

Попов А.В.<sup>1</sup>, Дмитриев Г.Г.<sup>2</sup>, Стороженко И.И.<sup>3</sup>**ВЗАИМОСВЯЗЬ УПРАЖНЕНИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ С НОРМАТИВАМИ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ МОТОСТРЕЛКОВ**<sup>1</sup>ФГБВОУ ВО «Военно-космическая академия имени А.Ф. Можайского» МО РФ, Санкт-Петербург, Россия<sup>2</sup>Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург, Россия<sup>3</sup>ФГБВОУ ВО «Военно-медицинская академия имени С.М. Кирова» МО РФ, г. СПб, ул. Ак. Лебедева, д. 6, Россия**Аннотация.** Военнослужащие мотострелковых подразделений выполняют боевые задачи в сложных условиях, под влиянием больших, а порой экстремальных нагрузок (эмоциональных, физических и психологических) [1].

Сложность задач, решаемых военнослужащими в условиях коренных изменений в тактике действий частей и подразделений, возрастание физических, моральных и психологических нагрузок предъявляет высокие требования к профессионально важным качествам военнослужащих [2].

Большое внимание в настоящее время уделяется повышению боеготовности частей и подразделений. В целом боеготовность ВС РФ зависит от качественного и количественного состава всех видов ВС. В свою очередь из боевой готовности отдельных подразделений отделения, взвода, роты и т.д. складывается боеготовность частей, соединений и, в конце концов, в общем ВС РФ [3].

**Ключевые слова:** боевая готовность, физические качества, физическая подготовленность, эмоциональная устойчивость, военно-профессиональные качества.Popov A.V.<sup>1</sup>, Dmitriev G.G.<sup>2</sup>, Storozhenko I.I.<sup>3</sup>**RELATIONSHIP OF PHYSICAL TRAINING EXERCISES WITH THE TACTICAL TRAINING STANDARDS FOR MOTOR SHOTS**<sup>1</sup> Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Military Space Academy named after A.F. Mozhaysky" Ministry of Defense of the Russian Federation, St. Petersburg, Russia<sup>2</sup> Military Institute of Physical Culture, St. Petersburg, Russia<sup>3</sup> Military Medical Academy named after S.M. Kirova Ministry of Defense of the Russian Federation, St. Petersburg, ul. Ak. Lebedeva, 6, Russia**Abstract.** Military personnel of motorized rifle units carry out combat missions in difficult conditions, under the influence of large, and sometimes extreme loads (emotional, physical and psychological) [1].

The complexity of the tasks solved by the military under the conditions of fundamental changes in the tactics of actions of units and subunits, the increase in physical, moral and psychological stress places high demands on the professionally important qualities of military personnel [2]. Much attention is currently being paid to improving the combat readiness of units and subunits. In general, the combat readiness of the RF Armed Forces depends on the qualitative and quantitative composition of all types of aircraft. In turn, from the combat readiness of individual units of the squad, platoon, company, etc. the combat readiness of units, formations and, in the end, in general, the RF Armed Forces [3].

**Keywords:** combat readiness, physical qualities, physical fitness, emotional stability, military-professional qualities.**Введение.** По мнению целого ряда военных теоретиков количественное и качественное состояние войск, которое характеризует их готовность успешно вести боевые действия, обеспечивает боевую готовность войск [4].

Накопленный, в ходе последних вооруженных конфликтов и столкновений, нашими вооруженными силами боевой опыт убедительно подтверждает устоявшееся мнение об исключительно ведущей роли человека в достижении успеха в боевых действиях. Несмотря на новейшие технические разработки в области вооружений, появление высокоточных средств поражения военнослужащие остаются решающей силой, обеспечивающей превосходство над противником.

