных частей тела и формирования оси движения, проходящей через опорную ногу, общий центр тяжести и правую руку, которой выполняется удар. Также за счет увеличения площади эллипса, на который проецируется траектория общего центра тяжести, улучшается устойчивость спортсмена в завершающей фазе удара, способствуя максимальному увеличению ударной массы, что позволяет развить предельно возможную силу удара.

Применение средств защиты кисти – перчаток для отработки ударной техники по мешкам и грушам, эластичных бинтов – способствует повышению жесткости кинематической цепи и, как следствие, увеличению силы удара именно в завершающей фазе. Также исключается истирание кожных покровов ударной поверхности рук.

Комплекс биомеханических показателей может служить индикатором для оперативного контроля уровня технической подготовленности спортсменов, а также основой для разработки новых подходов к совершенствованию спортивного мастерства, занимающихся рукопашным боем.

ЛИТЕРАТУРА

1. Агафонов, А. И. Биомеханический анализ техники выполнения бокового удара ногой в рукопашном бою / А. И. Агафонов // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2018. – № 5 (159). – С. 11-14.
2. Белоцерковский, З. Б. Сердечная деятельность и функциональная подготовленность у спортсменов (норма и атипичные изменения в нормальных и измененных условиях адаптации к физическим нагрузка) / З. Б. Белоцерковский, Б. Г. Любина. – М. : Советский спорт, 2012. – 548 с.
3. Бернштейн, Н. А. Физиология движений и активности / Н. А. Бернштейн. – М. : Наука, 1990. – 350 с.
4. Биомеханические технологии подготовки спортсменов / И. П. Ратов (и др.). – М. : Физкультура и спорт, 2007. – 120 с.
5. Гужов, Ф. А. Физиологические индикаторы формирования точности ударных действий в спортивном карате : автореф. дис. … канд. пед. наук / В. Ф. Гужов. – Томск, 2015. – 26 с.
6. Иванова, Г. П. Биомеханика соударения : учеб.-метод. пособие / Г. П. Иванова. – СПб. : Изд-во СПб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, 2005. – 46 с.
7. Карпеев, А. Г. Двигательная координация человека в спортивных упражнениях баллистического типа : монография / А. Г. Карпеев. – Омск : Изд-во Сиб. гос. акад. физ. культуры, 1998. – 322 с.
8. Кашутина, Т. Е. Комплексная оценка физической работоспособности, показателей кровообращения и дыхания у спортсменов разных специализаций и уровня подготовленности : дис. … канд. биол. наук / Т. Е. Кашутина. – Владимир, 2009. – 112 с.
9. Кичайкина, Н. Б. Биомеханика двигательных действий : учеб. пособие / Н. Б. Кичайкина, А. В. Самсонова.– СПб. : Изд-во ун-та им. П.Ф. Лесгафта, 2014. – 183 с.
10. Кочергин, А. Н. Интеграция физической, технико-тактической и психологической подготовки по рукопашному бою : дис. … канд. пед. наук / А. Н. Кочергин. – СПб., 2011. – 147 с.
11. Малышко, А. В. Характеристика основного технического арсенала современного рукопашного боя / А. В. Малышко, В. М. Князев, Ю. З. Богус, А. В. Павленко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 2 (132). – С. 122-125.
12. Пардаев, Д. У. Анализ соревновательной деятельности спортсменов представителей рукопашного боя / Д. У. Пардаев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 4 (50). – С. 75-78.
13. Солопов, И. А. Взаимовлияние верхних и нижних конечностей при циклических движениях / И. А. Солопов [и др.] // Физиология человека. – 2011. – Т. 37, № 4. С. 55-64.
14. Тищенко, А. В. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса боксеров высокой квалификации : дис. … канд. пед. наук / А. В. Тищенко. – Омск, 2013. – 176 с.
15. 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.

16. 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.

REFERENCES

1. Agafonov, A. I. Biomechanical analysis technique performing a side kick in hand-to-hand combat / A. I. Agafonov// Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2018. – No. 5 (159). – P. 11-14.
2. Belotserkovsky, Z. B. Cardiac activity and functional fitness: athletes (normal and atypical: changes in normal and altered conditions of adaptation to physical activity) / Z. B. Belotserkovsky, B. G. Lyubina. – Moscow, 2012. – 548 p.
3. Bernshtein, N. A. Movements physiology and activity / N. A. Bernshtein. – Moscow, 1990. – 350 p.
4. Ratov, I. P. Cadets training biomechanical technologies / I. P. Ratov [et.al.]. – Moscow, 2007. – 120 p.
5. Guzhov, F. A. Physiological indicators of the shock actions accuracy formation in sports karate : Abstract of PhD thesis (Pedagogy) / F. A. Guzhov. – 2015. – 26 p.
6. Ivanova, G. P. Impact biomechanics : Training manual / G. P. Ivanova. – St. Petersburg, 2005. – 46 p.
7. Karpeev, A. G. Human motor coordination in sports ballistic-type exercises : Monography / A. G. Karpeev. – Omsk, 1998. – 322 p.
8. Kashutina, T. E. Comprehensive physical assessment performance, indicators of blood circulation, and respiration among athletes of different specializations, and the level of preparedness : PhD thesis (Biology) / T. E. Kashutina.– Vladimir, 2009. – 112 p.
9. Kichaikina, N. B. Biomacanics of motional actions : textbook / N. B. Kichaikina, A. V. Samsonov. – St. Petersburg, 2014. – 183 p.
10. Kochergin, A. N. Integration of physical, technical, tactical, and psychological training in hand-to-hand combat : PhD thesis (Pedagogy). – St. Petersburg, 2011. – 147 p.
11. Malyshko, A. V. Characteristics of the main technical modern hand-to-hand combat arsenal / A. V. Malyshko, V. M. Knyazev, Yu. Z. Bogus, A. V. Pavlenko // Uchenye zapiski universitete imeni P. F. Lesgafta. – 2016. – No. 2 (132). – P. 122-125.
12. Pardaev, D. U. Competitive activity analysis of the athletes – hand-to-hand combat representatives / D. U. Pardaev// Uchenye zapiski universitete imeni P. F. Lesgafta. – 2009. – No. 4 (50). – P. 75-78.
13. Solopov, I. A. Upper and lower extremities mutual influence, and cyclic movements / I. A. Solopov [et. al.] // Human Physiology. – 2011. – V. 37. – No. 4. – P. 55-64.
14. Tishchenko, A. V. Educational process training individualization of the highly qualified boxers : PhD thesis (Pedagogy) / A. V. Tishchenko. – Omsk, 2013. – 176 p.
15. 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.
16. Vikhruk, T. A. Medical and pedagogical foundation of an individual and typological approach to 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.

УДК 37.017

АНАЛИЗ ОПЫТА НРАВСТВЕННОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Криличевский Владимир Иванович, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры педагогики, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург;

Руденко Марина Анатольевна, магистр, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.

ANALYSIS OF THE EXPERIENCE OF MORAL BEHAVIOR AMONG STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF PHYSICAL EDUCATION

Krilichevsky V.I., Doctor of Pedagogics, Professor, the Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg;

Rudenko M.A., Master, the Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье раскрывается сущность нравственного поведения студентов вузов физической культуры и спорта; обозначены ведущие мотивы, которые побуждают активно действовать в коллективе; представлены результаты анализа опыта нравственного поведения студентов вузов физической культуры и спорта, а также предложены практические рекомендации по формированию нравственного сознания учащихся.

Ключевые слова:

нравственность, нравственный долг, опыт нравственного поведения, этический опыт, воспитание, нравственное сознание.

Abstract:

The article reveals the essence of moral behavior of students of higher educational institutions of physical education and sports; identifies the leading motives that encourage active action in the team; presents the results of the analysis of the experience of moral behavior of students of universities of physical education and sports, as well as offers practical recommendations for the formation of moral consciousness of students.

Key words:

morality, moral duty, experience of moral behavior, ethical experience, education, moral consciousness.

ВВЕДЕНИЕ

Физическая культура и спорт являются средством воздействия на процесс формирования сознания, характера человека, его гармоничного развития, формой социального проявления личности [8].

Нравственное развитие студентов вузов физической культуры является процессом становления нравственных идеалов и потребностей, мотивов, воспитания гражданской зрелости [3].

Воспитание в университете представляется единым процессом формирования цельной личности, что непосредственно связано с развитием нравственно-волевых, умственных, профессиональных и эстетических качеств [14].

Профессионально-педагогическая деятельность специалистов сферы физической культуры и спорта (тренеров, спортивных педагогов) подразумевает владение знаниями, практическими умениями и навыками, основанными на нравственном воспитании [5].

Нравственные ценности в области физической культуры включают в себя общечеловеческую значимость норм морали, которыми руководствуются спортсмены, их устойчивость; культуру ума в познании нового, отбора и анализа информации, использование ее на практике; управление чувствами; отношение к своим обязанностям и к окружающим людям [12].

Освоение ценностей нравственности имеет непосредственное отношение к получению этического опыта [10].

Взаимодействие социального субъекта с окружающим миром формирует опыт.

Недостаток этического опыта приводит к трудностям нравственного характера. При

отсутствии опыта нравственного поведения, будущий специалист в области физической культуры и спорта менее приспособлен к адаптации к изменяющимся условиям в непредвиденных ситуациях [9].

Опыт – апробирование в жизни человеком способов и норм взаимодействия с окружающей действительностью [18].

Ценностные ориентации, отношение к всевозможным жизненным аспектам, умения и навыки, которые позволяют решать проблемы нравственного характера составляют опыт нравственного поведения [19].

Опыт нравственного поведения – это опыт духовной жизни, ценностных выборов [4].

Чувственный опыт человека формируют элементы этического опыта. К чувственному опыту относятся умозаключения, сопровождающие поступки человека.

Потребность в совершении какого-либо действия представляет собой привычку поведения, которая является характерной чертой личности [17].

Обогащение опыта нравственного поведения происходит через формирование привычек и определенных навыков. Поведение индивида определяется его установками (нравственными убеждениями) [6].

Основным аспектом нравственного воспитания является формирование нравственного сознания, которое выступает как система, устанавливающая правила взаимоотношения людей.

Нравственные убеждения – это результат формирования нравственных представлений, понятий, взглядов, суждений, оценок [2].

Знания нравственного характера становятся убеждениями, когда они подкрепляются опытом нравственного поведения, продуманы, применяются в жизни и спортивной практике и критически переработаны [1].

Одной из граней формирования опыта нравственного поведения является поступок. Поступок – действие, которое осознается человеком, оценивается и определяет индивида как личность.

Основу сущности опыта нравственного поведения представляет нравственный поступок. Нравственная направленность закладывается с развитием личности.

Прямое влияние на становление опыта нравственного поведения оказывает сфера деятельности, в которой человек существует [16]. Спортивная деятельность, при соответствующих педагогических условиях, развивает и формирует нравственные и волевые качества.

Наличие нравственных ценностей и развитых волевых качеств является гарантом успеха формирования активной нравственной позиции личности, способной ставить цели и принимать ответственные решения в трудной жизненной ситуации [13].

Ведущие мотивы, которые побуждают активно действовать в коллективе, – это чувство долга и ответственности.

В процессе обучения в высшем учебном заведении важно, чтобы у студента было чувство причастности к общему делу, так как именно в данных условиях возникает чувство ответственности.

Осознание личной ответственности перед коллективом является фундаментом для начала проявления нравственных поступков в обществе.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Опыт нравственного поведения дает предпосылки к преобразованию знаний нравственного характера в убеждения, что необходимо для формирования нравственного сознания [11].

Для анализа опыта нравственного поведения студентов вузов физической культуры и спорта в 2019–2020 учебном году проведено анкетирование на тему «Формирование нравственного долга у будущих специалистов в сфере физической культуры и спорта», в котором приняли участие студенты НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург первого, второго и третьего года обучения. Данное исследование проводилось с целью сравнения оценки значимости для студентов направлений воспитания в вузе и определения отношения студентов к системе нравственного воспитания в высшем учебном заведении на современном этапе, выявления уровня нравственной ответственности учащихся, а также контроля знаний на тему нравственного долга.

Сравнение оценки значимости для студентов направлений воспитания в НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург на разных этапах обучения представлено в таблице 1.

Таблица 1 – Сравнение оценки значимости для студентов направлений воспитания в НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург на разных этапах обучения

№ п/п	Направление воспитания	Оценка значимости, ед.*		
		1 курс	2 курс	3 курс
1	Профессиональное	9,47	9,36	8,59
2	Духовно-нравственное	6,14	6,82	7,41
3	Гражданско-патриотическое и правовое	7,76	7,64	5,56
4	Эстетическое	7,27	7,36	7,15
5	Физическое	9,35	8,73	7,85

Примечание*: оценка значимости для студентов направлений воспитания в НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург производилась по десятибалльной шкале.

На основании данных, представленных в таблице 1, можно сделать вывод о том, что с увеличением возраста значимость для студентов духовно-нравственного воспитания возрастает, следовательно, учет возрастных и индивидуальных особенностей студентов (уровень развития, подготовленности и личного опыта) является важным условием эффективности методов формирования нравственного сознания.

По результатам контент-анализа письменного опроса на тему нравственности, можно сделать вывод о том, что личное представление о нравственном воспитании, нравственном долге и его значимости, нравственном поведении спортсмена и нравственной ответственности наименее сформировано у студентов первого курса.

Сравнение результатов опроса «Определение уровня ответственности» студентов представлено в таблице 2.

Таблица 2 – Сравнение результатов опроса «Определение уровня ответственности» студентов НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

№ п/п	Утверждение	Положительные ответы, %		
		1 курс	2 курс	3 курс
1	Я предпочитаю придерживаться нравственных принципов.	35	44	23
2	Я придерживаюсь чувства долга.	60	67	54
3	Я не верю в безнаказанность проступков.	60	63	54
4	Я не приемлю, что некоторые спортсмены не придерживаются принципов «Fair Play».	50	63	77
5	Я считаю, что соблюдение норм спортивной этики является обязательным.	95	96	85
6	Я считаю, что необходимо повышать уровень нравственно-этической культуры в области спорта.	85	81	69
7	Я люблю читать книги, статьи на темы нравственности.	15	37	38
8	Я не приемлю нарушение спортивной этики.	60	48	77
9	Я человек твердых убеждений.	35	56	85
10	Я люблю лекции на серьезные этические темы.	20	37	38
11	Я считаю, что любую работу следует выполнять ответственно.	90	93	92

Изучая полученные данные, можно сделать следующий вывод: интерес студентов в области изучения книг, статей на тему нравственности, а также посещения лекций на этические темы находится на низком уровне. Участники опроса признают, что не всегда соблюдают принципы нравственности и следуют чувству долга и ответственности, но тем не менее большинство респондентов согласны с тем, что необходимо повышать уровень нравственно-этической культуры.

Анализируя средние показатели результатов данного опроса, можно сделать вывод о том, что студенты второго и третьего курсов имеют больший уровень нравственной ответственности, чем студенты первого курса.

Наиболее высокий уровень теоретических знаний на тему нравственного долга у студентов третьего курса, а наиболее низкий уровень – у студентов первого курса.

С целью исследования опыта нравственного поведения у студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург проведены тестирования по методикам «Пословицы», разработанной к.п.н. С.М. Петровой, и «Размышляем о жизненном опыте», составленной д.п.н. Н.Е. Щурковой. Данные методики адаптированы для студентов университета.

По результатам тестирования по методике «Размышляем о жизненном опыте» можно сделать вывод о том, что большинство студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург имеют неустойчивую нравственную направленность, что говорит об несформированности нравственных отношений, наличием импульсивного поведения, когда отношение к другим людям зависит от случайного состояния (рис. 1).

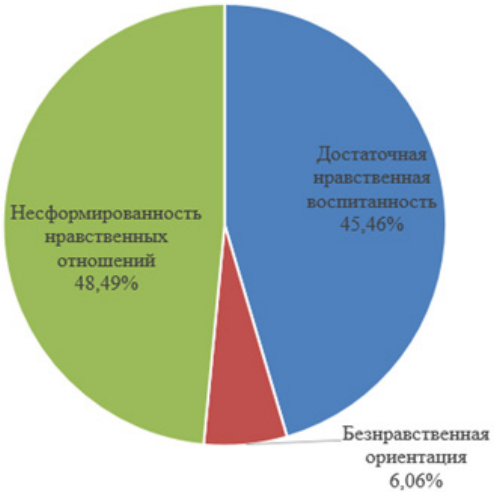

Рисунок 1 – Результаты тестирования студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург по методике «Размышляем о жизненном опыте» (n=33)

Результаты тестирования студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург по методике «Пословицы» представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты тестирования студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург по методике «Пословицы»

№ п/п	Группа	Количество респондентов	Результаты	
			Согласие с содержанием пословиц, характеризующих нравственную направленность, %	Согласие с содержанием пословиц, характеризующих безнравственную направленность, %
1	1	15	68	32
2	2	18	66	34

На основании полученных результатов тестирования по методике «Пословицы» (табл. 3), можно сделать вывод об устойчивости желательных ценностных отношений к жизни, к людям, к самим себе у большинства студентов.

В результате исследования опыта нравственного поведения студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург выявлены невысокие уровни нравственного сознания и знаний на этическую тему, большинство респондентов имеют неустойчивую нравственную направленность, что говорит о несформированности нравственных отношений, наличии импульсивного поведения.

На основании проведенного сравнительного анализа результатов анкетирования студентов на разных этапах обучения можно сделать вывод, что уровень нравственной ответственности имеет прямую взаимосвязь с теоретическими знаниями на данную тему. Таким образом, формирование нравственного сознания студентов актуально с первого года обучения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Нравственное развитие личности студента происходит на протяжении всей его учебы в высшем учебном заведении. Необходимо признать, что основные черты морального облика складываются в семье, а также в дошкольных и школьных образовательных учреждениях, в студенческие годы происходит лишь совершенствование приобретенных качеств или исправление недостатков воспитания, где особое место занимают самовоспитание и перевоспитание. Педагогу необходимо корректировать мотивы обучающихся в сторону целенаправленной работы над развитием личностных качеств [7].

