

УДК 796.011.1

**Универсальность средств физической подготовки в обеспечении готовности
военнослужащих к профессиональной деятельности**

Федоров Владимир Геннадьевич¹, доктор педагогических наук, профессор

Шустиков Геннадий Борисович¹, кандидат педагогических наук, профессор

Федоров Андрей Владимирович², кандидат педагогических наук, доцент

¹*Национальный государственный Университет физической культуры, спорта
и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург*

²*Военная академия связи имени Маршала Советского Союза С.М. Будённого*

Аннотация. В статье рассматривается проблематика обеспечения целевой готовности человека к профессиональной деятельности в контексте универсальности средств физической подготовки, анализируется состав базовых компонентов готовности в психолого-педагогическом контуре перспективных практических действий по избранной специальности, раскрывается многопрофильная направленность реализации средств физической подготовки и обосновывается двухуровневая система целенаправленной разработки комплексов средств физической подготовки внутри структурных компонентов и межкомпонентного функционального взаимодействия различных сфер профессиональной жизнедеятельности специалистов.

Ключевые слова: универсальность, средства физической подготовки, компоненты и элементы готовности, избирательность и вариативность, военно-профессиональная деятельность.

**The universality of physical training tools in ensuring the readiness
of military personnel for professional activity**

Fedorov Vladimir Gennadievich¹, doctor of pedagogical sciences, professor

Shustikov Gennady Borisovich¹, candidate of pedagogical sciences, professor

Fedorov Andrey Vladimirovich², candidate of pedagogical sciences, associate profes-

sor

¹*Lesgaft National State University of Physical Culture, Sports and Health, St. Petersburg*

²*Military Academy of Communications named after Marshal of the Soviet Union S.M. Budyonny*

Abstract. The article examines the problems of ensuring a person's targeted readiness for professional activity in the context of the universality of physical training tools, analyzes the composition of the basic components of readiness in the psychological and pedagogical contour of promising practical actions in the chosen specialty. The multidisciplinary orientation of the implementation of physical training tools is revealed and a two-level system of purposeful development of complexes of physical training tools within structural components and inter-component functional interaction of various spheres of professional activity of specialists is substantiated.

Keywords: versatility, means of physical training, components and elements of readiness, selectivity and variability, military professional activity.

ВВЕДЕНИЕ. Военно-профессиональная деятельность предъявляет существенные требования к уровню целевой готовности личного состава к профильным действиям, поскольку непосредственно сопряжена с высокими физическими нагрузками динамического и статического характера, а также повышенной психической напряженностью в процессе решения разнообразных боевых задач.

Современная практика ведения боевых действий лишь актуализирует данную проблематику, при этом акцентируя внимание на статусности взаимодействия как между подразделениями, так и военнослужащими конкретных воинских эки-

пажей или боевых расчетов, что предопределяет направленность специальной подготовки личного состава.

ПРОБЛЕМАТИКА ИССЛЕДОВАНИЯ. Крылатое выражение великого победоносного полководца Александра Васильевича Суворова «Тяжело в учении – легко в бою!», вероятно частично интерпретированного из «Тяжело в учении – легко в походе ...», сохраняет свою актуальность и в настоящее время.

Безусловно, в обязательном порядке надо акцентировать внимание на том, что в походе, а тем более в бою, легко не бывает, поскольку все действия сопряжены со смертельной опасностью. В то же время здесь важен посыл на необходимость целенаправленной предварительной подготовки, в частности: «Учить войска тому, что необходимо на войне!».

В данном контексте следует отметить, что система физической подготовки в ВС РФ предусматривает ее проведение как в мирное, так и в военное время [1]. Здесь важно подчеркнуть необходимость использования опыта современных боевых действий, в том числе с применением новых видов вооружения, в частности, дронов, которые создают дополнительное нервно-психическое напряжение.

Сообразуясь с данными обстоятельствами, целенаправленно развивается военно-физкультурное образование [2, 3], исследуется проблематика взаимосвязи формируемых компетенций и содержания базовых атрибутов обучения в процессе физической подготовки [4], анализируется состояние физической подготовки применительно к конкретным воинским специальностям с практическими действиями в полевых условиях [5, 6], обосновывается специфичная направленность и ценностные ориентиры физической подготовки в процессе военно-профессиональной деятельности [7].