**Цель исследования:** установление взаимосвязи выполнения нормативов тактической подготовки с уровнем физической подготовленности мотострелков.**Материалы и методы исследования.** В целях установления взаимосвязей между нормативами тактической подготовки и уровнем подготовленности военнослужащих мотострелковых подразделений по физической подготовке нами были проанализированы ведомости контрольных занятий по физической и тактической подготовке военнослужащих контрактной службы войсковой части 02511 (136 мотострелковой бригады, пос. Каменка Ленинградской области).**Результаты и обсуждение.** Все военнослужащие, участвующие в экспериментальной работе (n = 180 чел.) имели вторую возрастную группу и на период проведения работы прослужили по контракту более года. Результаты военнослужащих по физической подготовке представлены втаблице 1. Результаты проведенного анализа уровня физической подготовленности свидетельствуют о том, что наиболее развитым физическим качеством у военнослужащих является сила, которая соответствует в подтягивании на перекладине  $62,4 \pm 1,6$  балам, в подъеме перевороте на перекладине  $60,7 \pm 1,4$ , в подъеме силой на перекладине  $67,1 \pm 1,1$ , что согласно таблицы перевода баллов, набранных в одном упражнении [5], в оценку (оценочный эквивалент баллов по одному упражнению) для военнослужащих 2-й возрастной группы по контракту близко к оценке «отлично». Уровень развития быстроты в выполнении бега на 60 и 100 метров и навыков выполнения приемов рукопашного боя в среднем соответствует 45 балам – оценка «удовлетворительно». Наименее развитым является выносливость (среднее значение ниже 40 баллов) и навыки в преодолении препятствий (среднее значение ниже 35 баллов). Анализ уровня военно-профессиональной подготовленности проводился нами в выполнении нормативов тактической подготовки, обобщенные данные ведомостей контрольных занятий представлены в таблице 2. Анализ уровня военно-профессиональной подготовленности военнослужащих свидетельствует о том, что все рассмотренные нами нормативы тактической подготовке как индивидуально, так и в составе подразделения они выполняют на оценку удовлетворительно. Проведенный анализ свидетельствует о том, что уровень подготовленности военнослужащих в выполнении нормативов физической и тактической подготовки не соответствует запланированному Программой Боевой подготовки уровню подготовленности.

Таблица 1

**Результаты выполнения военнослужащими упражнений физической подготовки**

№ п/п	Исследуемые показатели	$x_{cp} \pm m$	Балл
1	Подтягивание на перекладине, кол-во раз	13,2 ± 0,27	62,4 ± 1,6
2	Подъем переворотом на перекладине, кол-во раз	7,9 ± 0,11	60,7 ± 1,4
3	Подъем силой на перекладине, кол-во раз	6,3 ± 0,11	67,1 ± 1,1
4	Бег на 60 м, с	8,5 ± 0,24	44,2 ± 2,6
5	Бег на 100 м, с	14,1 ± 0,32	46,3 ± 3,8
6	Бег на 3 км, с	844,8 ± 14,9	38,2 ± 5,7
7	Марш-бросок на 5 км в составе подразделения, с	1947,5 ± 28,6	35,0 ± 6,1
8	Марш на лыжах в составе подразделения на 5 км, с	1938,4 ± 22,7	40,4 ± 6,6
9	СКУ для личного состава мотострелковых подразделений, с	208,2 ± 9,3	33,4 ± 6,3
10	Бег с преодолением полосы препятствий в составе подразделения, с	380,4 ± 11,2	31,1 ± 5,9
11	РБ-2, балл		45,3 ± 2,3

Таблица 2

**Показатели выполнения военнослужащими нормативов тактической подготовки**

№ п/п	Нормативы	$x_{cp} \pm m$	Балл
1	Н-Т-1, военнослужащим, с	107,1 ± 2,2	3,1 ± 0,11
2	Н-Т-4, отделением, с	22,4 ± 1,0	3,2 ± 0,13
3	Н-Т-4, взводом, с	26,6 ± 0,6	3,2 ± 0,12
4	Н-Т-5, отделением, с	21,7 ± 0,8	3,3 ± 0,14
5	Н-Т-5, взводом, с	26,2 ± 0,4	3,3 ± 0,13
6	Н-Т-6, отделением, с	75,1 ± 2,6	3,2 ± 0,12
7	Н-Т-7, военнослужащим, с	25,8 ± 1,1	3,2 ± 0,12
8	Н-Т-10, перебежками, с	182,4 ± 4,7	3,1 ± 0,14
9	Н-Т-10, переползанием, с	143,7 ± 3,9	3,2 ± 0,12
10	Н-Т-10, перебежками и переползанием, с	59,6 ± 3,2	3,2 ± 0,15
11	Н-Т-11, переползанием на боку, с	49,3 ± 3,6	3,1 ± 0,14
12	Н-Т-11, перебежками, с	41,1 ± 1,2	3,0 ± 0,16
13	Н-Т-17, при действиях в пешем порядке, взвод, с	31,2 ± 2,2	2,9 ± 0,17
14	Н-Т-23, отделение, с	287,7 ± 7,2	3,3 ± 0,19
15	Н-Т-24, отделение, с	125,8 ± 4,4	3,2 ± 0,15
16	Н-Т-26, отделение, с	93,3 ± 2,7	3,1 ± 0,14