Профессиональное образование оказывает существенное влияние на становление личности. За период обучения в университете формируется склад мышления, который характеризует социально-профессиональную направленность [15]. В этот период наиболее активно развиваются нравственные качества и чувства человека, формируется система ценностных ориентаций. Очевидно, что профессиональное становление находится в тесной взаимосвязи с нравственным воспитанием.

Анализ опыта нравственного поведения у студентов вузов физической культуры позволил выявить следующие трудности в освоении опыта нравственного поведения:

1. Недостаточный уровень знаний на темы нравственности и этических норм, а также степени убежденности в их ценности.

2. Неумение быстро и обоснованно принимать решение, преодолевая неуверенность в себе и противостояние других студентов.

3. Отсутствие самоанализа.

Условия формирования нравственного сознания у будущих специалистов в сфере физической культуры и спорта:

1) обогащение знаний на тему нравственности в области физической культуры и спорта, осмысление собственной нравственной позиции;

2) интеллектуальное, нравственное, физическое самосовершенствование;

3) формирование опыта нравственного поведения и привычек соблюдать этические нормы.

Контроль и управление воспитанием является необходимым условием формирования привычки нравственного поведения у студентов [11].

При подготовке и проведении всех форм нравственного воспитания студентов вузов физической культуры необходимо руководствоваться следующими требованиями:

1. Обеспечить самостоятельную деятельность студентов при выборе темы для этической беседы и подготовки к ней, способствовать свободному обсуждению вопросов нравственности и созданию предпосылок к творческой активности учащихся.

2. Предоставить широкое привлечение примеров из жизни и деятельности спортсменов на тему нравственности в спорте.

3. Уделить особое внимание этическим вопросам. Необходимо научить будущих специалистов сферы физической культуры и спорта анализировать различные случаи из спортивной практики, учитывая мотивы поступков и условий, в которых они совершаются.

ЛИТЕРАТУРА

1. Антонина, Н. Б. Взаимосвязь нравственности и учебной мотивации студентов / Н. Б. Антонина // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2014. – № 10 (116). – С. 185-191.
2. Белогородцева, Э. И. Основы педагогической и спортивной этики : учеб. для вузов / Э. И. Белогородцева, Н. В. Кожевникова, В. И. Криличевский. – М. : Кнорус, 2018. – 286 с.
3. Белогородцева, Э. И. Основы педагогической и спортивной этики : учеб. пособие / Э. И. Белогородцева, Н. В. Кожевникова. – СПб., 2010. – 155 с.
4. Белорусова, В. В. Воспитание в спорте / В. В. Белорусова. – М. : Физкультура и спорт, 1974. – 117 с.
5. Белухин, Д. А. Педагогическая этика: желаемое и действительное / Д. А. Белухин. – М. : Кнорус, 2017. – 128 с.
6. Веригин, В. А. К вопросу о понимании сущности нравственного долга, взаимосвязи прав и обязанностей человека / В. А. Веригин. – Общество и право, 2012. – № 2 (39). – С. 242-246.
7. Зязюн, И. А. Основы педагогического мастерства : учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич. – М. : Просвещение, 2014. – 302 с.
8. Карпушин, Б. А. Педагогика физической культуры и спорта : учеб. / Б. А. Карпушин. – СПб. : Олимп-СПб, 2010. – 296 с.
9. Клюев, С. В. Педагогическое сопровождение процесса формирования этического опыта у студентов физкультурного вуза : дис. ... канд. пед. наук / С. В. Клюев. – СПб., 2016. – 192 с.
10. Колесова, С. В. Формирование опыта нравственного поведения ребенка / С. В. Колесникова. – Вестник ППГПУ, 2017. – С. 32-39.
11. Криличевский, В. И. Формирование здорового образа жизни у студентов НГУ имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург / В. И. Криличевский, Д. И. Шадрин, М. А. Руденко // Управление человеческими ресурсами в сфере физической культуры, спорта и здорового образа жизни: сборник научных статей Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – СПб. : Политех-пресс, 2019. – С. 46-48.
12. Лада, С. С. Формирование нравственных качеств у будущих педагогов по физической культуре и спорту в учебно-воспитательном процессе училища олимпийского резерва / С. С. Лада // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2012. – № 1 (83) – С. 77-82.
13. Левчук, Д. Г. Духовно-нравственное воспитание детей и молодежи России: комплексное решение проблемы / Д. Г. Левчук, О. М. Потаповская. – М. : Планета 2000, 2003. – 63 с.
14. Меньшикова, О. А. Социально-культурные и педагогические основания понятия «духовно-нравственное воспитание» / О. А. Меньшикова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2019. – № 3 (169). – С. 206-210.
15. Никитина, Н. Н. Основы профессионально-педагогической деятельности: учебное пособие / Н. Н. Никитина, О. М. Железнякова, М. А. Петухов. – М. : Мастерство, 2002. – 288 с.
16. Новикова, Л. И. Воспитательное пространство: опыт и размышления / Л. К. Новикова, И. В. Кулешова. – М. : НИИ Теории образования и педагогики РАО, 2016. – 202 с.
17. Платонов, К. К. Структура и развитие личности / К. К. Платонов. – М. : Наука, 2015. – 256 с.
18. Цветкова, И. В. Как создать программу воспитательной работы : метод. пособие / И. В. Цветкова. – М. : Просвещение, 2006. – 206 с.
19. Щуркова, Н. Е. Новое воспитание / Н. Е. Щуркова. – М. : Педагогическое общество России, 2000. – 118 с.
20. Пашута, В. Л. Модель формирования умений профессионального общения на иностранном языке у курсантов военно-физкультурного вуза с использованием обучающих игр / В. Л. Пашута, А. И. Колоколова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2013. – № 2 (96). – С. 125-130.

REFERENCES

1. Antonina, N. B. The relationship of morality and educational motivation of students / N. B. Antonina // Uchyenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2014. – No. 10 (116). – P. 185-191.
2. Belogorodtseva, E. I. Fundamentals of pedagogical and sports ethics : textbook for universities / E. I. Belogorodtseva, N. V. Kozhevnikova, V. I. Krilichevsky. – Moscow: Knorus, 2018. – 286 p.
3. Belogorodtseva, E. I. Fundamentals of pedagogical and sports ethics : textbook / E. I. Belogorodtseva, N. V. Kozhevnikova. – St. Petersburg, 2010. – 155 p.
4. Belorusova, V. V. Education in sport / V. V. Belorusova. – Moscow : Fizkultura i sport, 1974. – 117 p.
5. Belukhin, D. A. Pedagogical ethics: the desired and the actual / D. A. Belukhin. – Moscow : Knorus, 2017. – 128 p.
6. Verigin, V. A. On the question of understanding the essence of moral duty, the relationship of human rights and duties / V. A. Verigin // Society and law. – 2012. – No. 2 (39). – P. 242-246.

7. Zyazyun, I. A. Fundamentals of pedagogical skill : textbook / I. A. Zyazyun, I. F. Krivonos, N. N. Tarasevich. – Moscow : Prosveshchenie, 2014. – 302 p.
8. Karpushin, B. A. Pedagogy of physical education and sports : textbook / B. A. Karpushin. – St. Petersburg : Olimp-SPb, 2010. – 296 p.
9. Klyuev, S. V. Pedagogical support of the process of forming ethical experience among students of a physical education university : PhD thesis (Pedagogy) / S. V. Klyuev. – St. Petersburg, 2016. – 192 p.
10. Kolesova, S. V. Formation of the experience of moral child behavior / S. V. Kolesnikova // Vestnik of the PPSPU.– 2017. – P. 32-39.
11. Krilichevsky, V. I. Formation of a healthy lifestyle among students of Lesgaft NSU, Saint Petersburg / V. I. Krilichevsky, D. I. Shadrin, M. A. Rudenko // Human resource management in the field of physical education, sports and healthy lifestyle : proceedings of the All-Russian scientific and practical conference with international participation. – St. Petersburg : Polytech-press, 2019. – P. 46-48.
12. Lada, S. S. Formation of moral qualities in future teachers of physical education and sports in the educational process of the Olympic Reserve school / S. S. Lada // Uchyenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafa. – 2012. – No. 1 (83). – P. 77-82.
13. Levchuk, D. G. Spiritual and moral education of children and youth of Russia: a comprehensive solution to the problem / D. G. Levchuk, O. M. Potapovskaya. – Moscow : Planeta 2000, 2003. – 63 p.
14. Menshikova, O. A. Socio-cultural and pedagogical foundations of the concept of «spiritual and moral education»/ O. A. Menshikova // Uchyenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2019. – No. 3 (169). – P. 206-210.
15. Nikitina, N. N. Fundamentals of professional and pedagogical activity : textbook / N. N. Nikitina, O. M. Zheleznyakova, M. A. Petukhov. – Moscow : Mastery, 2002. – 288 p.
16. Novikova, L. I. Educational space: experience and reflections / L. K. Novikova, I. V. Kuleshova. – Moscow : Research Institute of Theory of Education and Pedagogy of RAE, 2016. – 202 p.
17. Platonov, K. K. Structure and development of personality / K. K. Platonov. – Moscow : Nauka, 2015. – 256 p.
18. Tsvetkova, I. V. How to create a program of educational work : training manual / I. V. Tsvetkova. – Moscow : Prosveshchenie, 2006. – 206 p.
19. Shchurkova, N. E. New education / N. E. Shchurkova. – Moscow : Pedagogical society of Russia, 2000. – 118 p.
20. Pashuta, V. L. Model of skills formation of professional communication in a foreign language among cadets of a military-physical education institute with the use of training games. / V. L. Pashuta, A. I. Kolokolova // Scientific Notes of the P. F. Lesgaft University. – 2013. – No. 2 (96). – P. 125-130.

УДК 37.017

ФОРМИРОВАНИЕ НРАВСТВЕННОГО ДОЛГА У СТУДЕНТОВ ВУЗОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Криличевский Владимир Иванович, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры педагогики, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург;

Руденко Марина Анатольевна, магистр, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.

FORMATION OF MORAL DUTY AMONG STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF PHYSICAL EDUCATION

Krilichevsky V.I., Doctor of Pedagogics, Professor, the Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg;

Rudenko M.A., Master, the Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматривается морально-нравственная подготовка в системе высшего образования, а также представлены результаты апробации экспериментальной методики формирования нравственного долга у студентов вузов физической культуры. Раскрываются особенности организации занятий с преднамеренным созданием ситуаций, требующих критического осмысления и содержание комплекса мероприятий воспитательной направленности, обеспечивающих повышение уровня нравственного долга.

Ключевые слова:

нравственность, нравственный долг, воспитание, волевые качества, самооценка, методы воспитания.

Abstract:

The article deals with the moral and moral training in the higher educational system, and also presents the results of testing the experimental methodology for the formation of moral duty among students of higher education institutions of physical culture. The article reveals the features of the organization of classes with the deliberate creation of situations that require critical reflection and the content of a set of educational activities that ensure an increase in the level of moral duty.

Key words:

morality, moral duty, education, strong-willed qualities, self-esteem, methods of education.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность формирования нравственного долга у студентов вузов физической культуры обусловлена тем, что процесс нравственного воспитания учащихся неразрывно связан со становлением профессионального мастерства. В связи с этим становление нравственного сознания у студентов является одной из приоритетных целей современной системы воспитания в высшем учебном заведении [6].

Под нравственностью понимается совокупность моральных принципов, норм, ценностей и идеалов [1]. Данные ориентиры определяют потребности, образ жизни и поведенческие установки человека [2].

Понятие «долг» как категория этики говорит об осознании личностью моральных обязательств перед социумом [5].

Нравственный долг является совокупностью предъявляемых человеку требований, представляющих собой обязанности, соблюдение которых является внутренней потребностью [7].

Процесс формирования нравственного долга в системе высшего образования определяется как морально-нравственная подготовка и состоит в неразрывном единстве получения опыта нравственного поведения и воспитания волевых качеств [4,10].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Формирование нравственного долга – это разносторонний и длительный процесс. Опыт нравственного поведения требует управления и контроля воспитанием, что способствует последовательному освоению его структурных элементов, анализа компонентов психологической деятельности, а также учета усло-

вий, в которых он приобретается [8].

Задачи формирования нравственного долга у студентов вузов физической культуры и спорта:

1. Повышение уровня нравственности путем формирования убеждений нравственного характера.

2. Воспитание волевых качеств личности, таких как самообладание и выдержка, целеустремленность, смелость и решительность, настойчивость и упорство, дисциплинированность и организованность, инициативность и самостоятельность.

3. Привитие интереса к литературе, лекциям и беседам на тему нравственности [9].

В педагогическом процессе необходима реализация комплекса мероприятий воспитывающей направленности, обусловливающей формирование нравственного сознания и повышения волевых качеств будущих специалистов.

Структурные элементы и этапы формирования нравственного долга студентов вузов физической культуры и спорта представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Структурные элементы и этапы формирования нравственного долга студентов вузов физической культуры и спорта

№ п/п	Наименование этапа формирования нравственного долга	Структурные элементы формирования нравственного долга	Проявление структурных элементов формирования нравственного долга
1	Познавательный	Знание этических норм	1. Умение объяснить норму поведения. 2. Умение вербально, понятно и доступно предъявить этические требования.
2	Диагностико-формирующий	Формирование нравственных убеждений	1. Умение руководствоваться этическими нормами. 2. Совершение поступков в соответствии со знаниями на тему нравственности.
		Устойчивость в нравственных убеждениях	1. Противостояние заведомо неэтичным действиям, поступкам.
3	Оценочно-корректирующий	Углубление и расширение этических знаний, формирование нравственных качеств и привычек нравственного поведения	Анализ ситуаций с учетом традиционных норм: 1. С помощью преподавателя. 2. Самоанализ. 3. Выработка различных вариантов поведения в сложных ситуациях нравственного характера.
		Перенос этических знаний и умений в разнообразные ситуации в профессиональной деятельности и в жизни	Анализ поведения, поступков и решение конфликтных ситуаций с учетом возрастных особенностей, а также условий и обстоятельств ситуации нравственного характера.

Процесс последовательного формирования нравственного долга будущих специалистов сферы физической культуры и спорта происходит путем перехода от простого к сложному и представляет собой три этапа:

1. Получение и систематизация знаний на тему нравственности на занятиях. Применение этих знаний при решении смоделированных задач с последующим теоретическим обоснованием предполагаемых действий и поступков.

2. Формирование убеждений о ценности нравственного и волевого поведения.

3. Закрепление полученных знаний на тему

нравственности и умение их использовать в разнообразных ситуациях этического характера в спортивной, учебной и профессиональной деятельности, а также в жизни [3].

Исследование формирования нравственного долга у студентов вузов физической культуры и спорта представляет собой три этапа опытно-экспериментальной работы: констатирующий, формирующий и контрольный.

Содержание комплекса мероприятий воспитательной направленности, обеспечивающих повышение уровней нравственного долга и самооценки волевых качеств будущих специалистов сферы физической культуры и спорта:

1. Этическая беседа.
2. Просмотр видеоматериалов и обсуждение нравственных и волевых поступков выдающихся личностей.
3. Изучение на конкретных примерах принципов честности и благородства в спорте.
4. Просмотр и обсуждение документальных фильмов о выступлениях на соревнованиях высококвалифицированных спортсменов и их воле к победе.
5. Заполнение студентами дневника самонаблюдения.

Для проверки эффективности разработанной методики на кафедре Педагогики НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург в 2019–2020 учебном году проведен педагогический эксперимент, проходивший в рамках изучения дисциплины «Профессиональная этика», в котором приняли участие студенты первого курса.

В целях проведения данного эксперимента были сформированы экспериментальная и контрольная группы. Основное содержание занятий в экспериментальной группе, которая состояла из 18 человек, было направлено на формирование у студентов убеждений о ценности нравственного и волевого поведения, а студенты контрольной группы, в количестве 15 человек, занимались по стандартной программе обучения.

Студенты экспериментальной группы обсуждали разрешение смоделированных проблемных ситуаций нравственного характера, принимали участие в этических беседах, а также заполняли дневники самонаблюдения в конце каждого занятия с целью критического осмысления имеющегося этического опыта, приводящего к предпосылкам преобразования знаний нравственного характера в убеждения, что необходимо для выработки стереотипа поведения.

Эффективность методики формирования нравственного долга определялась повышением у студентов уровня нравственной самооценки, отношения к жизненным ценностям, нравственной мотивации и самооценки волевых качеств.

Для оценки нравственного развития студентов реализован комплекс методик А.И. Шемшуриной «Диагностика нравственной воспитанности», адаптированный для студентов университета.

Результаты тестирования студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург по методике «Диагностика нравственной самооценки» представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты тестирования студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург по методике «Диагностика нравственной самооценки»

Группа	Уровень нравственной самооценки(баллы)		
	До проведения эксперимента, X± σ	После проведения эксперимента, X± σ	p
Экспериментальная группа	21,8±5,1	28,6±5,8	p≤0,05
Контрольная группа	21,0±4,6	24,6±4,5	p≤0,05
p	p>0,05	p≤0,05	-

Показатели тестирования «Диагностика нравственной самооценки» в экспериментальной группе достоверно увеличились с 21,8±5,1 до 28,6±5,8 баллов, в контрольной группе с 21,0±4,6 до 24,6±4,5.

Уровень нравственной самооценки студентов экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента представлен на рисунке 1.

