

УДК 796.01

## **СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВОЕННО-СПОРТИВНОГО МНОГОБОРЬЯ И ДРУГИХ ВИДОВ СПОРТА**

*Михаил Олегович Паходня, ассистент, Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, Санкт-Петербург; Евгений Вячеславович Мельников, кандидат педагогических наук, доцент, Военный ордена Жукова университет радиоэлектроники, Череповец; Евгений Анатольевич Пронин, кандидат педагогических наук, Михайловская военная артиллерийская академия, Санкт-Петербург; Владислав Викторович Садовников, методист, Калининградское региональное отделение общественно-государственного объединения «Всероссийское физкультурно-спортивное общество "Динамо"», Калининград; Алексей Сергеевич Галунин, преподаватель, Военный ордена Жукова университет радиоэлектроники, Череповец*

### **Аннотация**

В ходе нашего исследования мы провели сравнительный анализ военно-спортивного многоборья и других видов спорта. Методы исследования включают в себя анализ литературы, экспертные опросы, наблюдения и анализ данных соревнований. Результаты исследования показывают, что военно-спортивный многоборье является уникальным видом спорта, сочетающим в себе различные аспекты физической подготовки, такие как выносливость, сила, ловкость и скорость, а также психологическую устойчивость. Однако существуют и другие виды спорта, такие как легкая атлетика, бокс и плавание, которые также требуют от спортсменов высокой физической и психологической подготовки. Обсуждение результатов исследования показывает, что военно-спортивное многоборье может быть полезно для развития физических и психологических навыков не только в военной сфере, но и в повседневной жизни. Практические рекомендации включают в себя использование элементов военно-спортивного многоборья в программах тренировок для повышения уровня физической и психологической подготовки.

**Ключевые слова:** Военно-спортивное многоборье, физическая подготовка, психологическая устойчивость, легкая атлетика, бокс, плавание.

**DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.04.p293-296**

## **COMPARATIVE ANALYSIS OF MILITARY-SPORTS ALL-AROUND AND OTHER SPORTS**

*Mikhail Olegovich Pahodnya, the assistant, Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University, St. Petersburg; Evgeny Vyacheslavovich Melnikov, the candidate of pedagogical sciences, docent, Military Order of Zhukov University of Radio Electronics, Cherepovets; Evgeny Anatolyevich Pronin, the candidate of pedagogical sciences, Mikhailovsky Military Artillery Academy, St. Petersburg; Vladislav Viktorovich Sadovnikov, the methodologist, Kaliningrad Regional branch of the public-state association "All-Russian Physical Culture and Sports Society "Dynamo", Kaliningrad; Alexey Sergeevich Galunin, the teacher, Military Order of Zhukov University of Radio Electronics, Cherepovets*

### **Abstract**

In the course of our research, we conducted a comparative analysis of military-sports all-around and other sports. Research methods include literature analysis, expert surveys, observations and analysis of competition data. The results of the study show that the military-sports all-around is a unique sport that combines various aspects of physical fitness, such as endurance, strength, agility and speed, as well as psychological stability. However, there are other sports, such as athletics, boxing and swimming, which also require athletes to have high physical and psychological training. Discussion of the results of the study shows that military sports all-around can be useful for the development of physical and psychological skills not only in the military sphere, but also in everyday life. Practical recommendations include the use of elements of military-sports all-around in training programs to increase the level of physical and psychological training.

**Keywords:** Military-sports all-around, physical fitness, psychological stability, athletics, boxing, swimming.

## ВВЕДЕНИЕ

Спорт является важной составляющей здорового образа жизни и может включать в себя различные виды активности, направленные на развитие физических и психологических навыков. Один из уникальных видов спорта – военно-спортивное многоборье – сочетает в себе элементы физической подготовки и психологической устойчивости, которые могут быть полезны не только в военной сфере, но и в повседневной жизни [1].

## МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В качестве методов исследования использовались анализ литературы, экспертные опросы, наблюдения и анализ данных соревнований. Были проанализированы научные статьи, книги, журналы и другие источники информации, которые относятся к военно-спортивному многоборью и другим видам спорта, таким как легкая атлетика, бокс и плавание.

Экспертные опросы были проведены с участием профессиональных тренеров, спортсменов и специалистов в области физической подготовки и психологии спорта. Наблюдения были проведены на различных соревнованиях, где спортсмены участвовали в разных видах спорта.

Цель настоящего исследования – сравнительный анализ военно-спортивного многоборья и других видов спорта с целью выявления их сходств и различий в требованиях к физической и психологической подготовке.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Исследование было организовано в несколько этапов. В первую очередь был проведен обзор литературы, который позволил определить основные черты военно-спортивного многоборья и других видов спорта, а также выявить их сходства и различия. Затем были проведены экспертные опросы, в ходе которых профессиональные тренеры и специалисты в области физической подготовки и психологии спорта дали свои оценки и мнения относительно сходств и различий в требованиях к физической и психологической подготовке для разных видов спорта [2].