При этом важно акцентировать внимание на различных сферах функционирования организма человека и целенаправленного влияния на них средств физической подготовки, что в целом должно способствовать обеспечению целевой готовности личного состава к предстоящей военно-профессиональной деятельности.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Проведенные исследования позволили сконцентрировать внимание в контуре целенаправленного формирования целевой готовности военнослужащих к профессиональной деятельности на базовых системообразующих компонентах комплексной дееспособности личного состава (рисунок 1).

В своей основе они характеризуются спецификой практических военно-профессиональных приемов и действий, физической работоспособностью, проявлением определенных взаимоотношений на фоне эмоционально-волевого напряжения при последующих действиях рекреационно-оздоровительного характера и восстановительных мероприятий, базирующихся на образовательно-интегрирующем компоненте как связующем звене в комплексной реализации разнообразных средств физической подготовки.

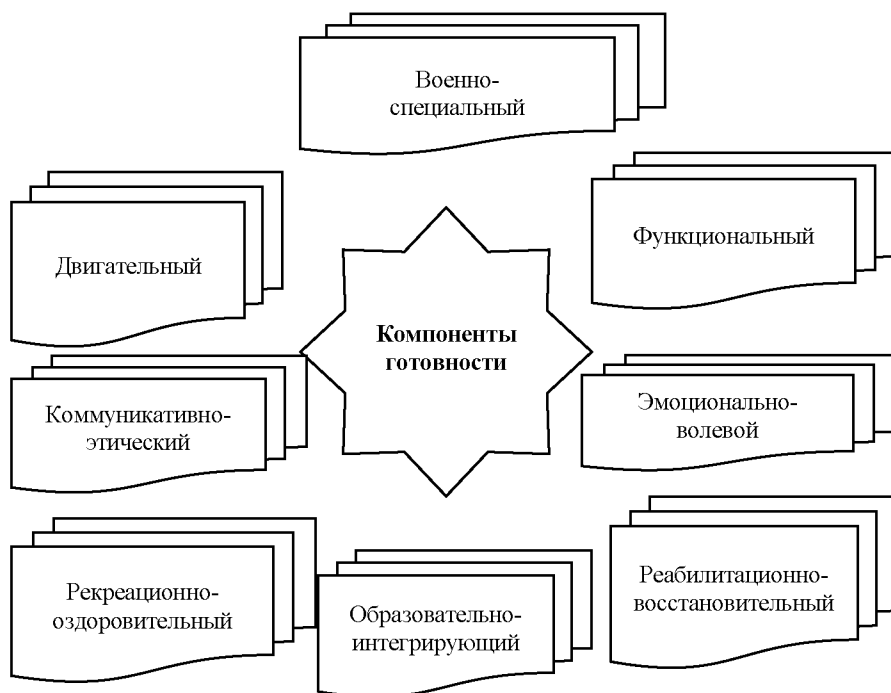


Рисунок 1 – Структурно-содержательные компоненты целевой готовности военнослужащих к профессиональной деятельности

Предметно базовые компоненты готовности военнослужащих к решению профессиональных задач представляют собой сферы активного избирательного воздействия средств физической подготовки на различные составляющие жизнедеятельности человека (таблица 1).

Это предопределяет их универсальность в системном процессе подготовки военнослужащих к специализированным практическим действиям сначала в процессе подготовки, а затем – реализации в боевых условиях.

Военно-специальный компонент предопределяет методологическую направленность служебно-прикладной физической подготовки и реализуется на основе тех практических действий, которые выполняют военнослужащие. Важно подчеркнуть, что сама военно-профессиональная деятельность характеризуется, с одной стороны, высокой двигательной активностью, например, личного состава штурмовых подразделений, а с другой – ограниченной активностью и мобильностью, например, операторов дронов. В соответствии с этим должно конструироваться содержание физической подготовки.