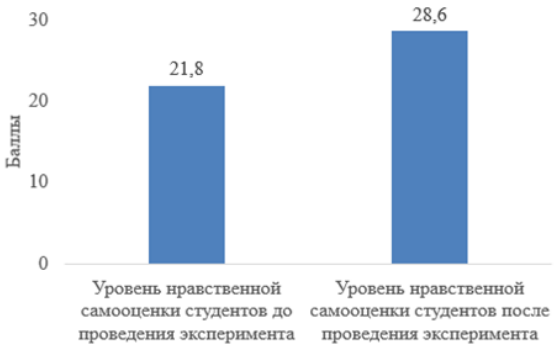

Рисунок 1 – Уровень нравственной самооценки студентов экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента (n= 15, баллы)

Результаты тестирования студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург по методике «Диагностика отношения к жизненным ценностям» представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты тестирования студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург по методике «Диагностика отношения к жизненным ценностям»

Группа	Уровень отношения к жизненным ценностям (баллы)		
	До проведения эксперимента, X± σ	После проведения эксперимента, X± σ	p
Экспериментальная группа	2,20±1,4	3,20±1,1	p≤0,05
Контрольная группа	2,34±1,2	2,66±0,9	p>0,05
p	p>0,05	p≤0,05	-



Рисунок 2 – Уровень отношения к жизненным ценностям студентов экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента (n= 15, баллы)

Показатели тестирования «Диагностика отношения к жизненным ценностям» в экспериментальной группе достоверно увеличились с 2,20±1,4 до 3,20±1,1 баллов, а в контрольной группе с 2,34±1,2 до 2,66±0,9.

Уровень отношения к жизненным ценностям студентов экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента представлен на рисунке 2.

Результаты тестирования студентов первого курса НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург по методике «Диагностика нравственной мотивации» представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты тестирования студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург по методике «Диагностика нравственной мотивации»

Группа	Уровень отношения к жизненным ценностям (баллы)		
	До проведения эксперимента, X± σ	После проведения эксперимента, X± σ	p
Экспериментальная группа	1,97±1,2	2,88±1,0	p≤0,05
Контрольная группа	2,14±1,1	2,23±0,9	p>0,05
p	p>0,05	p≤0,05	-

Показатели тестирования «Диагностика нравственной мотивации» в экспериментальной группе достоверно увеличились с 1,97±1,2 до 2,88±1,0 баллов, а в контрольной группе с 2,14±1,1 до 2,23±0,9.

Уровень нравственной мотивации студентов экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента представлен на рисунке 3.



Рисунок 3 – Уровень нравственной мотивации студентов экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента (n= 15, баллы)

Полученные результаты свидетельствуют о положительной динамике нравственного развития студентов первого курса НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург в двух группах, однако изменения в экспериментальной группе более значительные, что подтверждает эффективность методики по формированию нравственного долга у студентов вузов физической культуры.

Для изучения уровня самооценки волевых качеств, способствующих формированию чувства долга, в исследовании используется адаптированная для студентов вузов физической культуры методика Н.Б. Стамбуловой «Самооценка волевых качеств личности».

Динамика самооценки волевых качеств студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург представлена в таблице 5.

Таблица 5 – Динамика самооценки волевых качеств студентов первого курса НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

№ п/п	Наименование волевого качества	Группа	До эксперимента, X± σ	После эксперимента, X± σ	p
1	Целеустремленность (баллы)	ЭГ	21,7±4,43	29,2±6,14	p≤0,05
		КГ	20,7±4,68	22,8±4,05	p>0,05
		p	p>0,05	p≤0,05	-
2	Смелость и решительность (баллы)	ЭГ	22,1±4,90	32,4±5,95	p≤0,05
		КГ	21,8±4,18	23,7±4,82	p>0,05
		p	p>0,05	p≤0,05	-
3	Настойчивость и упорство (баллы)	ЭГ	21,7±4,8	31,2±4,81	p≤0,05
		КГ	20,3±4,87	21±4,85	p>0,05
		p	p>0,05	p≤0,05	-

Продолжение таблицы 5

4	Инициативность и самостоятельность (баллы)	ЭГ	20,6±5,67	27,1±7,60	p≤0,05
		КГ	20,2±4,15	22,3±4,71	p>0,05
		p	p>0,05	p≤0,05	-
5	Самообладание и выдержка (баллы)	ЭГ	19,2±4,02	26,1±5,10	p≤0,05
		КГ	18,8±3,92	19,8±4,68	p>0,05
		p	p>0,05	p≤0,05	-

На основании полученных данных (табл. 5) можно сделать вывод о том, что показатели самооценки волевых качеств студентов в контрольной и экспериментальной группах имеют положительную динамику, однако в экспериментальной группе после реализации методики по формированию нравственного долга наблюдаются более существенные изменения.

Уровень самооценки волевых качеств студентов экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента представлен на рисунке 4.

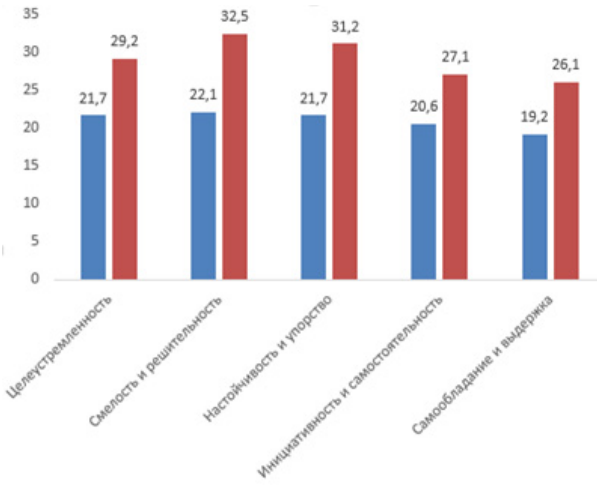

Рисунок 4 – Уровень самооценки волевых качеств студентов экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента (n= 15, баллы)

Проведенные на контрольном этапе педагогического эксперимента исследования позволили выявить положительную динамику основных аспектов формирования нравственного долга у студентов НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, о чем свидетельствуют достоверные различия между результатами тестирования у контрольной и экспериментальной групп с использованием t-критерия Стьюдента. Таким образом, полученные результаты свидетельствуют об эффективности разработанной методики.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Для формирования нравственного долга у студентов вузов физической культуры преподавателю рекомендуется соблюдать последовательность и поэтапность, учитывать возрастные и индивидуальные особенности студентов (уровень развития, подготовленности и личного опыта), что является важным условием эффективности методов формирования нравственного сознания.

Воспитание в вузе физической культуры представляется единым процессом формирования цельной личности.

Методы формирования нравственного сознания учащихся направлены на выработку представлений, понятий, взглядов и убеждений о нормах и правилах поведения, взаимоотношений в процессе общения и профессиональной деятельности.

Нравственное совершенствование личности подразумевает развитие волевых качеств, таких как ответственность, целеустремленность, смелость и решительность, настойчивость и упорство, инициативность и выдержка.

Таким образом, формирование нравственного долга включает в себя:

- становление нравственного сознания (формирование понятий, убеждений, элементов мировоззрения);
- выработку сознательной дисциплины;
- развитие нравственных чувств, которые создают важнейшие контролирующие механизмы поведения;
- становление волевого характера и моральных черт личности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андреев, В. И. Педагогическая этика: инновационный курс для нравственного саморазвития / В. И. Андреев. – Казань : Центр инновационных технологий, 2017. – 272 с.
2. Бахтин, М. М. К философии поступка / М. М. Бахтин. – М. : Наука, 2012. – 160 с.
3. Белкин, А. С. Нравственность. Здоровье. Семья : метод. пособие для учителя / А. С. Белкин. – Екатеринбург, 2012. – 277 с.
4. Белогородцева, Э. И. Основы педагогической и спортивной этики : учеб. для вузов / Э. И. Белогородцева, Н. В. Кожевникова, В. И. Криличевский. – М. : Кнорус, 2018. – 286 с.
5. Белогородцева, Э. И. Основы педагогической и спортивной этики : учеб. пособие / Э. И. Белогородцева, Н. В. Кожевникова. – СПб., 2010. – 155 с.
6. Карпушин, Б. А. Педагогика физической культуры и спорта : учеб. / Б. А. Карпушин. – СПб. : Олимп-СПб., 2010. – 296 с.
7. Кохановский, В. П. Философия : учеб. пособие для высших учебных заведений / В. П. Кохановский, И. В. Ватин, В. Е. Давидович. – Ростов н/Д : Феникс, 2003. – 576 с.
8. Криличевский, В. И. Формирование здорового образа жизни у студентов НГУ имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург / В. И. Криличевский, Д. И. Шадрин, М. А. Руденко // Управление человеческими ресурсами в сфере физической культуры, спорта и здорового образа жизни : сб. науч. статей Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием. – СПб. : Политех-пресс, 2019. – С. 46-48.
9. Решетень, И. Н. Воспитательные возможности спортивного коллектива / И. Н. Решетень, М. И. Фролова. – М., 2013. – 148 с.
10. Пашута, В. Л. Модель формирования умений профессионального общения на иностранном языке у курсантов военно-физкультурного вуза с использованием обучающих игр / В. Л. Пашута, А. И. Колоколова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2013. – № 2 (96). – С. 125-130.

REFERENCES

1. Andreev, V. I. Pedagogical ethics: an innovative course for moral self-development / V. I. Andreev. – Kazan : Center of Innovative Technologies, 2017. – 272 p.
2. Bakhtin, M. M. The philosophy of action / M. M. Bakhtin. – Moscow : Nauka, 2012. – 160 p.
3. Belkin, A. S. Moralnost'. Health. Family: a methodological guide for teachers / A. S. Belkin. – Yekaterinburg, 2012. – 277 p.
4. Belogorodtseva, E. I. Fundamentals of pedagogical and sports ethics: textbook for universities / E. I. Belogorodtseva, N. V. Kozhevnikova, V. I. Krilichevsky. – Moscow : Knorus, 2018. – 286 p.
5. Belogorodtseva, E. I. Fundamentals of pedagogical and sports ethics : textbook / E. I. Belogorodtseva, N. V. Kozhevnikova. – St. Petersburg, 2010. – 155 p.
6. Karpushin, B. A. Pedagogy of physical education and sports : textbook / B. A. Karpushin. – St. Petersburg : Olimp-SPb, 2010. – 296 p.
7. Kokhanovsky, V. P. Philosophy : textbook for higher educational institutions / V. P. Kokhanovsky, I. V. Vatin, V. E. Davidovich. – Rostov n/D : «Phoenix», 2003. – 576 p.
8. Krilichevsky, V. I. Formation of a healthy lifestyle among students of Lesgaft NSU, Saint Petersburg / V. I. Krilichevsky, D. I. Shadrin, M. A. Rudenko // Human resource management in the field of physical education, sports and healthy lifestyle : collection of scientific articles of the All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation. – St. Petersburg : Polytech-press, 2019. – P. 46-48.
9. Resheten, I. N. Educational opportunities of the sports team / I. N. Resheten, M. I. Frolova. – Moscow, 2013. – 148 p.
10. Pashuta, V. L. Model of skills formation of professional communication in a foreign language among cadets of a military-physical education institute with the use of training games. / V. L. Pashuta, A. I. Kolokolova // Scientific Notes of the P. F. Lesgaft University. – 2013. – No. 2 (96). – P. 125-130.

УДК 617.089

ОПЫТ ИНОСТРАННЫХ ГОСУДАРСТВ В ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ МЕДИЦИНЕ И ВОЗМОЖНОСТЬ ЕГО ПРИМЕНЕНИЯ В ПОДРАЗДЕЛЕНИЯХ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ТЕРРОРИЗМУ ВУЗОВ МИНИСТЕРСТВА ОБОРОНЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Курьянович Елена Николаевна, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой медико-биологических дисциплин, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Чуян Андрей Александрович, соискатель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

EXPERIENCE OF FOREIGN STATES IN MILITARY FIELD MEDICINE AND THE POSSIBILITY OF ITS APPLICATION IN UNITS OF COUNTERTING TERRORISM OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE RUSSIAN DEFENCE MINISTRY

Kuryanovich E.N., Doctor of Pedagogics, Professor, Head of the Department of Medical and Biological Disciplines, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg;

Chuyan A.A., Postgraduate, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

Миссия медицинской службы Объединённых Вооружённых Сил Североатлантического блока (далее – ОВС НАТО) изложена в руководящих указаниях Военного Комитета МС 0326/3 – Принципы и политика медицинского обеспечения НАТО, в Руководстве НАТО по логистике (3-е издание 1997 г. Брюссель), в Совместной публикации НАТО AJP-4.10 – Медицинской доктрине НАТО. В руководящих документах по медицинскому обеспечению ОВС НАТО перед медицинской эвакуацией впервые 10 минут после ранения раненому выполняются мероприятия расширенной медицинской помощи военнослужащим, владеющим навыками первой помощи, либо штатным медицинским персоналом подразделения. Мероприятия оказания расширенной медицинской помощи в условиях боя также называют «тактической медициной» [1].

Курсант подразделения противодействия терроризму вуза МО РФ, выполняющий задачи по оказанию первой помощи, должен назначаться из числа наиболее психически устойчивых и подготовленных военнослужащих, иметь высокие морально-волевые качества. Занятия с такими курсантами должны проводиться регулярно с целью закрепления необходимых навыков и умений по оказанию первой помощи в негативных условиях воздействия стресс-факторов боевой обстановки. Решением этой задачи может являться изучение принципов военно-полевой медицины ОВС НАТО на занятиях с подразделениями противодействия терроризму, имеющих чёткую регламентированность в порядке действий по оказанию первой помощи в зависимости от степени окружающей угрозы.

Abstract:

The mission of the medical service of the Joint Armed Forces of the North Atlantic Alliance (hereinafter – the NATO Joint Armed Forces) is set out in the Military Committee guidelines MC 0326/3 – NATO Medical Principles and Policy, in the NATO Logistics Manual (3rd edition 1997 Brussels), in the Joint NATO publication AJP-4.10 – NATO Medical Doctrine.

In the guidance documents for the medical support of the NATO Allied Forces, before the medical evacuation, for the first time 10 minutes after the injury to the wounded, extended medical care is carried out for military personnel with first aid skills, or the regular medical personnel of the unit. Advanced Combat Medicine is also referred to as «tactical medicine».

A cadet of the counter-terrorism unit of a higher educational institution of the Russian Defence Ministry performing first aid tasks should be recruited from among the most mentally stable and trained servicemen, have high moral and volitional qualities. Classes with such cadets should be held regularly in order to consolidate the necessary skills and abilities to provide first aid in the negative conditions of the impact of stress factors of a combat situation. The solution to this problem may be the study of the principles of military field medicine of the NATO Joint Armed Forces in the classroom with counter-terrorism units, which have clear regulations in the procedure for providing first aid, depending on the degree of the surrounding threat.

The article considers the basic principles of military field medicine of the NATO Joint Armed Forces in modern urban combat, its effectiveness, a list of issues necessary for the study of the personnel of counterterrorism units of a higher

В статье рассматриваются основные принципы военно-полевой медицины ОВС НАТО в современном городском бою, её эффективность, сформирован перечень вопросов, необходимых для изучения личным составом подразделений противодействия терроризму вуза МО РФ.

Ключевые слова:
военно-полевая медицина, парамедики, первая помощь, террористическая угроза.

educational institution of the Russian Defence Ministry.

Key words:
military field medicine, paramedics, first aid, terrorist threat.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема терроризма в современном мире все больше становится одной их главных проблем международного сообщества. Рост числа террористических актов, переход терроризма в международную плоскость, применение новых средств и методов действий террористическими организациями – все это превращает терроризм в реальную угрозу целостности суверенных государств.

Борьба с террористическими группами является актуальной задачей Вооружённых Сил Российской Федерации и требует постоянной готовности подразделений для борьбы с ними, в том числе и подразделений из числа курсантов, назначаемых в вузах МО РФ.

Анализ современных вооружённых конфликтов приводит к выводу, что своевременность оказания первой помощи на поле боя имеет важнейшее значение для спасения их жизни. Промедление в этом вопросе существенно повышает вероятность гибели пострадавшего.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Особенностью современного городского боя является ведение боевых действий малыми подразделениями в условиях плотной застройки. В этих условиях организация эвакуации и оказание первой доврачебной помощи силами квалифицированных специалистов не всегда представляется возможным и своевременным. Это влияет на подходы к порядку оказания первой помощи пострадавшим военнослужащим, возрастает роль подготовки как внештатного медика, так и каждого военнослужащего. Важное значение должно уделяться порядку оказания первой помощи, приёмам самопомощи и эвакуации раненых.

Например, неконтролируемое кровотечение является причиной гибели военнослужащих в 50% случаев ещё до момента их эвакуации. В ходе операции армии США «Несокрушимая свобода», проводимой с 2001 года по 2014 год, статистика ранений военнослужащих имела следующую картину: 48% ранений – туловище, 31% ранений – конечности и 21% – области соединения конечностей с туловищем [2].

В среднем, около 90% смертей в бою приходится до момента поступления раненых в медицинское учреждение. Большее количество погибших имеет травмы, несовместимые с жизнью, однако часть пострадавших имеет такие ранения, при которых первая помощь эффективна. К таким ранениям относятся: кровотечения из ран конечностей, клапанный и открытый пневмоторакс, проблемы с дыхательными путями.

Следует выявить основные недостатки, которые можно назвать типичными для большинства иррегулярных вооружённых конфликтов:

- пострадавшие транспортировались без повязок;
- нарушение сроков наложения жгута (не указано время и дата наложения);
- иммобилизация при явных повреждениях крупных костей верхних и нижних конечностей;
- отсутствие введённых анальгетиков [3].

Ключевое значение имеет своевременность оказания первой помощи. Например, в результате артериального кровотечения гибель человека наступает в течение нескольких минут, а в особо тяжёлых случаях – нескольких секунд. Владение военнослужащими приёмами остановки кровотечений может существенно увеличить время жизни военнослужащего для

передачи его квалифицированным медицинским работникам. Исследования показали, что при владении военнослужащими приёмами самопомощи и взаимопомощи процент гибели военнослужащих на поле боя можно сократить до 15-18% [4].

