

ференции вузов Ленинграда по физическому воспитанию. – Л.: ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 1967. С. 90-92.

2. Николаев, А.Н. Психическая адаптация человека к усложненным условиям деятельности: автореф. дисс. ... канд. психол. наук / А.Н. Николаев; Гос. дважды орденоносный ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Л., 1984. – 17 с.

3. Николаев, А.Н. Методика изучения предстартовых психических состояний спортсменов / А.Н. Николаев // Психологические основы педагогической деятельности: материалы 4-й межвуз. конф. / под ред. А.Н. Николаева; С-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2001. – Вып. 2. – С. 81-84.

4. Николаев, А.Н. Методика оценки мотивов спортивной деятельности / А.Н. Николаев // Психологические основы педагогической деятельности: Материалы 30-й научной конференции / под ред. А.Н. Николаева; С-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2003. – Вып. 7. – С. 55-58.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ВОЕННОСЛУЖАЩИХ-ЖЕНЩИН ВОЗДУШНО-ДЕСАНТНЫХ ВОЙСК

О.В. Перфилова

Современная военная доктрина России предусматривает создание компактных, мобильных, оснащенных новейшим оружием и боевой техникой Вооруженных сил, способных отразить тотальную агрессию и контролировать одновременно несколько локальных конфликтов. Неотъемлемой частью Вооруженных сил России являются воздушно-десантные войска (ВДВ).

Для службы в ВДВ всегда отбирали наиболее физически крепких и психически устойчивых призывников.

В настоящее время ВДВ первыми начали переход на контрактную службу.

Как известно, в России женщины не подлежат призыву на действительную военную службу, за исключением случая, когда они поступают на военную службу в добровольном порядке – на основе заключения контракта. Существует проблема все возрастающего привлечения женщин на военную службу по контракту в ВДВ.

Военно-профессиональная деятельность контрактника в ВДВ связана с реальной опасностью и риском (при совершении учебно-тренировочных прыжков с парашютом, во внутренних военных конфликтах и т.д.).

Исследование проводилось в 2002-2006 гг. на базе Псковской ВДД, которая является экспериментальной дивизией в ВС по переходу на контрактную службу.

В исследовании приняли участие 103 военнослужащие-женщины контрактной службы Псковской ВДД (1 группа), которые наряду с выполнением своих профессиональных обязанностей проходили ВДП и совершали учебно-тренировочные прыжки с парашютом по программе боевой подготовки, и 79 военнослужащих-женщин – сухопутных войск ЛенВО (2 группа).

В обеих группах исследование проводилось в обычных условиях, во время медицинских осмотров. Программа исследования включала в себя:

- анкетирование;

- измерение и оценку показателей антропометрии, динамометрии, спирометрии, подсчет ЧСС, измерение АД, пробы с дозированной физической нагрузкой, с задержкой дыхания на вдохе и выдохе;
- психофизиологические исследования;
- изучение состояния здоровья и уровня травматизма по учетным и отчетным документам медицинской службы (форма 1/Мед, 3/Мед).

Возрастное распределение женщин, поступивших на военную службу по контракту в ВДВ, представлено в таблице 1.

Таблица 1

Возрастное распределение женщин, поступивших на военную службу по контракту, %

Год	до 30 лет	после 30 лет
2002	17,9	82,1
2006	35	65

Анализ полученных данных показал, что военная служба по контракту более привлекательна для женщин в возрасте после 30 лет. Хотя в 2006 году женщины, поступающие на контрактную службу в ВДВ, имели возраст до 30 лет, в 93% анкет мотивами поступления на военную службу были материальная заинтересованность (60%) и невозможность трудоустройства (32%).

Если до 2000 года в ВДВ женщины составляли до 6% от общей численности военнослужащих, то сейчас – уже 9%.

Военнослужащие-женщины как в ВДВ, так и в СВ проходят службу на должностях работников штаба, специалистов связи, в службах тылового обеспечения. В воздушно-десантной службе, кроме того, существуют должности укладчика парашютов, начальника склада воздушно-десантного имущества, швеи парашютов.

Распределение респонденток по срокам службы в ВДВ представлено в таблице 2.

Таблица 2

Распределение респонденток по срокам службы в ВДВ, % (2002 год)

Категория войск	до 3-х лет	4-10 лет	11-15 лет	более 15 лет
ВДВ	35	53	8	4
СВ	7	73	18	2

Как следует из таблицы 2, наметилась устойчивая тенденция к увеличению количества женщин, поступающих на контрактную службу в ВДВ.

Распределение военнослужащих-женщин по воинскому званию представлено в таблице 3.

Таблица 3

Распределение военнослужащих-женщин по воинскому званию, %

Категория военнослужащих	ВДВ	СВ
Рядовой и сержантский состав	82	57
Прапорщики	15	41
Офицеры	3	9

Из данных таблицы 3 видно, что большинство военнослужащих-женщин в ВДВ имеют воинские звания рядового и сержантского состав.

При анализе состояния здоровья установлено, что общий уровень забо-

леваемости в ВДВ у военнослужащих-женщин рядового и сержантского состава составляет 46,0 %, а офицеров и прапорщиков – 50,7%. Госпитализация соответственно: 16,0% и 20,0%.

Ведущими в структуре болезней у военнослужащих-женщин (табл. 4) в обеих категориях являются:

- сердечно-сосудистые заболевания 46% и 43,1% (21,5% и 21,3%);
- заболевания и травмы опорно-двигательного аппарата 12,4% и 17,1% (57,0% и 86,7%);
- женские болезни 7,3% и 7,2% (33,3% и 36,7%).