Двигательный компонент обеспечивает основу проявления физических кондиций человека в процессе военно-профессиональной деятельности, прежде всего, за счет целенаправленного развития физических качеств и формирования основополагающих двигательных навыков. Это фундамент для реализации служебно-прикладной физической подготовки!

Таблица 1 – Вариативные возможности средств физической подготовки в компонентном составе целевой готовности военнослужащих

Компоненты готовности	Элементы готовности	Вариативность воздействия средств физической подготовки
Военно-специальный	♦ профессиональные практические действия в процессе решения специальных задач	♦ передвижения на поле боя в пешем порядке и на различных видах боевой техники; ♦ преодоление естественных препятствий; ♦ многократное заряжание орудий; ♦ переноска раненых; ♦ управление дронами и др.
Двигательный	♦ военно-прикладные навыки; ♦ физические качества	♦ рукопашный бой, преодоление препятствий, военно-прикладное плавание, передвижение на лыжах и др.; ♦ упражнения для развития качеств
Функциональный	♦ функциональные системы; ♦ показатели физического развития	♦ сочетание упражнений аэробного и анаэробного характера для повышения работоспособности функциональных систем во взаимосвязи с ростом, массой тела, ЖЕЛ, динамометрии и др.
Коммуникативно-этический	♦ взаимодействие; ♦ характер взаимоотношений	♦ спортивные и подвижные игры, упражнения с гандикапом, эстафеты, командные соревнования, единоборства и др.
Эмоционально-волевой	♦ эмоции (гнев, страх, радость и др.); ♦ волевые качества (выдержка, смелость, решительность и др.)	♦ соревновательные упражнения и др. ♦ передвижения по узкой опоре и на различной высоте, прыжки с различной высоты, в том числе в воду, упражнения в парах с заведомо сильным соперником и др.
Рекреационно-оздоровительный	♦ оздоровительные мероприятия	Упражнения в естественных условиях среды обитания, массаж, баня-парилка, бассейн, прогулки, гигиенические процедуры и др.
Реабилитационно-восстановительный	♦ восстановление трудоспособности	♦ характерные действия, способствующие восстановлению естественных движений после травм или ранений
Образовательно-интегрирующий	♦ совокупность специальных знаний и методических умений	♦ вариативное использование комплексов упражнений из двух и более компонентов целевой готовности военнослужащих

Функциональный компонент гармонично взаимосвязан с двигательным компонентом. Известны такие выражения, как «ноги бегут, а дышалки не хватает» или «дыхание свободно, а ноги заплетаются», что характеризует неразрывную связь данных структурно-содержательных компонентов. При этом значимую роль приобретают показатели физического развития, поскольку в контрактной армии возрастные параметры значительно расширены, а специальные задачи решаются в составе единых воинских коллективов, например, экипажей, расчетов и др.

Коммуникативно-этический компонент обусловлен выраженным характером соблюдения воинской субординации и соответствующей реакцией на различ-

ные команды и распоряжения, что характерно для предложенных средств физической подготовки и пусть опосредованно, но влияет на характер поведения в процессе решения коллективных задач.

Эмоционально-волевой компонент характеризуется проявлением личностных качеств в экстремальных ситуациях. Реализация соответствующих физических упражнений в практике подготовки военнослужащих активно способствует формированию устойчивости личного состава к различным неблагоприятным факторам военно-профессиональной деятельности и существенной эмоциональной разрядке после напряженной деятельности.

Рекреационно-оздоровительный компонент обусловлен, прежде всего, необходимостью организованного отдыха после продолжительного выполнения специальных задач и планомерного обеспечения последующей готовности к практическим действиям.

Реабилитационно-восстановительный компонент реализуется в случае получения травм или ранений, когда существует крайняя необходимость использовать для восстановления работоспособности соответствующих физических упражнений.

Образовательно-интегрирующий компонент обусловлен необходимостью методически грамотно осуществлять процесс разносторонней подготовки военнослужащих к военно-профессиональной деятельности не только под руководством специалистов, но и самостоятельно.

Таким образом, представленная характерная вариативность реализуемых средств физической подготовки способствует обеспечению интегрирующей целевой готовности личного состава к военно-профессиональной деятельности.