С учётом опыта боевых действий в операциях «Буря в пустыне» (1991 г.), «Решительная сила» против Югославии (1999 г.) при медицинском обеспечении операций «Несгибаемая свобода» против Афганистана (2001 г.) и «Свобода Ирака» (2003 г.) тактика медицинского обеспечения войск блока НАТО претерпела существенные изменения. Силы медицинской службы вместо развёртывания большого числа военных полевых госпиталей направлены в первую очередь на скорейшую медицинскую эвакуацию раненых в военные госпитали, в то время как неотложная медицинская помощь оказывается военнослужащими непосредственно на поле боя.

Возникла потребность в формировании области медицинских знаний, доступных к использованию каждыми военнослужащим. В войсках НАТО эта область научных знаний получила название «тактической медицины», основной целью которой является достижение максимально возможной численности спасённых военнослужащих. Под понятием «тактической медицины» понимают совокупность мероприятий, проводимых непосредственно на поле боя, нацеленных на сохранение жизни и предотвращение тяжёлых осложнений у военнослужащих, получивших ранения и травмы [5].

Основная задача «тактической медицины» заключается в оказании пострадавшим первой помощи в бою силами обученных военнослужащих своего подразделения либо путём оказания самопомощи с последующей эвакуацией для оказания квалифицированной медицинской помощи. В «тактической медицине» задачи по оказанию первой помощи выполняет так называемый парамедик – военнослужащий, обладающий необходимыми компетенциями по оказанию первой помощи, но не имеющий специального медицинского образования. Помимо оказания первой помощи парамедик должен владеть навыками оказания огневого подавления противника, скрытого передвижения на поле боя, эвакуации пострадавшего под огнём противника. Исходя из вышеуказанного, парамедик должен обладать высокими моральными и волевыми качествами, иметь высокую психологическую устойчивость к стресс-факторам боя.

Отличительной особенностью «тактической медицины» является этапность оказания первой помощи исходя из окружающей боевой остановки. Сочетание оперативно оказанной первой помощи с быстрой эвакуацией является залогом спасения пострадавшего.

С целью регламентации действий военнослужащего, исходя из степени опасности окружающей обстановки, в тактической медицине выделяют 3 зоны:

– красная зона – зона повышенной опасности со стороны противника находится непосредственно на месте ведения боя;

– жёлтая зона – зона умеренной угрозы находится в относительно защищённом месте, но рядом с местом ведения боя;

– зелёная зона – зона безопасности, эвакуационный транспорт.

В каждой из зон порядок оказания первой помощи имеет отличия и обоснован приоритетностью оказания медицинских процедур исходя из временных ограничений на оказание помощи и степени опасности окружающей обстановки для пострадавшего и лица, оказывающего медицинскую помощь. В ходе оказания первой помощи военнослужащий должен максимально сократить опасные для жизни пострадавшего последствия ранения и, если это позволяет боевая обстановка, эвакуировать пострадавшего в зону меньшей опасности для оказания более квалифицированной медицинской помощи [6].

Применение принципа зонирования, использование алгоритмов оказания первой помощи и изучение безопасных и быстрых способов эвакуации пострадавшего парамедиками к точке эвакуации для оказания квалифицированной медицинской помощи, на наш взгляд, является ключевыми основами спасения пострадавшего военнослужащего.

Для курсантов вузов Министерства обороны Российской Федерации, входящих в состав подразделений для выполнения задач по борьбе с террористическими группами, принципы тактической медицины наиболее актуальны по причинам:

1. Упрощения процесса обучения курсантов за счёт заранее определённых алгоритмов оказания первой помощи в условиях ситуативного зонирования. В таких условиях процесс формирования необходимых навыков протекает быстрее и легче подвержен педагогическому контролю при моделировании боевых ситуаций в ходе тренировок.

2. Специфики выполняемых задач, проходящих в основном в условиях плотной городской застройки, в местах, малодоступных для медицинского транспорта. В таких условиях навыки курсантов по эвакуации пострадавших имеют решающее значение для спасения их жизни.

3. Тактика действий подразделения, которая предполагает рассредоточенность личного состава по территории. В этих условиях оперативное оказание первой помощи парамедиками не всегда представляется возможным. С этой целью каждый курсант должен иметь навыки по оказанию первой помощи и самопомощи и иметь необходимые для этого медицинские средства для работы в «красной зоне».

Обучение курсантов порядку оказания первой помощи стоит построить в следующем порядке:

– борьба с шоком (геморрагическим, болевым, токсическим, эмоциональным), пользование шприц-тюбиками с обезболивающим;
– порядок пользования жгутом кровоостанавливающим типа Эсмарха;
– порядок пользования перевязочным пакетом индивидуальным и порядок наложения давящих повязок;
– порядок пользования косынкой перевязочной;
– наложение перевязок;
– общий алгоритм действий при лёгких и тяжёлых ранениях;
– порядок действий при ранениях грудной клетки (действия при пневмотораксе);
– порядок действий при ранениях брюшной полости;
– порядок действий при ранениях тазовой области;
– правила транспортной иммобилизации;
– правила быстрой эвакуации раненого в бою;
– порядок проведения сердечно-лёгочной реанимации;
– положения пострадавших для покоя в зависимости от типа ранения.

Во многих случаях своевременное прекращение нарастания болевого и геморрагического фактора в организме раненого способны спасти жизнь раненого. Курсанты должны уметь правильно пользоваться шприц-тюбиками с обезболивающим, жгутами и индивидуальными перевязочными пакетами.

В зависимости от степени тяжести ранения курсант должен придерживаться определённого алгоритма оказания первой помощи. Для лёгких ранений используется алгоритм «обработка раны – остановка крови – наблюдение». Для больших ран – «жгут – бинт – обезболивание – больница».

Медицинские мероприятия, проводимые при ситуативном зонировании, зависят от конкретной травмы и состояния пострадавшего, а также текущей боевой обстановки. Время на оказание помощи должно быть максимально сокращено и соразмерно риску жизни и здоровью как парамедика, так и пострадавшего. Для «красной зоны» характерны мероприятия:

– беглый осмотр пострадавшего;
– остановка кровотечения;
– восстановление дыхания;
– купирование болевого шока (при необходимости).

Все эти мероприятия проводятся оперативно, осмотр проводится поверхностно, в случае сомнений в степени повреждения конечностей допустима избыточность в применении жгутов и турникетов. После оказания необходимой медицинской помощи производится эвакуация пострадавшего в «жёлтую зону». Передвижение и действия в «красной зоне» стоит осуществлять в положении лёжа, направив оружие в сторону противника. Эвакуацию раненых в области таза и живота осуществлять с помощью плащ-палатки, в других случаях допускается положение «на себе».

В «жёлтой зоне» мероприятия по оказанию первой помощи, по возможности, должны проводиться парамедиками подразделения. В «жёлтой зоне» проводятся такие мероприятия, как:

– купирование болевого шока (если то

не произведено ранее);

– полный осмотр пострадавшего;

– более точное наложение жгутов, замена жгутов на давящие повязки (при возможности);

– укрытие неинтенсивно кровоточащих ран бинтовыми повязками;

– реанимационные мероприятия;

– иммобилизация повреждённых конечностей с помощью санитарной косынки;

– обеззараживание и защита ран от грязи и инфекций, наложение «рыхлых» повязок;

– утепление пострадавшего, борьба с обезвоживанием (кроме случаев ранений в брюшную полость);

– размещение пострадавшего в правильном положении (в зависимости от типа ранения) до момента эвакуации.

Действия в «жёлтой зоне» осуществлять в положении на коленях. Эвакуация раненого в зелёную зону одним военнослужащим стоит осуществлять как ползком, так и при благоприятных условиях на руках, на спине, приёмом Раутека и волоком. Вдвоём – на руках сидя, на подручных предметах, приёмом Раутека, на носилках. При подозрениях на переломы позвоночника, повреждения таза и подобных травм раненого можно переносить только на твёрдых носилках.

Для эффективного оказания первой помощи раненому в условиях боя парамедику, назначаемому из числа курсантов подразделения противодействия терроризму, рекомендуется использовать алгоритм:

– оценка ситуации в отношении воздействия опасных факторов боя на парамедика, принятие меры для их минимизации перед началом оказания первой помощи;

– оценка ситуации в отношении воздействия опасных факторов боя на пострадавшего, принятие мер к её устранению (подавление огнём противника, использование дымовых завес и т. д.);

– оценка состояния пострадавшего, наложение жгутов, введение обезболивающего;

– эвакуация в укрытие («жёлтую зону»);

– осмотр пострадавшего, оценка его состояния, устранение наиболее опасных для жизни патологий (боль, удушье, кровотечение, ранения грудной клетки);

– подготовка пострадавшего к эвакуации в «зелёную зону» для оказания помощи квалифицированными специалистами;

– доставка пострадавшего в медицинский пункт (стационарное лечебное учреждение).

В «зелёной зоне», как правило, осуществляется медикаментозное сопровождение пострадавшего, установка капельницы для стабилизации артериального давления, ввод гормональных препаратов для снижения насыщения клеток пострадавшего плазмой, а также реанимационные мероприятия.

Главным отличием алгоритма действий парамедика, назначаемого из числа курсантов, входящих в состав подразделения противодействия терроризму, от классического алгоритма заключается в отсутствии действий при попадании в «зелёную зону», при условии выполненных мероприятий «жёлтой зоны», так как эвакуация пострадавших силами квалифицированных медицинских специалистов производится в границах «зелёной зоны».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Обучение личного состава противодействия терроризму вуза МО РФ порядку оказания первой помощи в бою по опыту войск блока НАТО могут снизить вероятность гибели личного состава в ходе выполнения специальных задач за счёт:

– чёткой регламентированности действий по оказанию первой помощи в зависимости от степени угрозы на поле боя;

– облегчения педагогического контроля при выполнении действий курсантами в ходе моделировании боевых ситуаций в тренировках.

Таким образом, наиболее важными навыками курсантов по оказанию первой помощи являются навыки по оказанию первой помощи в «красной зоне», а также навыки эвакуации пострадавшего военнослужащего.

Для курсанта-парамедика к этим навыкам добавляются навыки по оказанию первой помощи в «жёлтой зоне». Курсант-парамедик в ходе обучения должен приобрести необходимый набор навыков и умений для работы в негативных условиях высокого нервно-психологического напряжения.

Применение рассмотренных приемов по-

зволяет решить такие важные задачи, как сокращение времени до оказания первой помощи пострадавшему и безопасная эвакуация его в медицинский пункт. Решение этих задач может существенно повысить вероятность сохранения жизни пострадавшего военнослужащего и предотвратить тяжёлые осложнения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Пантюхов, А. П. Организация оказания медицинской помощи военнослужащим НАТО про проедении наземной операции в современных вооружённых конфликтах // Военная медицина – Белорусский государственный медицинский университет. – 2013. – № 1 (26) – С. 152-156.
2. Died of Wounds on the Battlefield: Causation and Implications for Improving Combat Casualty Care / Brian J. Eastridge [et al.] // The Journal of Trauma: Injury, Infection, and Critical Care. – Vol. 71 (1). – P. 4-8.
3. Сперанский, И. И. Особенности оказания медицинской помощи пострадавшим от огнестрельных и минно-взрывных ранений на этапах военно-медицинской эвакуации / И. И. Сперанский, Г. М. Фирсова, В. В. Арефьев, О. В. Ульянова // Система медицинского обеспечения в локальных войнах : Всерос. науч.-практ. конф. – Ростов-на-Дону, 2016. – С. 159-161.
4. Военно-полевая медицина (Ч. 1) : учеб. пособие / под ред. Э. Я. Фисталя. – Донецк : ДонМУ, 2015. – 211 с.
5. Справочник по тыловому обеспечению НАТО. – Брюссель, 2012. – 256 с.
6. Евич, Ю. Ю. Военная медицина для экстремальных ситуаций. Боевой опыт Новороссии. – М. : Яуза-пресс, 2016. – 256 с.
7. Пашута, В. Л. Факторы, определяющие необходимость психолого-педагогического сопровождения учебного процесса в военно-физкультурном вузе / В. Л. Пашута, Е. Н. Курьянович // Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2013. – № 3 (97). – С. 159-163.
8. Курьянович, Е. Н. Полипараметрические методы исследования и оценка функционального состояния организма курсантов военно-физкультурного вуза / Е. Н. Курьянович, В. В. Аржаков, Д. А. Солнцев, А. С. Федорченко // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 4 – С. 152-157.

REFERENCES

1. Pantyukhov, A. P. Organization of medical assistance provision to NATO military personnel for carrying out a ground operation in modern armed conflicts / A. P. Pantyukhov // Military Medicine – Belarusian State Medical University. – 2013. – No. 1 (26). – P. 152-156.
2. Died of Wounds on the Battlefield: Causation and Implications for Improving Combat Casualty Care / Brian J. Eastridge [et al.] // The Journal of Trauma: Injury, Infection, and Critical Care. – Vol. 71 (1). – P. 4-8.
3. Speransky, I. I. Features of providing medical care to victims of gunshot and mine-explosive wounds at the stages of military medical evacuation / I. I. Speransky, G. M. Firsova, V. V. Arefiev, O. V. Ulyanova // The system of medical support in local wars : All-Russian scientific-practical conf. – Rostov-on-Don, 2016. – P. 159-161.
4. Military field medicine (Pt. 1) : training manual / Ed. by E. Ya. Fistal. – Donetsk : DonMU, 2015. – 211 p.
5. Handbook of NATO Logistics. – Brussels, 2012. – 256 p.
6. Evich, Yu. Yu. Military medicine for extreme situations. Combat experience of Novorossiya. – Moscow : Yauza-press, 2016. – 256 p.
7. Pashuta, V. L. Factors determining the need for psychological and pedagogical support of the educational process in a military-physical higher educational institution / V. L. Pashuta, E. N. Kuryanovich // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2013. – No. 3 (97). – P. 159-163.
8. Kuryanovich, E. N. Polyparametric research methods and assessment of the body functional state of cadets of a military-physical higher educational institution / E. N. Kuryanovich, V. V. Arzhakov, D. A. Solntsev, A. S. Fedorchenko // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2019. – No. 4. – P. 152-157.

УДК 378

НРАВСТВЕННАЯ КУЛЬТУРА ВОЕННОСЛУЖАЩИХ КАК ФАКТОР УМЕНИЯ РАБОТАТЬ С ПРОВОКАЦИОННОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ

Легаев Александр Павлович, кандидат педагогических наук, заместитель начальника кафедры психологии служебной деятельности факультета морально-психологического обеспечения, Санкт-Петербургский военный ордена Жукова институт войск национальной гвардии, Санкт-Петербург;

Канболатов Денислам Юнусович, адъюнкт адъюнктуры очного и заочного обучения факультета подготовки кадров высшей квалификации и дополнительного профессионального образования, Санкт-Петербургский военный ордена Жукова институт войск национальной гвардии, Санкт-Петербург;

Загиров Элман Заирбекович, адъюнкт адъюнктуры очного и заочного обучения факультета подготовки кадров высшей квалификации и дополнительного профессионального образования, Санкт-Петербургский военный ордена Жукова институт войск национальной гвардии, Санкт-Петербург.

MORAL CULTURE OF MILITARY PERSONNEL AS A FACTOR OF THE WORK ABILITY WITH PROVOCATIVE INFORMATION

Legaev A.P., Candidate of Pedagogics, Deputy Head of the Department of Service Psychology of the Faculty of Moral and Psychological Support, St. Petersburg Military Institute of the Russian National Guard, St. Petersburg;

Kanbolatov D.Yu., Postgraduate student, St. Petersburg Military Institute of the Russian National Guard, St. Petersburg;

Zagirov E.Z., Postgraduate student, St. Petersburg Military Institute of the Russian National Guard, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматривается вопрос нравственной культуры личности военнослужащего, способствующей умению работать с провокационной информацией. Авторы уточняют понятия: «нравственная культура», «провокационная информация» и выявляют их взаимосвязи.

Ключевые слова:

нравственность, нравственная культура военнослужащего, провокационная информация.

Abstract:

The article deals with the question of the soldier's personality moral culture, which contributes to the work ability with provocative information. The authors clarify such concepts as «moral culture», «provocative information» and identify their correlations.

Key words:

morality, moral culture of the serviceman, provocative information.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема защиты личности от провокационной информации в последнее десятилетие становится актуальной как в политической, так и в научной области. Подтверждением сказанному является геополитическая обстановка в мире, которая характеризуется изменениями методов ведения современного противостояния. Помимо кибернетических, экономических, финансовых, политических и биологических способов ведения внешней политики «большие мировые игроки» охотно используют информационные технологии, которые вошли в мировую историю, – это технологии цветных революций (Украина, Сирия, Ливия, Грузия и др.).

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Одной из причин происходящего является стремительный темп влияния информационного потока на современный мир, общество, политику, человека.

Так как информация в совокупности с технологиями материального и духовного производства является основой культуры, то нравственная культура личности военнос-

лужащего – это комплекс норм и ценностей, регулирующая отношения между людьми, наиболее ярко она проявляется в межличностном общении, в реальном поведении и образе жизни.

Нравственная культура военнослужащего – это знание общих моральных принципов, сформированных убеждений и установок, умений применять нормы поведения, совершать адекватные поступки. Военнослужащий, имеющий сформированные духовно-нравственные ценности, этические оценки, способен успешно работать с провокационной информацией, умеет распознавать, классифицировать и эффективно противодействовать ей.

В философском словаре Кона нравственная культура рассматривается как «характеристика нравственного развития личности, в которой отражается: степень освоения ею нравственного опыта общества; способность органического и последовательного осуществления в поведении и отношениях с другими людьми нравственных ценностей, норм и принципов, готовность к их отстаиванию и постоянному самосовершенствованию» [6].