Таблица 4

Структура заболеваемости военнослужащих-женщин ВДВ, %

Воинское звание	Сердечно-сосудистые заболевания	Заболевания и травмы опорно-двигательного аппарата	Женские болезни
Рядовой и сержантский состав	46	12,4	7,3
Офицеры и прапорщики	43,1	17,1	7,2

Общий травматизм в войсках подразделяется на боевой, бытовой, спортивный и травмы, полученные в результате хозяйственных работ.

В целом за 6 лет у военнослужащих в исследуемых частях произошло 937 травм. Это количество травм повлекло за собой 19293 дня трудопотерь.

Среди солдат и сержантов было 763 травмы (81,6%), у офицеров – 161 травма (91,7%) и у военнослужащих-женщин – 13 травм (1,4%).

Наибольшего внимания заслуживает травматизм боевой, который можно назвать специфической особенностью службы в ВДВ. Травмы можно получить во время воздушно-десантной подготовки в подготовительный период, а также в ходе десантирования личного состава и боевой техники, во время подготовки к тактическим учениям на специальных занятиях, а также во время наземной подготовки и выполнения прыжков с парашютом.

За исследуемый период военнослужащими получена 31 травма в период подготовки к прыжку или во время его совершения.

Количество прыжков в процессе ВДП для мужчин и женщин практически одинаково и зависит в основном от возраста и воинского звания: до 30 лет – 6 прыжков, до 35 – 5, до 40 – 4, старше 40 – 3. Генералы независимо от возраста совершают 2 прыжка в год.

Прыжки с парашютом и соответствующая предпрыжковая подготовка занимают в течение года всего несколько дней и не могут обеспечить достаточное укрепление опорно-двигательного аппарата и адаптацию к различным элементам прыжка. Для этого необходима регулярная и целенаправленная физическая подготовка.

Проведенные нами исследования отчетных документов по проверке физической подготовки среди военнослужащих-женщин в ВДВ показали, что средний балл в беге на 100 м составляет $3,5 \pm 0,84$, в кроссе на 1 км – $3,7 \pm 0,9$, в лыжной гонке на 5 км – $3,5 \pm 0,8$, в выполнении комплексно-силовых упражнений – $4,3 \pm 0,62$, в плавании – $3,5 \pm 0,68$. Следует признать, что результаты достаточно низкие. По данным журналов посещения занятий по физической подготовке и анкетирования видно, что лишь 56% военнослужащих-женщин в ВДВ

занимаются физической подготовкой и отмечают, что она плохо организована, а также то, что при проведении занятий по физической подготовке не учитывается возраст женщин.

Мы изучили адаптационные возможности военнослужащих-женщин ВДВ в сравнении с военнослужащими-мужчинами ВДВ на основе оценки некоторых психофизиологических и социально психологических характеристик личности, отражающих интегративные особенности психического и социального развития, с помощью многоуровневого личностного опросника (МЛО) «Адаптивность». Результаты представлены в таблице 5.

Таблица 5

Различия по тесту «Адаптивность» между мужчинами и женщинами в ВДВ, стень

Показатели	Мужчины ($\bar{X} \pm m$)	Женщины ($\bar{X} \pm m$)	T-Стьюдента
Адаптивность	29,36 $\pm$ 2,46	24,5 $\pm$ 2,34	1,43
Морально-нравственная нормативность	8,00 $\pm$ 0,50	5,7 $\pm$ 0,58	3,01*
Поведенческая регуляция	12,04 $\pm$ 1,79	8,75 $\pm$ 1,38	1,45
Коммуникативный потенциал	8,85 $\pm$ 0,77	10,05 $\pm$ 0,91	-1,01

* достоверные отличия $p < 0,01$

Как следует из таблицы 5, существуют достоверные отличия в характеристиках адаптационного потенциала рассматриваемых групп. Адаптационные характеристики мужчин выше, чем аналогичные показатели у женщин. Вероятно, данное явление обусловлено гетерогенными особенностями. Обнаруженное явление позволяет предположить следующее:

- адаптация военнослужащих-женщин к условиям службы будет протекать более сложно, по сравнению с мужчинами, а эффективность их деятельности в экстремальных условиях будет несколько ниже;
- необходимо более точно определить сферу профессиональной компетенции в экстремальных условиях, учитывая особенности службы в ВДВ.

Следует признать, что существующая система отбора кандидатов-женщин на военную службу в ВДВ остается еще несовершенной и требует дальнейшей доработки с целью улучшения качества физической подготовки для повышения эффективности профессиональной деятельности и адаптации к специфическим условиям службы в данном виде Вооруженных сил Российской Федерации.

ЭФФЕКТИВНОЕ ИЗМЕНЕНИЕ БИОМЕХАНИЧЕСКОЙ СТРУКТУРЫ ЛОКОМОЦИЙ В СПЕЦИАЛЬНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ РЕЖИМАХ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО МОДЕЛИРОВАНИЯ (НА ПРИМЕРЕ ЛЫЖНЫХ ГОНОК)

В.Л. Ростовцев

Метод экспериментального моделирования (МЭМ) основан на использовании внутренировочных средств с целью трансформации соревновательной структуры двигательных действий спортсменов на следующий квалификационный уровень и определения индивидуальных модельных показателей. Вне-тренировочными средствами являются технические устройства, оборудование,