Результаты выполнения упражнений физической и тактической подготовки были подвергнуты корреляционному анализу.

Проведенный анализ позволяет сделать вывод о том, что достаточно хорошая корреляционная связь наблюдается между упражнениями, характеризующими уровень развития у военнослужащих силы (подтягивание на перекладине, подъем переворотом на перекладине, подъем силой на перекладине) и выполнением нормативов тактической подготовки Н-Т-10 переползанием ( $r = 0,76, 0,79, 0,69$ ); Н-Т-10 перебежками и переползанием ( $r = 0,63, 0,64, 0,72$ ); Н-Т-11 переползанием на боку ( $r = 0,81, 0,83, 0,73$ ).

Упражнения, характеризующие уровень развития быстроты имеют существенную корреляционную связь с нормативами: Н-Т-1 военнослужащим

( $r = 0,64, 0,66$ ), Н-Т-4 отделением ( $r = 0,65$ ), Н-Т-4 взводом ( $r = 0,75, 0,62$ ), Н-Т-5 отделением ( $r = 0,77, 0,67$ ), Н-Т-5 взводом ( $r = 0,68$ ), Н-Т-6 отделением ( $r = 0,72, 0,51$ ), Н-Т-7 военнослужащим ( $r = 0,67, 0,68$ ), Н-Т-10 перебежками ( $r = 0,59, 0,64$ ), Н-Т-11 перебежками ( $r = 0,59, 0,64$ ), Н-Т-24 ( $r = 0,51, 0,62$ ).

Выносливость характеризуется высокими корреляционными связями с нормативами Н-Т-10 перебежками и переползанием ( $r = 0,59, 0,64, 0,54$ ), Н-Т-11 переползанием на боку ( $r = 0,61, 0,57, 0,52$ ), Н-Т-17 взводом ( $r = 0,56, 0,59, 0,52$ ), Н-Т-23 отделением ( $r = 0,86, 0,84, 0,83$ ), Н-Т-24 отделением ( $r = 0,61, 0,57, 0,52$ ).

Военно-прикладные навыки, характеризующие уровень проявления скоростно-силовых качеств на достаточно высоком уровне коррелируют с нормативами Н-Т-1 военнослужащим ( $r = 0,53, 0,58$ ), Н-

T-10 перебежками ( $r = 0,59, 0,58$ ), Н-T-10 перебежками и переползанием ( $r = 0,65$ ), Н-T-11 перебежками ( $r = 0,59, 0,58$ ), Н-T-23 отделением ( $r = 0,85, 0,84$ ), Н-T-24 отделением ( $r = 0,84, 0,85$ ), Н-T-26 отделением ( $r = 0,79, 0,77$ ).

Навыки ведения рукопашного боя коррелируют с нормативами Н-T-4 взводом ( $r = 0,55$ ), Н-T-5 отделением ( $r = 0,61$ ), Н-T-7 военнослужащим ( $r = 0,52$ ), Н-T-10 перебежками ( $r = 0,57$ ). Результаты анализа зависимости профессиональной деятельности от уровня развития физических качеств говорят о том, что более успешно профессиональную деятельность выполняли военнослужащие с высоким уровнем развития основных физических качеств.

Данные результатов проведенного корреляционного анализа согласуются с мнениями военнослужащих мотострелковых подразделений различных категорий, полученными в результате проведенного анкетирования. Так, при определении значимости военно-прикладных навыков, необходимых мотострелкам для эффективной военно-

профессиональной деятельности военнослужащие свое предпочтение отдали навыкам преодоления препятствий – 32,7%, ускоренного передвижения – 27,9%, рукопашного боя – 14,4%. Основным физическим качеством была названа выносливость – 47,5% опрошенных респондентов.