Нравственная культура имеет источники удовлетворения результатами собственного участия в противодействии провокационной информации. Эта деятельность предполагает не только социально-политическую ответственность за защиту Отечества, но и требует достаточно высокого уровня самооценки в сознании субъектов деятельности.

Нравственная культура военнослужащего является показателем отношений, сложившихся в обществе, зависит от системы ценностей, традиций и морали и выражается в знаниях и мотивах поведения. Формирование нравственной культуры военнослужащего имеет важное значение для процесса воспитания.

Таким образом, нравственная культура у военнослужащих является одним из важнейших факторов распознавания различных видов информации.

Одним из видов информации является провокационная информация. Под провокационной информацией мы понимаем заранее подготовленные сведения, призванные вызвать у объекта информационного воздействия необходимую провокатору реакцию.

Изменения, происходящие в современном обществе, требуют особого подхода и усиленной работы по защите граждан от информационного воздействия. Изменения 2020 года в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» указывают на новое толкование понятия «воспитание» – это деятельность, направленная на личностное развитие, создание условий для самоопределения и социализации учащихся на основе социально-экономической деятельности, культурные, духовно-нравственные ценности и правила и нормы поведения, принятые в российском обществе в интересах личности, семьи, общества и государства, формирование у учащихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигов Героев Отечества, правопорядка, человека труда и старшего поколения, взаимоуважения, уважения культурного наследия и традиций многонационального народа Российской Федерации, природы и окружающей среды [5].

В данном определении особое внимание уделяется духовно-нравственным ценностям, которые являются инструментом воспитания личности. Согласно концепции воспитания личности в РФ, «нравственное воспитание является одним из направлений воспитания личности, являясь фундаментальным в отношении других направлений воспитания. Оно опирается на такие ключевые понятия как добро и зло, отношение к другим людям, жизни и обществу в целом, придает личности облик «человечности» и любви [7].

Нравственное воспитание реализуется за счет развития нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия), формирования нравственной позиции (сознательный выбор добра и справедливости) в поведении, развития социальных чувств (сопереживание, терпимость) к другим людям, стремления к сотрудничеству с общественными организациями и институтами (религиозными, нравственными и др.), формирование позитивных жизненных стратегий, оказания помощи в различных трудных жизненных ситуациях (проблемных, стрессовых и конфликтных)» [2].

В контексте исследуемой нами проблемы возникает вопрос: Как нравственность личности помогает ориентироваться ей в огромном

информационном потоке?

Анализ научных исследований, посвященных социально-психологическим проблемам нравственности личности, свидетельствует о наличии противоречивой связи между нравственностью и социальным поведением. По мнению Анохова И.В, высокий уровень нравственности пагубно влияет на личность, являясь инструментом навязывания провокационной информации. В этом случае происходит подавление воли человека по средствам использования морали. Манипулятор пытается навязать свое мнение другому человеку под предлогом общепринятых норм поведения. Например, в альтруистических целях и заботе о благополучном будущем подрастающего поколения может проливаться кровь, и меняются политические режимы и конституционный строй. Существует старая поговорка «Благими намерениями вымощена дорога в ад». К сожалению, «режиссёры» всех постановочных информационных роликов хорошо об этом знают [1].

Однако существует и другое мнение Иващенко А.В., с которым мы полностью согласны, о том, что крепкая нравственная составляющая личности несет позитивное влияние на восприятие и распознавание человеком провокационной информации. Нельзя нравственность воспринимать только как знания о добре и зле. Нравственность категория сложная, которая включает в себя много других аспектов, например, интеллект (интеллектуальная нравственность), опыт (нравственная зрелость), воля (нравственная устойчивость). Показателем проявления нравственности является нравственная культура [4].

Нравственная культура военнослужащего помогает глубже проникнуть в суть общественной жизни, более четко определить свое место в сложных, а иногда и противоречивых процессах, оценить свои возможности, а также степень личной ответственности в работе с провокационной информацией. Нравственная культура позволяет личности активно сопротивляться, отстаивая свои позиции, принципы, нравственные убеждения, а также проявлять стойкий «иммунитет» к отрицательным воздействиям [3].

Также, она позволяет личности выявить истинность проводимых манипуляций, прогнозировать динамику развития ситуации и определять тяжесть последствий принимаемых решений. Поэтому, если рассматривать нравственность как взаимосвязь с другими аспектами личности человека, то нравственность играет важнейшую роль в защите личности от негативного информационного потока.

Нравственная культура военнослужащего является показателем проявления нравственности личности. Она проявляется в соблюдении военнослужащим установленных норм и правил поведения в воинском коллективе и за его пределами. Повседневно нравственная культура военнослужащего проявляется в воинской вежливости, воинской дисциплине, правосознании, войсковом товариществе, исполнительности.

Ответственность перед обществом и коллективом является основополагающим моментом в понимании важности распознавания и работы с провокационной информацией. Нравственная культура включает в себя способность и готовность к противодействию провокационной информации как защиту общества.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, усиление воспитательной работы должностных лиц по развитию нравственной культуры военнослужащих является важным направлением защиты личного состава от провокационной информации. Воспитание нравственной культуры и защита от негативного информационно-психологического воздействия личного состава являются направлениями воспитательной работы с военнослужащими, которые имеют взаимосвязь и взаимообусловленность [2]. Чем выше нравственная культура военнослужащего, тем выше его готовность распознавать противостоять провокационной информации.

Формирование устойчивых нравственных убеждений, принципов будет способствовать недопущению снижения морального-психологического состояния войск, укреплению веры в социальную значимость выполняемых служебно-боевых задач в условиях непрерывного внешнего информационного влияния на сознание военнослужащих.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анохов, И. В. Нравственность как инструмент управления / И. В. Анохов // Вестник Института экономики РАН. – 2019. – № 1 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://cyberleninka.ru/article/n/nravstvennost-kak-instrument-upravleniya (дата обращения : 22.03.2021).
2. Брюхова, Н. Г. Нравственная культура личности / Н. Г. Брюхова // Культура. Духовность. Общество. – 2014. – № 9 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://cyberleninka.ru/article/n/nravstvennaya-kultura-lichnosti (дата обращения : 22.03.2021).
3. Булыгин, И. Л. Процесс формирования нравственной зрелости старшеклассников : дис. … канд. пед. наук : 13.00.01 / И. Л. Булыгин. – М., 1985. – 201 с.
4. Иващенко, А. В. Морально-нравственная основа личности в современном российском обществе / А. В. Иващенко // Акмеология. – 2014. – № 4 (52) [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://cyberleninka.ru/article/n/moralno-nravstvennaya-osnova-lichnosti-v-sovremennom-rossiyskom-obschestve (дата обращения : 22.03.2021).
5. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (в ред. от 17.06.2019) «Об образовании в Российской Федерации» // Собр. законодательства РФ. – 2012. – № 53. – Ст. 7598.
6. Словарь по этике / под ред. А. А. Гусейнова, И. С. Кона. – 6-е изд. – М., 1989. – 489 с.
7. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года : утв. Председателем Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-Р.

REFERENCES

1. Anokhov, I. V. Morality as a management tool / I. V. Anokhov // Bulletin of the Economics Institute of the Russian Academy of Sciences. – 2019. – No. 1. – Available at : https://cyberleninka.ru/article/n/nravstvennost-kak-instrument-upravleniya.
2. Bryukhova, N. G. Moral culture of the individual / N. G. Bryukhova // Culture. Spirituality. Society. – 2014. – No. 9 – Available at : https://cyberleninka.ru/article/n/nravstvennaya-kultura-lichnosti.
3. Bulygin, I. L. The process of the moral maturity forming of high school students : PhD thesis (Pedagogics) / I. L. Bulygin. – Moscow, 1985. – 201 p.
4. Ivashchenko, A. V. The individual' moral and ethical basis in modern Russian society / A.V. Ivashchenko // Acmeology. – 2014. – No. 4 (52). – Available at : https://cyberleninka.ru/article/n/moralno-nravstvennaya-osnova-lichnosti-v-sovremennom-rossiyskom-obschestve (accessed: 22.03.2021).
5. Federal Law of the Russian Federation No. 273-FL of 29.12.2012 (as amended. dated 17.06.2019) «On education in the Russian Federation» // Collection of legislation of the Russian Federation. – 2012. – No. 53. – Art. 7598.
6. Dictionary of Ethics / eds. by A. A. Huseynov, I. S. Kona. – 6th ed. – Moscow, 1989. – 489 p.
7. The education development strategy of the Russian Federation for the period through to 2025 : approved by the Chair of the Government of the Russian Federation No. 996-R dated 29.05.2015.

УДК 611:612:51; 355.233.22:359

ОСОБЕННОСТИ ОТБОРА КАНДИДАТОВ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ РЕЗЕРВОВ ОРГАНИЗМА У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ МОРСКОЙ ПЕХОТЫ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ЗАДАЧ В АРКТИЧЕСКОМ РЕГИОНЕ

Матусов Дмитрий Викторович, кандидат педагогических наук, 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;

Грибченко Сергей Петрович, кандидат педагогических наук, заместитель начальника НИО Научно-исследовательского центра, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

SPECIFICITIES OF SELECTING CANDIDATES AND IMPROVEMENT OF THE BODY FUNCTIONAL RESERVES OF MARINES FOR PERFORMING TASKS IN THE ARCTIC REGION

Matusov D.V., Candidate of Pedagogics, Senior Researcher at the Research Centre, 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;

Gribchenko S.P., Candidate of Pedagogics, Deputy Head of the Research Department of the Research Center, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

Необходимым условием развития Вооруженных Сил является эволюция подготовки военных специалистов, обеспечивающая, наряду с приобретением профессиональных компетенций, эффективность и надежность взаимодействия человека с системами вооружений и действий на поле боя.

Существует определенное противоречие в том, что достижения современной науки должны находить отражение в применении эффективных, но доступных методик подготовки войск, в частности, методик управления функциональным состоянием и резервами организма у военнослужащих.

В рамках темы НИР «Арктика-2», выполняемой в Научно-исследовательском центре ВИФК совместно с кафедрой медико-биологических дисциплин Института по заказу Управления физической подготовки и спорта Вооруженных Сил РФ, предстояло обосновать методику отбора кандидатов и совершенствования функциональных резервов организма у военнослужащих морской пехоты для выполнения учебно-боевой задачи в Арктическом регионе.

Ключевые слова:

функциональное состояние, функциональные резервы, отбор, адаптация, аэробная тренировка.

Abstract:

A necessary condition for the development of the Armed Forces is the evolution of the training of military specialists, which, along with the acquisition of professional competencies, ensures the effectiveness and reliability of human interaction with weapons systems and actions on the battlefield.

There is a certain contradiction in the fact that the achievements of modern science should be reflected in the application of effective, but affordable methods of training troops, in particular, methods of managing the functional state and reserves of the body of military personnel.

Within the framework of the research topic «Arctic-2», carried out in RC MIPT together with the Department of MBD of the Institute by Order of the Department of Physical Training and Sports of the Russian Armed Forces, it was necessary to substantiate the methodology for selecting candidates and improving the functional reserves of the body of Marines to perform combat training tasks in the Arctic region.

Key words:

functional state, functional reserves, selection, adaptation, aerobic training.

ВВЕДЕНИЕ

Обоснование методики отбора и подготовки кандидатов для выполнения задачи связано с проблемой конкретизации условий задачи, требований к исполнителям и определения направленности подготовки.

В общем виде, при отборе кандидатов обеспечивается связь процедуры с содержанием, условиями и режимом выполнения задачи, учет и оценка:

– профессиональных компетенций и работоспособности,

– медицинских противопоказаний,

– функционального состояния и состояния функциональных резервов,

– состояния психики и психомоторной сферы,

– физической и прикладно-технической подготовленности,

– мотивации кандидатов.

При выполнении задач в сложных условиях, задач, требующих высокой квалификации либо специальной подготовленности исполнителей, значение отбора кандидатов возрастает, а подготовка приобретает черты ситуационной.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В качестве гипотезы нашего исследования было принято предположение о том, что применение средств физической подготовки является обоснованным и эффективным при проведении отбора кандидатов и совершенствовании функциональных резервов организма у военнослужащих морской пехоты для выполнения задач в Арктическом регионе.

В соответствии с гипотезой, изучение доступных источников велось по направлениям:

необходимым требованием к кандидатам является заключение ВВК военно-медицинской организации о «годности к прохождению военной службы в районах Крайнего Севера и приравненных к ним местностях» [10];

принимая во внимание высокие требования, предъявляемые условиями пребывания в регионе к функционированию сердечно-сосудистой и дыхательной систем, методы и результаты оценки их состояния у кандидатов должны иметь первостепенное значение [1, 2, 4, 6, 9, 12];

диагностика состояния сердечно-сосудистой системы при оценке функциональных резервов организма сочетает обследование в состоянии покоя и изучение реакции на дозированную физическую нагрузку. Данные о состоянии сердечно-сосудистой системы и, в частности, о состоянии вегетососудистого баланса и реакции на дозированную нагрузку косвенно характеризуют адаптационный потенциал кандидатов [2, 3, 5, 7, 9, 11];

уровень физической подготовленности как интерпретация результатов выполнения отдельных упражнений, по мнению специалистов, не обладает достаточной прогностической ценностью и может лишь косвенно характеризовать состояние функциональных резервов [5, 13]. Вместе с тем представление о выносливости и в биологической трактовке как способности к выживанию в неблагоприятных условиях, и физическом качестве как способности к продолжительной деятельности без снижения интенсивности в значительной степени соотносится с понятием функциональных резервов организма [2, 6, 9, 11]. Данное обстоятельство позволяет рассматривать тесты на общую выносливость в числе основных при оценке состояния функциональных резервов организма у военнослужащих;

применение бега на 3 км в качестве дозированной нагрузки при оценке функционального состояния военнослужащих представляется вполне обоснованным. Данное утверждение мы связываем с особенностями рассматриваемой группы (однородностью состава по показателям пола, возраста, здоровья, рода деятельности, подготовленности и регулярности занятий физической культурой). В нашем случае применительно к участникам эксперимента (средний возраст 26,5 лет) испытание, по сути, было аналогично признанному тесту Купера в 12-минутном беге, используемому для оценки уровня физической работоспособности и расчета величины МПК [8, 9, 10]. Средний результат в беге на 3 км (802+9,1 сек.) у наших кандидатов примерно соответствовал прохождению дистанции 2,7 км за 12 минут и оценке «Хорошо» для мужчин 20-29 лет по шкале Купера;

с позиций прогноза успешности срочной

адаптации к условиям Арктического региона, при прочих равных показателях, характеризующих профессиональную подготовленность и функциональное состояние организма военнослужащих, должен осуществляться преимущественный отбор кандидатов, родившихся и проживающих в северных регионах, регионах с резко континентальным сухим климатом и в горных районах [4, 7];

важным условием отбора кандидатов является отсутствие склонности к простудным заболеваниям и самооценка состояния здоровья военнослужащих на момент отбора [4, 10].

Программа по физической подготовке, очевидно, должна отражать специфику профессиональной деятельности военнослужащих.

В рамках основного исследования по теме НИР при определении направленности и содержания экспериментальной программы по физической подготовке морских пехотинцев, был сделан выбор в пользу преимущественного совершенствования профессионально-значимых скоростных силовых качеств и общей выносливости. Программа, проверенная в ходе подготовки и выполнения подразделением задачи в Арктическом регионе, показала свою эффективность по сравнению с действующей.

Вместе с тем выбор методики, предполагающей развитие скоростных и силовых качеств, с позиций представлений о совершенствовании функциональных резервов организма, на этапе предварительной адаптации не выглядит бесспорным.

Представление о центральной роли кардио-респираторной системы в осуществлении адаптационных реакций и характеристике функциональных резервов [2, 3, 5, 9, 12] требует рассмотрения средств преимущественного совершенствования общей выносливости, а именно тренировки в режиме аэробного обмена (далее – аэробная тренировка) как наиболее полно соответствующей задаче совершенствования функциональных резервов [3, 8, 12].

Аэробная тренировка способствует совершенствованию функционирования всех звеньев процессов дыхания, кровообращения и обмена, включая активацию обмена липидов, что особенно важно при высоких энерготратах, характерных для жизнедеятельности в высоких широтах. На наш взгляд, рекомендованный режим аэробной тренировки (ниже порога ПАНО) в сочетании с корректировкой рациона питания в пользу увеличения доли животных и растительных жиров может способствовать адаптации организма военнослужащих к выполнению задач в Арктическом регионе.

Методика и программа подготовки в целях совершенствования функциональных резервов организма у военнослужащих, таким образом, может основываться на применении продолжительной равномерной тренировки в беге в заданных параметрах (в пределах ЧСС 130-150 уд/мин для лиц возрастной категории до 35 лет или скоростью 1 км/6 мин., продолжительностью от 15 минут, общей продолжительностью от 2,5 часов (от 20 км в неделю), включаемую во все формы физической подготовки.

Сравнение преимуществ и экспериментальная проверка эффективности методик совершенствования физиологических резервов организма у военнослужащих представляется перспективным направлением исследований.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Средства физической подготовки, в частности упражнения в беге на выносливость, могут применяться для оценки функционального состояния кандидатов и совершенствования функциональных резервов организма у военнослужащих в период подготовки к выполнению учебно-боевой задачи.

Значение применения указанных упражнений в данном контексте возрастает при ограниченных возможностях для проведения обследования и отбора, отборе однородного по составу контингента и подготовке подразделений в сжатые сроки.