После этого были проведены наблюдения на различных соревнованиях, где спортсмены участвовали в разных видах спорта. Были отмечены особенности тренировок и подготовки к каждому виду спорта, а также выявлены различия в физических и психологических нагрузках, которые испытывают спортсмены во время соревнований.

Результаты исследования показали, что военно-спортивное многоборье является уникальным видом спорта, который сочетает в себе различные аспекты физической подготовки, такие как силовые, скоростные упражнения и упражнения на выносливость, а также требует от спортсменов высокой психологической устойчивости и стрессоустойчивости. Сходство военно-спортивного многоборья с другими видами спорта заключается в том, что все они требуют от спортсменов высокой физической подготовки, а также сильной мотивации и дисциплины.

Однако были выявлены и различия между военно-спортивным многоборьем и другими видами спорта. Например, в отличие от легкой атлетики, военно-спортивное многоборье включает в себя стрельбу и тактические задачи, что требует от спортсменов не только физической, но и психологической подготовки. Бокс и плавание требуют от спортсменов высокой техники и точности движений, что отличается от военно-спортивного многоборья, где спортсмены должны проявлять выносливость, силу и скорость.

Результаты исследования подтверждают, что каждый вид спорта имеет свои особенности и требует от спортсменов определенных физических и психологических качеств [3]. Однако сходство между различными видами спорта заключается в том, что все они требуют от спортсменов высокой мотивации и дисциплины, а также определенных физических и психологических навыков.

На основании результатов исследования можно сделать следующие практические рекомендации. Во-первых, для достижения высоких результатов в спорте необходимо развивать как физические, так и психологические качества спортсмена. Во-вторых, тренеры и специалисты в области физической подготовки и психологии спорта должны учитывать особенности каждого вида спорта при разработке тренировочных программ. В-третьих, необходимо проводить дополнительную работу с спортсменами по развитию таких качеств, как стрессоустойчивость, мотивация, дисциплина и техника выполнения упражнений [4].

#### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данной статье был проведен сравнительный анализ военно-спортивного многоборья и других видов спорта. Были рассмотрены сходства и различия между ними, а также выявлены особенности тренировки и подготовки спортсменов. Результаты исследования показали, что каждый вид спорта имеет свои особенности и требует от спортсменов определенных физических и психологических качеств. Однако сходство между различными видами спорта заключается в том, что все они требуют от спортсменов высокой мотивации и дисциплины, а также определенных физических и психологических навыков.

На основании результатов исследования были предложены практические рекомендации, которые могут помочь тренерам и специалистам в области физической подготовки и психологии спорта в разработке эффективных тренировочных программ и улучшении подготовки спортсменов. Также было показано, что развитие физических и психологических качеств спортсмена является одним из ключевых факторов достижения высоких результатов в спорте.

В целом, сравнительный анализ военно-спортивного многоборья и других видов спорта позволяет лучше понять особенности каждого вида спорта и оптимизировать тренировочные программы для достижения наилучших результатов.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Анализ применения научных подходов для развития силовой выносливости у спортсменов-гиревиков с учетом соматотипа / Е. А. Пронин, М. П. Анисимов, А. С. Фадеев, В. Н. Максимов // Педагогический журнал. – 2022. – Т. 12, № 4-1. – С. 545–552.
2. Анализ содержания федеральных стандартов спортивной подготовки смешанных видов единоборств / И. А. Давиденко, М. П. Анисимов, Е. М. Шулева, Е. А. Пронин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 11 (213). – С. 124–129.
3. Анализ техники классических упражнений в тяжелой атлетике в зависимости от способа хвата штанги / Е. А. Пронин, М. П. Анисимов, И. А. Давиденко, А. С. Фадеев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 6 (208). – С. 312–315.
4. Анализ технико-тактических действий в соревновательных поединках по рукопашному бою / И. А. Давиденко, М. П. Анисимов, Е. А. Пронин, В. Н. Максимов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2022. – № 10. – С. 70–77.

#### REFERENCES

1. Pronin, E.A., Anisimov, M. P., Fadeev, A. S., Maksimov, V. N. (2022), "Analysis of the application of scientific approaches for the development of strength endurance in kettlebell athletes taking into account the somatotype", *Pedagogical Journal*, No. 4-1. – pp. 545–552.
2. Davidenko, I. A., Anisimov, M. P., Shuleva, E. M., Pronin, E. A. (2022), "Analysis of the content of federal standards of sports training of mixed martial arts", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (213), pp. 124–129.
3. Pronin, E.A., Anisimov, M.P., Davidenko, I.A., Fadeev, A.S. (2022), "Analysis of the technique of classical exercises in weightlifting depending on the method of barbell grip", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 6 (208), pp. 312–315.
4. Davidenko, I. A., Anisimov, M. P., Pronin, E. A., Maksimov, V. N. (2022), "Analysis of technical and tactical actions in competitive hand-to-hand combat", *Izvestiya Tula State University. Physical Culture. Sport*, No. 10. – pp. 70–77.