ВЫВОДЫ

1. Характерная психолого-педагогическая многопрофильность средств физической подготовки с реализацией целевой установки на комплексное обеспечение готовности военнослужащих к профессиональной деятельности свидетельствует об их *универсальности* в контексте комплексного влияния на различные сферы жизнедеятельности человека.

2. *Универсальность* средств физической подготовки характеризуется двумя взаимосвязанными уровнями:

первый – внутри каждого компонента целевой готовности военнослужащих к профессиональной деятельности;

второй – взаимосочетанием двух и более системных компонентов целевой готовности личного состава к решению задач служебной деятельности.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Миронов В. В., Шейченко В. А., Федоров В. Г. Обоснование концепции непрерывного обучения руководителей физической подготовки в учебных заведениях Министерства обороны Российской Федерации // Военно-профессиональное обучение и физическая подготовка. Выпуск 6. Санкт-Петербург : Военный университет, 1994. С. 7–11.
2. Миронов В. В., Федоров В. Г. Педагогические аспекты совершенствования системы непрерывного военно-физкультурного образования // Теория и методика физической подготовки. 1994. № 1. С. 43–51.
3. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2023). Приказ МО РФ от 20 апреля 2023 г. № 230. Москва, 2023. 145 с.
4. Федоров А. В., Андросов А. М., Буздов А. Ю., Стовбур А. П., Зубакин В. П. Специфика

реализации средств физической подготовки военнотружущих-связистов в полевых условиях // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2020. № 2 (180). С. 430–435.

5. Федоров А. В., Стовбур А. П., Буздов А. Ю. Взаимосвязь формируемых компетенций и содержания базовых атрибутов обучения курсантов в процессе физической подготовки // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. № 1 (155). С. 260–264.

6. Федоров В. Г., Федоров А. В., Стовбур А. П. Базовые сферы гармонизации физической подготовки в педагогическом контуре развития военно-физкультурного образования // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 7 (197). С. 368–371.

7. Федоров В. Г., Федоров А. В., Юров А. С. Структурирование практических действий военнотружущих-связистов в полевых условиях для приоритетного развития физических качеств // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 9 (199). С. 299–302.

REFERENCES

1. Mironov V. V., Sheichenko V. A., Fedorov V. G. (1994), «Substantiation of the concept of continuous training of managers of physical training in educational institutions of the Ministry of Defense of the Russian Federation», *Military vocational training and physical training. Volume Issue 6*, pp. 7–11.

2. Mironov V. V., Fedorov V. G. (1994), «Pedagogical aspects of improving the system of continuous military physical education», *Theory and methodology of physical training*, No. 1, pp. 43–51.

3. Manual on physical training in the Armed Forces of the Russian Federation (NFP-2023). Order of the Ministry of Defense of the Russian Federation dated April 20, 2023 No. 230. Moscow, 145 p.

4. Fedorov A. V., Androsov A. M., Buzdov A. Y., Stovbur A. P., Zubakin V. P. (2020), «The specifics of the implementation of means of physical training of military signalers in the field», *Scientific notes of the P.F. Lesgaft University*, No. 2 (180), pp. 430–435.

5. Fedorov A.V., Stovbur A.P., Buzdov, A.Y. (2018) «The relationship between the competencies being formed and the content of the basic attributes of training cadets in the process of physical training», *Scientific notes of the P.F. Lesgaft University*, No. 1 (155). pp. 260-264.

6. Fedorov V. G., Fedorov A.V., Stovbur A. P. (2021), «Basic spheres of harmonization of physical training in the pedagogical contour of the development of military physical education» *Scientific notes of the P.F. Lesgaft University*, No. 7(197), pp. 368–371.

7. Fedorov V. G., Fedorov A.V., Yurov, A. S. (2021), «Structuring the practical actions of military signalers in the field for the priority development of physical qualities», *Scientific notes of the P.F. Lesgaft University*, No. 9 (199), pp. 299–302.

Поступила в редакцию 18.01.2024.

Принята к публикации 12.02.2024.