ЛИТЕРАТУРА

1. Агаджанян, Н. А. Проблемы адаптации и учение о здоровье : учеб. пособие / Н. А. Агаджанян, Р. М. Баевский, А. П. Берсенева. – М. : РУДН, 2006. – 284 с.
2. Айдаралиев, А. А. Комплексная оценка функциональных резервов организма / А. А. Айдаралиев, Р. М. Баевский, А. П. Берсенева [и др.]. – Фрунзе : Илим, 1988. – 195 с.
3. Ванюшин, Ю. С. Компенсаторно-адаптационные реакции кардиореспираторной системы при различных видах мышечной деятельности / Ю. С. Ванюшин, Ф. Г. Ситдиков. – Казань : Изд-во Таглимат., 2003. – 128 с.
4. Деряпа, Н. Р. Адаптация человека в полярных районах Земли / Н. Р. Деряпа, И. Ф. Рябинин. – Л. : Медицина, 1977. – 296 с.
5. Дмитриева, И. В. Индивидуальное здоровье и полипараметрическая диагностика функциональных состояний организма / И. В. Дмитриева, О. С. Глазачев. – М. : Горизонт, 2000. – 216 с.
6. Загрядский, В. П. Физиологические резервы организма и боеспособность человека / В. П. Загрядский // Избранные лекции по физиологии военного труда. – Л., 1972. – С. 31-41.
7. Казначеев, В. П. Донозологическая диагностика в практике массовых обследований населения / В. П. Казначеев, Р. М. Баевский, А. П. Берсенева. – Л. : Медицина, 1980. – 207 с.
8. Купер Кеннет. Аэробика для хорошего самочувствия / Кеннет Купер. – М. : ФиС, 1989. – 224 с.
9. Курзанов, А. Н. Функциональные резервы организма : монография / А. Н. Курзанов, Н. В. Заболотских, Д. В. Ковалев. – М. : Издательский дом Академии Естествознания, 2016. – 96 с.
10. Курьянович, Е. Н. Оценка функционального состояния организма военнослужащих (Практикум по физиологии) : учеб.-метод. пособие / Е. Н. Курьянович, Е. Д. Марцинкевич. – СПб. : ВИФК, 2011. – 45 с.
11. Мозжухин, А. С. Физиологические резервы спортсмена : лекция / А. С. Мозжухин. – Л. : ГДОИФК, 1979. – 14 с.
12. Покровский, В. М. Сердечно-дыхательный синхронизм в оценке регуляторно-адаптивных возможностей организма / В. М. Покровский. – Краснодар : Кубань-Книга, 2010. – 244 с.
13. Соколов, А. В. Теория и практика диагностики функциональных резервов организма / А. В. Соколов, Р. Е. Калинин, А. В. Стома. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 176 с.

REFERENCES

1. Agadzhanyan, N. A. Problems of adaptation and teaching about health : Textbook / N. A. Agadzhanyan, R. M. Baevsky, A. P. Berseneva. – Moscow : RUNF, 2006. – 284 p.
2. Aidaraliev, A. A. Complex assessment of functional reserves of the body / A. A. Aidaraliev, R. M. Baevsky, A. P. Berseneva [et al.]. – Frunze : Ilim, 1988. – 195 p.
3. Vanyushin, Yu. S. Compensatory-adaptive reactions of the cardiorespiratory system in various types of muscle activity / Yu. S. Vanyushin, F. G. Sitdikov. – Kazan : Publishing house of Talimat., 2003. – 128 p.
4. Deryapa, N. R. Human adaptation in the polar regions of the Earth / N. R. Deryapa, I. F. Ryabinin. – Leningrad : Medicina, 1977. – 296 p.
5. Dmitrieva, I. V. Individual health and polyparametric diagnostics of functional states of the body / I. V. Dmitrieva, O. S. Glazachev. – Moscow : Horizon, 2000. – 216 p.
6. Zagryadsky, V. P. Physiological reserves of the body and human combat capability / V. P. Zagryadsky // Selected lectures on the physiology of military labor. – Leningrad, 1972. – P. 31-41.
7. Kaznacheev, V. P. Prenosological diagnostics in the practice of mass surveys of the population / V. P. Kaznacheev, R. M. Baevsky, A. P. Berseneva. – Leningrad : Medicina, 1980. – 207 p.
8. Cooper Kenneth. Aerobics for good health / Kenneth Cooper. – Moscow : PTandS, 1989. – 224 p.
9. Kurzanov, A. N. Functional reserves of the organism: monograph / A. N. Kurzanov, N. V. Zabolotskikh, D. V. Kovalev. – Moscow : Publishing House of the Academy of Natural Sciences, 2016. – 96 p.
10. Kuryanovich, E. N. Assessment of the functional state of the body of military personnel (Practical training in physiology) : Educational and methodological guide / E. N. Kuryanovich, E. D. Martsinkevich. – St. Petersburg : MIPT, 2011. – 45 p.
11. Mozzhukhin, A. S. Physiological reserves of an athlete : lecture / A. S. Mozzhukhin. – Leningrad : MIPT, 1979. – 14 p.
12. Pokrovsky, V. M. Cardio-respiratory synchronism in the assessment of regulatory and adaptive capabilities of the body / V. M. Pokrovsky. – Krasnodar : Kuban-Kniga, 2010. – 244 p.
13. Sokolov, A. V. Theory and practice of diagnostics of functional reserves of the body / A.V. Sokolov, R. E. Kalinin, A.V. Stoma. – Moscow : GEOTAR-Media, 2015. – 176 p.

УДК 37.013.42

ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ В ПРОЦЕССЕ ВНЕАУДИТОРНОЙ СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ

Пашута Валерий Лукич, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург;

Абрамов Дмитрий Николаевич, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, Военно-космическая академия имени А.Ф. Можайского, Санкт-Петербург;

Пашута Анатолий Валерьевич, кандидат педагогических наук, подполковник медицинской службы ВМА им. С.М. Кирова, Санкт-Петербург.

DIDACTICAL BASES OF PHYSICAL EDUCATION OF UNIVERSITY STUDENTS IN THE PROCESS OF OUTLUDED SPORTS AND MASS WORK

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

Abramov D.N., Candidate of Pedagogics, Senior Lecturer, Physical Training Department, the Mozhaysky Military Space Academy, St. Petersburg.

Pashuta A.V., Candidate of Pedagogics, Lieutenant Colonel of the Military medical academy of S.M. Kirov, St. Petersburg.

Аннотация:

В статье рассматриваются принципы обучения, принципы физического воспитания, а также выделены методологические подходы в процессе формирования унифицированной системы педагогических принципов. В соответствии с ними определяются требования к деятельности педагога по формированию гармонично развитой и общественно активной личности с высоким физическим, психическим и духовным потенциалом. По результатам анализа нашего исследования, в соответствии с указанными методологическими подходами, в процессе формирования унифицированной системы педагогических принципов мы выделяем структуру, состоящую из трех групп. Общие признаки педагогического процесса характерны и для физического воспитания студентов в вузе, имеют такие специфические черты: преобладающее влияние на физические способности молодого человека; совершенствование психофизиологической подготовленности; развитие морально-волевых компонентов.

Ключевые слова:

принципы обучения, принципы физического воспитания, методологические подходы, педагогический процесс.

Abstract:

The article highlights the principles of teaching, the principles of physical education, and it also considers the methodological approaches in the process of forming a unified system of pedagogical principles. In accordance with them, the requirements for the activities of a teacher are determined to form a harmoniously developed and socially active personality with high physical, mental and spiritual potential. Based on the results of the analysis of our research, in accordance with the indicated methodological approaches in the process of forming a unified system of pedagogical principles, we distinguish a structure consisting of three groups. General signs of the pedagogical process, which are also characteristic of the physical education of students at the university, have the following specific features: predominant influence on the physical abilities of a young person; improvement of psychophysiological preparedness; development of moral and volitional components.

Key words:

principles of teaching, principles of physical education, methodological approaches, pedagogical process.

ВВЕДЕНИЕ

Дидактические основы физического воспитания студентов высших учебных заведений в процессе внеаудиторной спортивно-массовой работы составляют дидактические принципы, которые объективно отражают сущность и фундаментальные закономерности обучения, воспитания и всестороннего развития личности. В соответствии с ними определяются тре-

бования к деятельности педагога по формированию гармонично развитой и общественно активной личности с высоким физическим, психическим и духовным потенциалом [1].

Все явления и процессы в природе и жизни подчинены определенным закономерностям и развиваются в соответствии с ними. Если закономерности выражают существенную, необходимую связь между причиной и следствием, то принципы, которые вытекают из закономерностей, являются основными требованиями, определяющими общее направление учебно-воспитательного процесса, его цели, содержание и методику организации. Мостом, который соединяет теоретические представления с практикой, являются принципы обучения.

Принципы обучения рассматривают в современной дидактике как рекомендации, направляющие педагогическую деятельность и учебный процесс в целом, как способы достижения педагогических целей с учетом закономерностей и условий протекания учебно-воспитательного процесса в вузе. Они отражают закономерности учебного процесса, его содержание, регулируют деятельность преподавателя и студентов, сохраняют свое общее значение в обучении всех дисциплин и на всех этапах.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

В теории физического воспитания анализ системы принципов и их унификация занимает одно из ведущих мест, так как он тесно связан с оптимизацией педагогического процесса во время занятий физическими упражнениями. Педагогический процесс по физическому воспитанию весьма специфичен, что порождает свои особенности реализации принципов, которые заключаются в формировании двигательных умений и навыков и в развитии физических качеств.

Несмотря на историческую давность термина «принципы обучения», в определениях по сути названий принципов и их количества до сих пор нет единодушия, так как это обусловлено тем, что принципы отражают в собственном содержании фундаментальные закономерности обучения (устоявшиеся зависимости его результатов от условий организации), которые реально существуют в учебно-воспитательном процессе высших учебных заведений.

Под принципом (от лат. principium – основа) в теории физического воспитания понимают общие теоретические положения, объективно отражающие сущность и фундаментальные закономерности обучения, воспитания и всестороннего развития личности. Содержание принципов определяет основные требования к построению, содержанию, методам и организации процесса формирования физической культуры личности, регламентируя меру совместной деятельности педагога (субъекта педагогического воздействия) и того, кто занимается (субъекта учебного действия).

Принципы физического воспитания, согласно которым складываются закономерности, правила и требования деятельности педагога, определяют его деятельность по формированию гармонично развитой и общественно-активной личности с высоким физическим, психологическим и духовным потенциалом. Реализация этих принципов обеспечивает достижение полного корпоративного согласия в управлении учебно-воспитательным комплексом современного высшего учебного заведения, способствует формированию профессионально зрелых специалистов нового поколения.

Принципы в педагогике личности выполняют методологическую (стратегическую) и оперативную (тактическую) функции. В теории физического воспитания понимают принципы как основные положения, определяющие содержание, закономерности, правила, формы учебно-воспитательного процесса в физическом воспитании. Исторически они определились в сложноорганизованную систему принципов путем накопления научных знаний о взаимодействии социального и природного в развитии ценностей физической культуры, научно-педагогических и медико-биологических основ формирования физической культуры общества и личности.

Эмпирически в теории физической культуры сложились три концептуальных подхода (общепедагогический, редукционный, интеграционный), которые отражают общее состояние педагогического образования и могут быть использованы в любом педагогическом

процессе, предусматривает реализацию взаимосвязанных и существенно влияющих на эффективность управления в сфере физической культуры оптимального комплекса принципов.

Общепедагогический подход предусматривает использование классических закономерностей обучения (сформулированы Я. Коменским в XVII в.) как методологических основ. Поскольку их реализация нацелена, главным образом, на воспитание и обучение личности – это принципы сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности и прочности. Они отражают общее состояние современной педагогической технологии и могут быть использованы в любом педагогическом процессе.

Второй подход, получивший название «редукционный», предполагает обобщение фактов научного знания в смежных отраслях при формировании системы унифицированных принципов в сфере физической культуры. Изучение закономерностей психофизической адаптации к физическим нагрузкам позволяет существенно расширить компоненты этой системы, которые бы соответствовали специфике деятельности индивида, особенностям его биологического развития при выполнении физических нагрузок.

Активные процессы трансформации содержания принципов через парадигму современных естественнонаучных знаний осуществляются с помощью анализа предикативных (от лат. Praedicatum – предмет, суждения о субъекте) признаков.

Интеграционный подход предусматривает реализацию взаимосвязанных и существенно влияющих на эффективность управления в сфере физической культуры оптимального комплекса принципов, выделенных из ряда смежных педагогических дисциплин, определяющих совокупность доминирующих признаков, указывающих на связь каждого принципа с основным предикатом педагогического воздействия. Как правило, с учетом наиболее характерных предикатов педагогического воздействия в системе интегрируется ряд принципов как по общим, так и по отдельным педагогическим дисциплинам.

По результатам анализа нашего исследования, в соответствии с указанными методологическими подходами, в процессе формирования унифицированной системы педагогических принципов Л. Матвеев (1991) [2] выделяет следующую ее структуру, в которой:

I группа – социально-педагогические принципы;

II группа – методические принципы физического воспитания;

III группы – специфические закономерности построения учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию.

Первая группа принципов отражает социально-педагогические детерминанты воспитательного процесса личности и общества в целом. Она определяет основное направление воспитательного процесса в обществе, выполняя его социальный заказ. В сфере физической культуры совокупность предикативных признаков интегрируется в систему принципов оздоровительной направленности воспитательного процесса, гармоничного развития личности (связь с умственным, нравственным и эстетическим развитием индивида), принципы целевой подготовки к трудовой и оборонной деятельности.

Вторая группа так называемых методических принципов физического воспитания отражает общие закономерности учебно-воспитательной деятельности в процессе занятий физическими упражнениями. Она включает совокупность принципов обучения, развития физических качеств, способностей и дидактических принципов. Дидактические принципы воспитания конкретизируются в соответствии со спецификой педагогического процесса в сфере физической культуры. Они детерминируют методологию и особенности обучения двигательным действиям, усвоение парадигмы специфических знаний, а также предусматривают оптимизацию процессов целенаправленного развития физических качеств. Структура этой группы принципов определяет совокупность неразрывно связанных принципов сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности.

Третья группа принципов отражает специфические закономерности построения учебно-воспитательного процесса. Основные требования этой группы предусматривают его

алгоритмизацию на основании технологических подходов. В эту группу входят принципы непрерывности, прогрессирования тренирующих воздействий, цикличности и возрастной адекватности воздействия. Реализация требований этой группы принципов на практике предполагает учет закономерностей биологического развития объекта воспитания (скачкообразный характер моторных функций и вегетативных систем организма, неравномерность темпов развития физических качеств и др.), а также генетически обусловленную способность индивида к саморегулированию и самоуправлению.

Итак, унифицированная система принципов физического воспитания интегрирует все три указанные группы принципов в целостный педагогический процесс, в которой все указанные компоненты должны реализовываться в педагогическом процессе, ориентированном на формирование физической культуры личности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Педагогический процесс в вузе имеет специфическую особенность при формировании физической культуры личности, которая в общем виде будет проявляться в том, что преподаватель (субъект управления) на основании определенной информации влияет (педагогическое воздействие) на тех, кто занимается (объект управления) для того, чтобы в нем произошли некоторые положительные изменения, направленные на достижение поставленных целей и решения конкретных задач. Субъект и объект управления в педагогическом процессе в принципе могут оставаться постоянными (например, преподаватель и студент в вузе). Кроме этого, общепедагогический процесс на занятиях по физическому воспитания в вузе характеризуется рядом признаков, среди которых важнейшими являются: направляющая роль преподавателя-специалиста; соответствие его деятельности педагогическим принципам; наличие конкретных педагогических задач; учета индивидуальных особенностей тех, кто занимается [3-6].

Таким образом, общие признаки педагогического процесса, характерные и для физического воспитания студентов в вузе, имеют такие специфические черты: преобладающее влияние на физические способности молодого человека; формирование творческого потенциала; непосредственное создание оздоровительного эффекта; совершенствование психофизиологической подготовленности; развитие морально-волевых компонентов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анчурин, Г. Б. Диалектика духовного и телесного начал в свете нового понимания физической культуры / Г. Б. Анчурин // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 6. – С. 59-60.
2. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания, теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры) : учеб. для институтов физ. культуры. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 322 с.
3. 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.
4. Миронов, В. В. Направления и пути совершенствования физической подготовки как важного фактора поддержания боеспособности военнослужащих / В. В. Миронов, В. Л. Пашута // Актуальные пробле¬мы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2017. – № 3. – С. 8-13.
5. Пашута, В. Л. Проблемы правового обучения преподавателей вузов МО РФ / В. Л. Пашута // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2010. – № 5. – С. 224-230.
6. Пашута, В. Л. Модель формирования умений профессионального общения на иностранном языке у курсантов военно-физкультурного вуза с использованием обучающих игр / В. Л. Пашута, А. И. Колоколова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2013. – № 2 (96). – С. 125-130.

REFERENCES

1. Anchurin, G. B. The dialectics of the spiritual and bodily principles in the light of a new understanding of physical training / G. B. Anchurin // Theory and practice of physical training. – 2002. – No. 6. – P. 59-60.

2. Matveev, L. P. Theory and methodology of physical training (general foundations of the theory and methodology of physical education, theoretical and methodological aspects of sports and professionally applied forms of physical education) : textbook for institutes of phys. training. – Moscow : Physical education and sports, 1991. – 322 p.
3. Pashuta, V. L. Innovative professional training methods 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.
4. Mironov, V. V. Trends and ways to improve physical fitness as an important factor in maintaining combat readiness of military personnel / V. V. Mironov, V. L. Pashuta // Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies. – 2017. – No. 3. – P. 8-13.
5. Pashuta, V. L. Problems of legal training of university teachers of the Ministry of Defense of the Russian Federation/ V. L. Pashuta // Actual problems of physical training of power structures. – 2010. – No. 5. – P. 224-230.
6. Pashuta, V. L. Model of skills formation of professional communication in a foreign language among cadets of a military-physical education institute with the use of training games. / V. L. Pashuta, A. I. Kolokolova // Scientific Notes of the P. F. Lesgaft University. – 2013. – No. 2 (96). – P. 125-130.