В качестве основных форм физической подготовки, способствующих повышению уровня военно-профессиональной подготовленности, военнослужащие отметили учебные занятия (33,7%) и физическую тренировку в процессе учебно-боевой деятельности (31,3%).

**Заключение.** Исходя из этого, необходима разработка содержания комплексно-контрольных упражнений применительно к модулям Программы боевой подготовки в целях тренировки военнослужащих и использования данных упражнений в качестве критерия оценивания уровня их физической подготовленности по модулям обучения. Их обоснованию посвящен следующий раздел данной главы.

#### Список источников

1. Дульнев, П. А. Возможный характер будущих войн / П. А. Дульнев // Вестн. Акад. воен. наук. – 2010. – № 3. – С. 58.
2. Ендальцев, Б. В. Функциональное состояние, работоспособность военнослужащих в ходе оперативно-стратегических учений / И. И. Варжеленко, А. Н. Чиргин, М. В. Скачков // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. Научный рецензируемый журнал. – 2016. – №2 (25). – С. 222 – 226).
3. Миронов, В. В. Теория и организация служебно-прикладной физической подготовки, физической культуры и спорта: учеб. для курсантов ВИФК / В. В. Миронов, А. А. Обвинцев. – СПб. : ВИФК, 2014. – 280 с.
4. Миронов, В. В. Адаптация к физическим нагрузкам и перенос подготовленности военнослужащих – объективная основа влияния физической подготовки на боеспособность войск / В.В. Миронов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур: науч. рец. журн. – №1. – СПб., 2013. – С. 18–23.
5. Наставление по физической подготовке в ВС РФ. – М, МО РФ, 2009.
6. Григорьев С.Г. и др. Пакет прикладных программ Statgraphics на персональном компьютере. СПб, 1992. 104 с.
7. Гублер Е.В. и др. Применение критериев непараметрической статистики для оценки различий двух групп наблюдений в медико-биологических исследованиях. Москва, 1969. 31 с.
8. Степанов А.П. и др. Безопасность жизнедеятельности: Учебник / Омск, 2019. Том Часть 1 Основы безопасности жизнедеятельности. 299 с.
9. Иванов В.В. и др. Решение военно-медицинских задач с использованием общего программного обеспечения. СПб, 2019. Часть 2 MS Word. 96 с.
10. Корольков А.А., Петленко В.П. Философские проблемы теории нормы в биологии и медицине. Москва, 1977. 391 с.
11. Петленко В.П. Основные методологические проблемы теории медицины. Ленинград, 1982. 115 с.
12. Ушаков И.Б., Кукушкин Ю.А., Богомолов А.В. Физиология труда и надежность деятельности человека / Российская академия наук, Отделение биологических наук. Москва, 2008. 113 с.
13. Бехтерев В.М. Вопросы общественного воспитания. Психоневрологический институт. Москва, 1910. 41 с.
14. Зайцев Г.К. и др. Педагогика здоровья: образовательные программы по валеологии. СПб, 1994. 78 с.
15. Утенко В.Н. и др. Физическая подготовка иностранных армий. СПб, 2007. 272 с.
16. Щеголев В.А., Щедрин Ю.Н. Теория и методика здорового образа жизни с использованием средств физической культуры. СПб, 2011. 210 с.
17. Болотин А.Э. и др. Педагогическая модель физической подготовки курсантов Военно-медицинской академии им. С.М. Кирова с акцентированным развитием выносливости. Вестник Рос. воен.-мед. акад. 2016. № 1 (53). С. 256-259.
18. Сапов И.А., Солодков А.С. Состояние функций организма и работоспособность. Ленинград, 1980. 192 с.
19. Фисун А.Я. и др. Системные и надсистемные факторы медицинского обеспечения. Материалы всерос. науч.-практ. конф. 2019. С. 70-72.
20. Иванов В.В. и др. Решение военно-медицинских задач с использованием общего программного обеспечения. СПб, 2017. Часть 1 MS Excel. 185 с.