УДК 796.07

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ И СОЦИАЛЬНО-БИОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Павлова Надежда Владимировна, соискатель, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург.

THEORETICAL AND SOCIO-BIOLOGICAL ANALYSIS OF THE DIFFERENTIATED APPROACH USING OF THE STUDENTS' PHYSICAL EDUCATION

Pavlova N.V., Applicant, Military Institute of Physical Training, St. Petersburg.

Аннотация:

В современных условиях процесс физического воспитания допризывной молодежи базируется на использовании средневозрастных особенностей развития организма юношей в возрастном диапазоне от 16 до 24 лет. Данный период характеризуется наличием определенных особенностей, требующих дифференцированного подхода к формированию адаптационных изменений организма юношей и применения физических упражнений. На данном этапе у юношей допризывного возраста завершается период изменения ростовых показателей, происходит окостенение опорно-двигательного аппарата, завершается половое развитие и происходит формирование окончательных пропорций тела, характерных взрослому человеку. В этом возрастном диапазоне заканчивается, в основном, соматическое развитие индивидуума [1, 2].

В статье рассматриваются результаты анализа теоретических и социально-биологических предпосылок использования дифференцированного подхода в физическом воспитании подростков.

Ключевые слова:

физическое воспитание, индивидуальный подход, дифференцированный подход, физическая культура, обучающиеся общеобразовательных организаций.

Abstract:

In modern conditions, the process of pre-conscription youth' physical education is based on the use of average-age features of the body development of the young men in the age range from 16 to 24 years. This period is characterized by the presence of certain features required a differentiated approach to the young men body' adaptive changes formation and the use of physical exercises. At this stage, the changes period of pre-conscription age young men ends in growth indicators, ossification of the musculoskeletal system occurs, sexual development is completed and the final body proportions characteristic of an adult are formed. In this age range, the somatic development of the individual ends [1, 2].

The article considers the results of the theoretical and socio-biological prerequisites analysis of the differentiated approach using of the students' physical education.

Key words:

physical education, individual approach, differentiated approach, physical culture, students of general educational institution.

ВВЕДЕНИЕ

Средства физического воспитания, по результатам проведения большого количества исследований в педагогической и медико-биологической сфере, считаются наиболее мощными категориями воздействия, обеспечивающими целенаправленное развитие организма человека [3, 4, 5, 6]. Перестройка различных функций и структур организма, осуществляемая в процессе занятий физическим воспитанием, наиболее отчетливо проявляется в подростковом возрасте. В этом возрасте она способствует не только формированию адаптационных механизмов, но и обеспечивает совершенствование ответных реакций организма воздействию разнообразных факторов.

Необходимо отметить, что в данном возрастном периоде наиболее отчетливо выражены индивидуальные особенности подростков, дающие индивидууму по мере его взросления преимущество над другими лицами, в том числе и в уровне развития физических качеств.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Условия общественной жизни человека, среди которых важнейшая роль отводится физическому воспитанию, наследственности, экологическим условиям, вносят существенное значение в плане физического развития человека в современных условиях.

Существенные различия у лиц допризывного возраста результатов достижения ими идентичных конституциональных показателей характеризуются проявлением неоднозначных данных функциональных особенностей организма.

Экспериментальные данные М. Казакова (1954), Э.И. Аршавской, В.Д. Розановой (1968) свидетельствуют о том, что наибольшее приспособление в возрасте 17-20 лет отмечается к нагрузкам скоростной направленности, а менее – к нагрузкам, направленным на развитие выносливости и силы. Величина продолжительности сокращения мышц у 17-18-ти летних юношей, по данным Б.М. Нидерштрата (1975), при максимальных усилиях достигает наименьших значений. Наибольшая работоспособность, при отсутствии прироста выносливости, проявляется в этом возрасте на нагрузки локального характера. К 17-18-ти годам развитие быстроты, силы мышц и координации характеризуется замедлением значений прироста.

От особенностей занятий, интенсивности и объема используемых физических упражнений подростков, по мнению И.В. Муравова (1983), в значительной степени зависит развитие опорно-двигательного аппарата, функционирование внутренних органов, развитие эмоционально-волевых качеств и др. [7].

По данным Б.В. Сермеева (1973), оптимального уровня развития к 20-25 годам достигает суставной аппарат человека.

Для разработки дифференцированной подготовки в системе физического воспитания практическое значение имеет поиск признаков, отражающих особенности физической подготовленности какой-либо группы людей. При возрастании темпа общественной жизни и интенсивности труда они должны в достаточной мере способствовать оценке оптимального уровня физической активности для полноценной реализации функций массовой физической культуры [2, 8].

В этой связи рядом авторов исследовались морфологические и функциональные признаки, отвечающие указанным требованиям. В.И. Козловым и А.А. Гладышевой (1977), Б.А. Никитюком и В.П. Чтецовым (1983), Я.Р. Синельниковым с соавт. (1984) отмечается, что изучение строения тела человека, отдельных органов и систем в связи с функциями подразумевает признание морфологами диалектического единства структуры (формы) и функции.

Поэтому значительное внимание уделено изучению массы тела и его компонентов. Признано, что она менее генетически детерминирована и в большой степени зависит от конкретных социально-экономических условий жизни. Она является интегральной соматической характеристикой человека. Опыт антропологии и медицины подтверждает оправданность выбора этого признака при желательности дополнения его другими.

Классификаций, основанных на различных признаках, в настоящее время имеется более ста. В основу решения вопроса о выявлении морфологических особенностей были положены разработанные схемы соматической диагностики морфологического развития человека.

При разработке таких схем исследователи, прежде всего, учитывали первичные компоненты телосложения: *первый* – эндоморфия; *второй* – мезоморфия; *третий* – эктоморфия.

Определение количественного содержания характерных двигательных единиц с практической точки зрения возможно только в отдельных случаях. Для массового применения в физическом воспитании данный критерий комплектования отдельных групп применим в качестве обоснования наличия у конкретных индивидуумов определенных морфологических и функциональных отличий, которые могут определять и лимитировать спортивный результат.

Идея индивидуализации и дифференциации впервые возникла еще в античной философии в результате разработки понятия атома или индивида. В настоящее время уточнение понятия индивидуальности связано, прежде всего, с развитием различных областей науки, наделяющих его своей специфичностью.

Так, в настоящее время в биологии индивидуальность характеризуется специфическими чертами данной особи, данного организма, заключающимися в своеобразном сочетании наследственных свойств, что является результатом онтогенеза и выражается в особенности генотипа и фенотипа [8]. С позиции биологических наук индивидуальные различия проявляются в функционировании различных систем организма, процессах адаптации человека к изменениям среды; в строении опорно-двигательного аппарата, органов и систем организма; в особенностях протекания обменных процессов.

В педагогике к индивидуальности относят наиболее характерные черты той или иной особи, накладывающие на нее печать оригинальности. Индивидуальность нередко связана с конституционными особенностями и может выражаться в своеобразии реакций организма на те или иные воздействия. В физическом воспитании принят подход, обеспечивающий разделение занимающихся по общепринятым половым признакам. На аналогичный критерий индивидуализации опирается и такой подход, как определение объема и содержания учебных часов с направленностью на те или иные стороны подготовленности. При этом рядом авторов были сделаны попытки более углубленного разделения обучаемых с учетом их морфологических особенностей и индивидуальной двигательной подготовленности [9]. Этот путь, по их мнению, более перспективен, так как учитывает признаки, имеющие как индивидуальный, так и групповой характер выражения.

Уровень функционирования основных систем организма накладывает отпечаток на формирование морфологических особенностей и поэтому специалисты высказываются за необходимость изучения свойств организма, которые определяют возможность эффективного выполнения какого-либо вида действий.

На целесообразность использования функционального состояния в качестве оценки для контроля применения физических упражнений указывается Л.В. Волковым и С.Ф. Тимченко, Л.Я. Иващенко с соавт. (1984), справедливо считающими такой подход наиболее конструктивным для решения проблем, связанных с индивидуализацией и рациональным построением развивающих воздействий.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исходя из проведенного анализа литературных источников, мы можем утверждать, что на современном этапе актуальным, по-прежнему, остаются вопросы требуемых параметров подготовленности, определяющих эффективность физкультурно-спортивной деятельности [9].

Использование «модельных» показателей позволит определять отстающие стороны подготовленности, разработать дифференцированное применение средств и методов тренировки и на этой основе индивидуализировать процесс физического воспитания допризывников.

Ввиду недостатка учебного времени в процессе занятия необходимо применять ряд определенных приемов, использование которых позволит получить временные резервы.

Нагрузки силового характера в развивающем объеме целесообразно выполнять на занятиях по разделу «Гимнастика и атлетическая подготовка», а в поддерживающем объеме – «Ускоренное передвижение и легкая атлетика», а также за счет использования спортивных игр.

Нагрузка для развития скоростно-силовых качеств на занятиях легкой атлетикой, в спортивных играх способствует развитию выносливости и ловкости при сложно координационных движениях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Физиология и физкультура / Э. И. Аршавская, В. Д. Розанова. – М. : ФиС, 1968. – 127 с.
2. Виленский, М. Я. Комплекс ГТО в физическом воспитании студентов / М. Я. Виленский, В. В. Михайлов, Н. А. Левенко. – М. : МГПИ им. В. И. Ленина, 1979. – С. 19-25.
3. Дробинская, А. О. Анатомия и возрастная физиология : учеб. для бакалавров / А. О. Дробинская. – Люберцы : Юрайт, 2016. – 527 с.

4. Каменская, В. Г. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учеб. для вузов. Стандарт третьего поколения / В. Г. Каменская, И. Е. Мельникова. – СПб. : Питер, 2013. – 272 с.
5. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология : в 2 т. Т. 1. Организм человека, его регуляторные и интегративные системы : учеб. для СПО / З. В. Любимова, А. А. Никитина. – Люберцы : Юрайт, 2016. – 447 с.
6. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учеб. для высших учебных заведений физической культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – М. : Сов. спорт, 2012. – 620 с.
7. Муравов, И. В. Резервы морфофункциональной организации человека и развитие их в условиях спортивной тренировки / И. В. Муравов // Социально-биологические проблемы физической культуры и спорта / под ред. М. М. Бака, В. С. Бойко, С. С. Гурвич [и др.]. – Киев : Здоровья, 1983. – С. 140-141.
8. Бака, М. М. Физическая культура и спорт - составная часть советского образа жизни / Сост. М. М. Бака // Социально-биологические проблемы физической культуры и спорта. – Киев : Здоровья, 1983. – С. 15-44.
9. Симонов, С. Н. Дифференцированный подход в физкультурном образовании / С. Н. Симонов, А. В. Степонян, С. В. Меркулов // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 8.

REFERENCES

1. Physiology and physical culture / E. I. Arshavskaya, V. D. Rozanova. – Moscow : FiS, 1968. – 127 p.
2. Vilensky, M. Ya. The complex of «Ready for labor and defense» in the students' physical education / M. Ya. Vilensky, V. V. Mikhailov, N. A. Levenko. – Moscow : Moscow State Pedagogical Institute named after V. I. Lenin, 1979. – P. 19-25.
3. Drobinskaya, A. O. Anatomy and age physiology : textbook for bachelors / A. O. Drobinskaya. – Lyubertsy : Yurayt, 2016. – 527 p.
4. Kamenskaya, V. G. Age-related anatomy, physiology and hygiene : textbook. for universities. The standard of the third generation / V. G. Kamenskaya, I. E. Melnikova. – St. Petersburg : Peter, 2013. – 272 p.
5. Lyubimova, Z. V. Age-related anatomy and physiology : in 2 vols. Vol. 1. The human body, its regulatory and integrative systems : textbook for secondary vocational education / Z. V. Lyubimova, A. A. Nikitina. – Lyubertsy : Yurayt, 2016. – 447 p.
6. Solodkov, A. S. Human physiology. General. Sports. Age group : textbook for higher educational institutions of physical culture / A. S. Solodkov, E. B. Sologub. – Moscow : Sov. sport, 2012. – 620 p.
7. Muravov, I. V. Reserves of the person's morphofunctional organization and their development in the sports training conditions / Muravov, I. V. // Socio-biological problems of physical culture and sports / eds. by M. M. Baka, V. S. Boyko, S. S. Gurvich [et al.]. – Kiev : Zdorovya, 1983. – P. 140-141.
8. Baka, M. M. Physical culture and sport is an integral part of the Soviet way of life / Comp. M. M. Baka // Socio-biological problems of physical culture and sport. – Kiev : Zdorovya, 1983. – P. 15-44.
9. Simonov, S. N. Differentiated approach in physical culture education / S. N. Simonov, A.V. Steponyan, S. V. Merkulov // Theory and practice of physical culture. – 2007. – No. 8.

УДК 796.01:615

АНТИДОПИНГОВАЯ ПОЛИТИКА ВСЕМИРНОГО АНТИДОПИНГОВОГО АГЕНТСТВА КАК ОДНА ИЗ ПРОБЛЕМ УЧАСТИЯ РОССИЙСКИХ СПОРТСМЕНОВ В XXXII ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ В ТОКИО

Торопов Виктор Алексеевич, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры физической подготовки и прикладных единоборств, Санкт-Петербургский университет МВД России, Санкт-Петербург;

Куликов Михаил Львович, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической подготовки и прикладных единоборств, Санкт-Петербургский университет МВД России, Санкт-Петербург;

Дудчик Виталий Иванович, доцент кафедры физической подготовки и прикладных единоборств, Санкт-Петербургский университет МВД России, Санкт-Петербург.

ANTI-DOPING POLICY OF THE WORLD ANTI-DOPING AGENCY AS ONE OF THE PROBLEMS OF RUSSIAN ATHLETES' PARTICIPATION IN THE XXXII OLYMPIC GAMES IN TOKYO

Toropov V.A., Honorary Higher Education Worker of the Russian Federation, Doctor of Pedagogics, Professor, Professor of the Department of Physical Training and Applied Arts, Saint-Petersburg University of Russian Interior Ministry, St. Petersburg;

Kulikov M.L., Candidate of Pedagogic, Associate Professor, Deputy Head of the Department of Physical Training and Applied Martial Arts, St. Petersburg University of the Russian Interior Ministry, St. Petersburg;

Dudchik V.I., Associate Professor at the Department of Physical Training and Applied Martial Arts, St. Petersburg University of the Russian Interior Ministry, St. Petersburg.

Аннотация:

В данной статье авторы дали характеристику профессиональному спортсмену. Отметили, что в Советском Союзе спорт высших достижений считался любительским. А спорт в зарубежных странах развивался по законам профессиональной деятельности и носил коммерческий характер. В настоящее время спорт в России также становится профессиональным и переходит в сферу предпринимательской деятельности. С этим явлением необходимо считаться и принимать соответствующие меры в плане комплектования сборных команд, создания им соответствующих условий для тренировочного процесса.

Охарактеризовали роль и значение зарождения Олимпийских игр. Подчеркнули, что для стимулирования занятий по физической культуре целесообразно как можно чаще транслировать по телевидению достижения сильнейших спортсменов нашей страны и использовать средства массовой информации. Желание выступать на спортивных аренах, влечет молодежь в спортивные залы, на стадионы с целью тренироваться и быть похожими на них.

Раскрыли проблему деятельности всемирного анти-

Abstract:

The article is dedicated to the description of a professional athlete. It was noted that in the Soviet Union, high-performance sports were considered amateur. As for sports in foreign countries, it developed according to the laws of professional activity and were of a commercial nature. Currently, sports in Russia are also becoming professional and moving into the field of entrepreneurship. This phenomenon should be taken into account and appropriate measures should be taken in terms of recruiting national teams, creating appropriate conditions for the training process.

The role and significance of the birth of the Olympic Games were described. They stressed that in order to encourage physical education classes, it is advisable to broadcast the achievements of the strongest athletes of our country on television as often as possible and use the mass media. The desire to perform in sports arenas as your favorite athlete does, attracts young people to gyms, stadiums, in order to train and be like them.

We revealed the problem of the activities of the world anti-Doping agency, which was mainly reduced to a behind-the-scenes struggle aimed at eliminating our athletes at world-

допингового агентства, которая в основном свелась к закулисной борьбе, направленной на устранение наших спортсменов на соревнованиях мирового масштаба и Олимпийских играх. В настоящее время комитет ВАДА стал муссировать результатами выступлений в основном российских спортсменов с целью их устранения как ведущих спортсменов на чемпионатах Европы и мира. В статье поставлен вопрос – как долго будет продолжаться допинговый прессинг на российских спортсменов и какие необходимо принимать меры, чтобы представители ВАДА стали руководствоваться олимпийским девизом «Победит сильнейший!»?

Ключевые слова:
профессиональный спорт, международные соревнования, предпринимательская деятельность, олимпийское движение, физическое совершенство.

class competitions and the Olympic Games. Currently, the WADA committee has begun to exaggerate the results of the performances of mainly Russian athletes with the aim of eliminating them as leading athletes at the European and World Championships. The article raises the question – how long will the doping pressure on Russian athletes continue and what measures should be taken to ensure that WADA representatives are guided by the Olympic motto «The strongest will win!»?

Key words:
professional sports, international competitions, entrepreneurship, Olympic movement, physical perfection.

ВВЕДЕНИЕ

В Советском Союзе спорт высших достижений считался любительским. После перестройки он стал профессиональным. А почему? Ответ на этот вопрос простой. Сможет ли человек, простояв у станка восемь часов, показывать результаты мирового уровня? Вероятно, нет! Это и объясняет правильную трактовку деятельности наших спортсменов при подготовке к соревнованиям мирового уровня. Спорт за рубежом всегда развивался по законам коммерческой деятельности и постоянно был профессиональным. Исходя из этого и по законам достижения званий чемпиона Европы, мира и олимпийских игр, спорт в нашей стране также становится профессиональным и переходит в сферу предпринимательской деятельности [1, 2].

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Олимпийские игры зародились в Древней Греции и носили педагогическую направленность с целью воспитания гармонично развитой личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Молодое поколение, воспитанное в этом духе и в стремлении постоянно побеждать, становились не только участниками этих игр, но и настоящими защитниками интересов гражданского населения, а также своего государства. Воспитание гармоничной личности было и остается тем примером в становлении молодежи, к которому стремится все прогрессивное человечество. Организация и проведение Олимпийских игр является идеалом в этом направлении, вдохновляют молодежь самостоятельно заниматься спортом и самосовершенствоваться [3].

Для того чтобы стать олимпийским чемпионом и завоевать медаль любого достоинства, нужен многолетний титанический труд не только многих юношей и девушек, но и всего тренерского состава, для воспитания в них духовного и телесного совершенства с целью добиться желаемого результата.

Для этого необходимо соблюдать следующие требования: постоянно стремиться к своему физическому совершенству, вести здоровый образ жизни, проводить военно-патриотическое воспитание молодежи, заниматься формированием гармонично развитой личности и укреплять международное сотрудничество в области физической культуры и спорта [4, 5].

Физическая культура без зрелищного спорта никогда бы не стала необходимой потребностью для населения нашей страны. Для того, чтобы заинтересовать молодежь сознательно и регулярно заниматься физической культурой, необходимо использовать средства массовой информации, в которых постоянно демонстрировать спортивную борьбу с участием сильнейших российских спортсменов.

Это тянет нашу молодежь в спортивные залы, на стадионы, чтобы тренироваться и быть похожими на них. Что и является на-

глядным примером для занятий физической культурой и спортом. Следовательно, не только молодежь, но и население страны начинает сознательно заниматься физическим совершенствованием своей личности.

Из анализа выступлений сильнейших спортсменов на чемпионатах мирового уровня, Олимпийских играх мы сформулировали определение профессионального спортсмена как человека, который постоянно и целенаправленно тренируется в избранном виде спорта для того, чтобы добиваться высоких результатов на чемпионатах и становиться победителем. За это он получает не только золотую медаль, но и ценные подарки.

А для этого спортивные ведомства должны иметь соответствующую спортивную базу, которая должна обеспечивать качественный тренировочный процесс и находиться в исправном состоянии, что подразумевает достойную оплату персоналу, занимающемуся обслуживанием спортсооружений. Спортсмены же за свой нелегкий труд должны получать не только достойное финансирование, но им также нужны идеальные условия для отдыха, восстановления сил для следующих эффективных тренировок. Вышеперечисленное затрагивает предпринимательские интересы и носит коммерческий характер в области физической культуры и спорта.

Следовательно, весь тренировочный процесс подготовки спортсменов к выступлениям на соревнованиях международного уровня говорит о том, что в сфере физкультуры и спорта происходит реорганизация, которая носит коммерческий характер. С этим явлением необходимо считаться и принимать соответствующие меры в плане комплектования сборных команд, создания им соответствующих условий для тренировочного процесса, медицинского контроля, быта, отдыха и питания. Хорошо подготовленные спортсмены, демонстрируя свое мастерство на беговых дорожках, в секторах для метания и в прыжках в длину, в высоту, с шестом, на баскетбольных, волейбольных и футбольных матчах, собирают на стадионах большое количество зрителей, в результате чего организаторы этих мероприятий получают большую прибыль [6, 7]. Это и есть коммерческая деятельность спортивных менеджеров.

Необходимо отметить, что человеческий организм в достижении высоких спортивных результатов имеет свои ограничения. Как бы тренеры и медицинский персонал не изощрялись, какие бы супер методики и биостимуляторы не разрабатывали, резервные возможности человека имеют свой предел. Следовательно, для того, чтобы побеждать на международных соревнованиях и устанавливать мировые рекорды, организм человека должен выдерживать продолжительные физические и психологические нагрузки. Для этого необходимо создавать условия для более быстрого восстановления и работоспособности спортсменов, снятия у них нервного перенапряжения от непрерывного тренировочного процесса с целью повышения уровня их подготовленности.

В связи с этим весь тренировочной и медицинский персонал должны сконцентрировать свои знания, умения и способности поведения организма спортсмена на эффективные тренировки, чтобы показать высокие результаты. Не у всех это получается. Некоторые спортсмены от великого желания стать чемпионом использовали различного рода препараты, в том числе и запрещенные, относящиеся к допингу, что противоречит уставу МОК. С целью противодействия использования в спорте препаратов, относящихся к допингу, было образовано Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА). Вроде бы, задумка и цели справедливые. Но во что они могут превратиться? Бесконечная инсинуация, извращение действительности – все это может привести к международному общественному «взрыву», и тогда все прогрессивное мировое спортивное содружество может поставить вопрос перед Международным Олимпийским Комитетом (МОК) о том, чтобы распустить ВАДА за насаждение конфликтных ситуаций в международном спорте, за «разжигание» вражды между спортсменами, за обесценивание идей гуманизма в спорте, которые были приняты бароном Пьером де Кубертеном при возрождении Олимпийских игр. В 2008 году в России была образована организация по борьбе с допингом на территории Российской Федерации – РУСАДА. Россия, являясь одной из сильнейших мировых держав составляет, как правило, сильную конкуренцию на всех зна-

чимых международных соревнованиях спортсменам других стран. Об этом свидетельствуют итоги выступлений наших спортсменов на крупнейших международных соревнованиях различного уровня, включая чемпионаты Европы, мира и Олимпийские игры. С целью дискредитации российского спорта, отстранения наших спортсменов от участия в международных соревнованиях, ВАДА стало систематически выдвигать обвинения российским спортсменам в применении запрещенных препаратов, относящихся к допингу.

Так, в частности, на заседании ВАДА после выступления Ричарда Макларена (2015) РУСАДА было лишено статуса соответствия. Содержание доклада сводилось к тому, чтобы отстранить в основном российских спортсменов от участия в играх в Рио-Де-Жанейро [8, 9]. Как известно, на Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро участвовали 283 наших спортсмена, что составляет половину олимпийской команды. Причиной этому послужила клевета Родченкова Г.М., которая была направлена на необоснованное обвинение наших спортсменов в употреблении допинга. Как продолжение этого скандала Российская команда параолимпийцев не была допущена к участию в Олимпийских играх.

На заседании ВАДА 17 ноября 2017 года, которое проходило в Сеуле под лозунгом «Играй честно», было отмечено, что это судилище, чистой воды, политика и путь в никуда. Александр Жуков, президент Олимпийского комитета России, подчеркнул, что ВАДА сознательно придумывает причины, чтобы не возвращать РУСАДА статуса соответствия.

В декабре 2018 года перед подготовкой к Кубку мира по биатлону, австрийская полиция нагрянула в расположение наших спортсменов с целью провести обыск на наличие допинговых средств, объясняя свой поступок тем, что наши спортсмены якобы в 2017 году в австрийском Хохфильцене нарушили антидопинговые правила во время чемпионата мира. Это была очередная попытка вывести из равновесия наших спортсменов, подорвать спортивный настрой нашей команды на их успешное выступление.

В феврале 2019 года на Чемпионате мира по лыжам в Австрии вновь разразился скандал из-за принятия допинга, который назвали «кровопускание» – это допинг собственной кровью. Примерно за месяц до старта у спортсмена берут кровь, сохраняют ее, а перед стартом вводят в сердечно-сосудистую систему. Суть этой процедуры заключается в том, что при вливании своей же крови увеличивается количество гемоглобина, в котором содержится дополнительный кислород. В результате увеличивается количество кислорода в крови и в экстремальных условиях мышечной работы она является дополнительным питанием организма, а все пробы на допинг будут носить отрицательный характер.

Вячеслав Фетисов на совещании с олимпийскими чемпионами по вопросам подготовки российских спортсменов для выступления на международных соревнованиях, где присутствовали: Светлана Хоркина, Светлана Журова, Анастасия Гребенкина и др., доложил, что агентство ВАДА решило оставить до 30 июня 2019 года статус соответствия РУСАДА, то есть до того момента, когда будет вскрыта опечатанная база данных допинг проб наших спортсменов.

И вот наступил долгожданный момент: база данных допинг проб наших спортсменов вскрыта. И каков результат? Комитет ВАДА установил, что российские чиновники манипулировали базой данных Московской антидопинговой лаборатории. В частности, они затянули с передачей в ВАДА базы данных наших спортсменов. И что во Всемирное антидопинговое агентство поступили измененные пробы спортсменов, которые находились в базе данных Московской антидопинговой лаборатории. Кто это сделал и зачем? Эти вопросы были заданы российской стороне, а перепроверка проб была обязательным условием для восстановления РУСАДА в статусе соответствия международным стандартам. Необходимо отметить, что его восстановили в сентябре 2018 года, а после вскрытия допинг проб вопрос о не допуске наших спортсменов к Олимпийским играм в Токио опять стал открытым. Возникает вопрос: кому это надо? Всем известно, что заокеанские интриганы не привыкли и не любят проигрывать.

Мировая общественность знает, что в России массовый спорт является той колыбелью, в которой вырастают наши будущие олимпийские чемпионы, элита российского спор-

та. Ведь спорт всегда пропагандировал идеи дружбы и мира между народами, укрепляя престиж государства на международной спортивной арене и являлся гордостью российского государства, свидетельство этому – высокие спортивные результаты и завоеванные медали. Высшие спортивные победы – это подтверждение мощности страны, народа к экономическим, культурным достижениям и выдающимся спортивным победам, реализациям идей олимпийского спортивного движения, а ВАДА своим принципиальным подходом эти благородные идеи перечеркивает. Приведенные выше данные показывают, что на спортивной мировой арене политика становится определяющим фактором в определении стран победителей, так как организация и проведение международных олимпийских игр находится в руках всемогущих заокеанских заправил. Антидопинговая компания против наших спортсменов является продолжением зарубежных санкций против Российского государства.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исходя из вышесказанного, возникает вопрос: как долго будет продолжаться допинговый прессинг на российских спортсменов и какие необходимо принимать меры, чтобы упредить его?

Вероятно, в устав Международного Олимпийского комитета необходимо ввести пункт за попытку дискредитировать, оклеветать, подорвать авторитет участников Международных соревнований или сборную команду за принятие допинга, привлекать клеветников к уголовной ответственности. Если этот пункт будет принят на заседании МОК, то, может быть, представители ВАДА и другие западноевропейские политики не будут забывать гуманные идеи Олимпийского движения и всегда помнить, что «Спорт вне политики!», а в спорте всегда должен «Победить сильнейший!» и начнут вести спортивную борьбу в интересах чистого спорта [10].

Дмитрий Медведев, подводя итоги 2019 года, в интервью российским телеканалам отметил, что российским спортивным властям даны указания «сражаться за каждого спортсмена». Хотелось бы этому верить.

ЛИТЕРАТУРА

1. Торопов, В. А. Социальные функции физической культуры и спорта в РФ / В. А. Торопов, В. И. Дудчик, В. П. Панков // Сборник мат-лов науч.-исслед. деятельности проф.-преподават. состава и молодых ученых по итогам науч. мероприятий с междунар. участием, сентябрь 2018 года – февраль 2019 года. – Тирасполь: Изд-во Приднестр. ун-та, 2019. – С. 156-158.
2. Торопов, В. А. Предпринимательская деятельность в сфере физической культуры и спорта / В. А. Торопов, С. В. Науменко, А. А. Агаркова, Р. Б. Хыбыртов // Физическая культура студентов : мат-лы Всерос. науч.-практ. конф., С-Петербург, 13 июня 2019 г. – СПб. : ПОЛИТЕХ- ПРЕСС, 2019. – С. 74-78.
3. Торопов, В. А. Воспитание волевых качеств у курсантов и слушателей в процессе занятий по физической подготовке / В. А. Торопов, Г. Г. Дмитриев, В. П. Панков // Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии : материалы VIII междунар. науч.-практ. конф., Екатеринбург, 28 февраля 2019 г.; ФГАОУ ВО «Рос. гос. проф.- пед. ун-т». – 2019. – С. 579-584.
4. Торопов, В. А. О мерах по улучшению состояния физической культуры и спорта в Российской Федерации / В. А. Торопов, В. П. Липовка // Стратегические направления реформирования вузовской системы физической культуры: сб. науч. трудов V Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием. – СПб. : СПБ ПУ Петра Великого. 2018. – С. 467-469.
5. Торопов, В. А. Физическая подготовка – эффективное средство повышения уровня профессиональной подготовленности сотрудников полиции / В. А. Торопов, В. И. Дудчик, Е. Е. Новаторов // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в системе высшего образования : сб. мат-лов II междунар. науч.-практ. конф. – Омск : Изд-во ФГБОУ ВО Омский ГАУ, 2019. – С. 113-116.
6. Торопов, В. А. О «профессиональной подготовке» специалистов физической культуры и спорта / В. А. Торопов, В. И. Дудчик, А. В. Игнатьев // Современные проблемы спорта, физического воспитания и адаптивной физической культуры : мат-лы IV междунар. науч.-практ. конф. (г. Донецк, 08 февраля, 2019 г.)/ Под ред. Л. А. Деминской; ДИФКС. – Донецк, 2019. – С. 157-161.
7. Торопов, В. А. Подготовка руководителей занятий по физической культуре / В. А. Торопов, Г. Г. Дмитриев, В. П. Панков // Физическая культура и спорт в системе высшего образования : мат-лы VII Междунар. науч.-метод. конф. / редкол. : Н. А. Красулина [и др.]. – Уфа : Изд-во УГНТУ, 2019. – С. 167-170.

8. Торопов, В. А. Маркетинг и менеджмент профессионального спорта / В. А. Торопов, В. И. Дудчик, Г. Г. Волошин // Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в образовательных учреждениях : V Всерос. науч.-практ. конф. – Уфа, 2019. – С. 91-95.
9. Торопов, В. А. Обоснование организации управления физкультурным движением в Российской Федерации/ В. А. Торопов, В. И. Дудчик, И. П. Наумов, Г. Г. Волошин // Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в образовательных учреждениях : V Всерос. науч.-практ. конф. – Уфа, 2019. – С. 110-114.
10. Торопов, В. А. О проблемах участия российских спортсменов в Олимпийских играх / В. А. Торопов, М. Л. Куликов, В. Е. Смирнов, В. И. Дудчик // Роль физической культуры и спорта в развитии человеческого капитала и реализации национальных проектов : Всерос. науч. конф., г. Якутск 6 декабря 2019 г. – Якутск, 2019. – С. 218-221.

REFERENCES

1. Toropov, V. A. Social functions of physical education and sports in the Russian Federation / V. A. Toropov, V. I. Dudchik, V. P. Pankov // Proceedings of research activities of the teaching staff and young scientists based on the results of scientific events with international participation, September 2018 – February 2019. – Tiraspol : Publishing house of Prednistrovsky University, 2019. – P. 156-158.
2. Toropov, V. A. Entrepreneurial activity in the field of physical education and sports / V. A. Toropov, S. V. Naumenko, A. A. Agarkova, R. B. Khybyrtov // Physical education of students : Proceedings of the all-Russian scientific and practical conference, Saint Petersburg, June 13, 2019. – St. Petersburg : POLYTECH PRESS, 2019. – P. 74-78.
3. Toropov, V. A. Education of strong-willed qualities in cadets and students in the process of physical training / V. A. Toropov, G. G. Dmitrie, V. P. Pankov // Problems of development of physical education and sports in the new Millennium : proceedings of the 8th international scientific and practical conference, Yekaterinburg, February 28, 2019; Federal state educational institution «Rus. State Prof.-Ped. Un-ty». – 2019. – P. 579-584.
4. Toropov, V. A. On measures to improve the state of physical education and sports in the Russian Federation / V. A. Toropov, V. P. Lipovka // Strategic directions of reforming the University system of physical education: Collection of scientific papers of the 5th all-Russian scientific and practical conference with international participation. – St. Petersburg : Saint Petersburg the Peter the Great University, 2018. – P. 467-469.
5. Toropov, V. A. Physical training – an effective means of improving the level of professional training of police officers / V. A. Toropov, V. I. Dudchik, E. E. Novatorov // Actual problems of physical education and sports in the higher education system : Proceedings of the 2nd international scientific and practical conference. – Omsk : Publishing House of the Omsk State University, 2019. – P. 113-116.
6. Toropov, V. A. About «professional training» of specialists of physical education and sport / V. A. Toropov, V. I. Dudchik, A.V. Ignatiev // Modern problems of sports, physical education and adaptive physical education: Proceedings of the 4th Intern. scient.- pract. Conf. (Donetsk, February 08, 2019) / eds. L. A. Deminskaya; DIPTandS. – Donetsk, 2019. – P. 157-161.
7. Toropov, V. A. Training of class instructors in physical education / V. A. Toropov, G. G. Dmitriev, V. P. Pankov // Physical education and sport in the system of higher education : Proceedings of the 7th international conference. science.-method. conf. / eds. N. A. Krasulina [et al.]. – Ufa : USPTU Publishing House, 2019. – P. 167-170.
8. Toropov, V. A. Marketing and management of professional sports / V. A. Toropov, V. I. Dudchik, G. G. Voloshin // 5th all-Russian scientific and practical conference «Problems and prospects of development of physical education and sports in educational institutions». – Ufa, 2019. – P. 91-95.
9. Toropov, V. A. Justification of the organization of management of physical education movement in the Russian Federation / V. A. Toropov, V. I. Dudchik, I. P. Naumov, G. G. Voloshin // 5th all-Russian scientific and practical conference «Problems and prospects of development of physical education and sports in educational institutions».– Ufa, 2019. – P. 110-114.
10. Toropov, V. A. On the problems of participation of Russian athletes in the Olympic games / V. A. Toropov, M. L. Kulikov, V. E. Smirnov, V. I. Dudchik // All-Russian scientific conference «The role of physical education and sport in the development of human capital and the implementation of national projects», Yakutsk December 6, 2019. – Yakutsk, 2019. – P. 218-221.

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 (с русского на английский и с английского на русский). 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.