

3. Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В. Верхошанский. – Москва : Советский спорт, 2013. – 216 с.
4. Головачев А.И. Современные методические подходы контроля физической подготовленности в лыжных гонках / А.И. Головачев, В.И. Колыхматов, С.В. Широкова // Вестник спортивной науки. – 2018. – № 4 (122). – С. 139–144.
5. Грушин А.А. Функциональные показатели работоспособности и спортивный результат у элитных лыжниц-гонщиц / А.А. Грушин, А.Г. Баталов, В.Д. Сонькин // Вестник спортивной науки. – 2013. – № 3. – С. 3–9.
6. Елисеева И.И. Общая теория статистики: учебник / И.И. Елисеева, М.М. Юзбашев. – 5-е изд., перераб. и доп. – Москва : Финансы и статистика, 2004. – 656 с.
7. Ермаков В.В. Биодинамика двигательных действий лыжников-гонщиков: монография / В.В. Ермаков, А.В. Гурский. – Смоленск, СГАФКСТ, 2017. – 308 с.
8. Листопад И.В. Скоростно-силовая подготовленность лыжников-гонщиков разной квалификации и методика ее совершенствования: автореф. ... дис. канд. пед. наук / Листопад Иван Викторович. – Киев, 1983. – 26 с.
9. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2015. – 1431 с.
10. Стародубцев Г.В. Исследование эффективности отдельных контрольных упражнений и оценочные нормативы по общей и специальной физической подготовке лыжников-гонщиков / Г.В. Стародубцев // Лыжный спорт: Сб. ст. / сост.: В.Н. Манжосов, В.П. Маркин, Л.Ю. Рейзер. – Москва, 1980. – Вып. 1. – С. 21–23.

REFERENCES

1. Boush, R.L. (2001), "Influence of the properties of the external environment on the speed-force characteristics of movements", *Materials of the joint scientific and practical conference of RGAFK, MGAFK and VNIIFK*, Moscow, pp. 219–222.
2. Verkhoshansky, Yu.V. (1968), "Shock" method of development of "explosive" force", *Theory and practice of physical culture*, No. 8, pp. 59–63.
3. Verkhoshansky, Yu.V. (2013), *Fundamentals of special strength training in sport*, Soviet Sport, Moscow.
4. Golovachev, A.I., Kolykhmatov, V.I. and Shirokova, S.V. (2018), "Modern methodological approaches to control physical fitness in cross-country skiing", *Bulletin of Sports Science*, No. 4 (122), pp. 139–144.
5. Grushin, A.A., Batalov, A.G. and Sonkin, V.D. (2013), "Functional performance indicators and sports result in elite female skiers", *Bulletin of Sports Science*, No. 3, pp. 3–9.
6. Eliseeva, I.I. and Yuzbashev, M.M. (2004), *General theory of statistics: textbook*, 5th ed., reprint and additional, Finance and Statistics, Moscow.
7. Ermakov V.V. and Gursky A.V. (2017), "Biodynamics of motor actions of ski racers", monograph, Smolensk.
8. Listopad, I.V. (1983), *Speed and strength training of skiers-riders of different qualifications and methods of its improvement*, dissertation, Kiev.
9. Platonov, V. N. (2015), *The system of training athletes in Olympic sports*, Olympic Literature, Kiev.
10. Starodubtsev, G.V. (1980), "Investigation of the effectiveness of individual control exercises and evaluation standards for general and special physical training of ski racers", *Skiing, collection of articles*. Issue 1, Moscow, pp. 21–23.

Контактная информация: chernova.vn@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 02.05.2023

УДК 378.147

МОДЕЛИРОВАНИЕ УСЛОВИЙ ВООРУЖЕННОГО КОНФЛИКТА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Роман Александрович Гуца, кандидат педагогических наук, преподаватель Новосибирский военный ордена Жукова институт имени генерала армии И.К. Яковлева войск

национальной гвардии РФ, Новосибирск; Андрей Николаевич Нежелской, кандидат педагогических наук, доцент, Новосибирский государственный университет экономики и управления, Новосибирск

Аннотация

Введение. Росгвардия – это воюющие войска, в исследовании изложены вопросы совершенствования организации и методики проведения занятий по физической подготовке в Новосибирском военном институте войск национальной гвардии. Целью исследования является определение методических особенностей и условий применения метода моделирования (ситуационных заданий) на занятиях по физической подготовке для формирования у будущих офицеров прикладных навыков, ориентированных на реальные условия и опыт проведения специальной военной операции. Результаты исследования и их обсуждение. В ходе проведенного исследования сформулированы методические рекомендации для качественной организации занятий в ходе которого моделируются условия вооруженного конфликта, апробирован алгоритм, позволяющий руководителям (преподавателям) воспроизводить на занятиях обстановку максимально совпадающую с реальной (боевой) в зоне специальной военной операции. Выводы. При моделировании условий вооруженного конфликта необходимо предусмотреть включение упражнений и действий, которые имеют наиболее практическое и прикладное значение для эффективных действий в зависимости от вида боя, имеющие в своей структуре элементы военно-профессиональных приемов и действий военно-профессиональных дисциплин, выполняемых в полной боевой экипировке.

Ключевые слова: физическая подготовка, военное образование, методика, профессиональная подготовка, моделирование, вооруженный конфликт, курсанты.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.05.p143-149

MODELING CONDITIONS OF ARMED CONFLICT IN PHYSICAL TRAINING CLASSES

Roman Aleksandrovich Gushcha, the candidate of pedagogical sciences, Novosibirsk Military Order of Zhukov Institute named after Army General I.K. Yakovlev of the National Guard of the Russian Federation, Novosibirsk; Andrej Nikolaevich Nezhelskoi, the candidate of pedagogical sciences, docent Novosibirsk State University of Economics and Management, Novosibirsk

Abstract

Rosgvardia is a warring army, the study sets out issues of improving the organization and methodology of physical training classes at the Novosibirsk Military Institute of the National Guard. The purpose of the study is to determine the methodological features and conditions for the use of the modeling method (situational tasks) in physical training classes to form applied skills for future officers, oriented to real conditions and experience in conducting a special military operation. The purpose of the study is to determine the methodological features and conditions for applying the modeling method (situational tasks) in physical training classes, which allow satisfying the request of the command of the National Guard troops in future officers capable of effectively performing tasks in the zone of a special military operation. Study results and discussion. In the course of the study, methodological recommendations were formulated for the high-quality organization of classes during which the conditions of armed conflict are simulated, an algorithm was tested that allows managers (teachers) to reproduce the situation in the classes as much as possible coinciding with the real (combat) situation in the zone of a special military operation. Conclusions. When modeling the conditions of armed conflict, it is necessary to provide for the inclusion of exercises and actions that are of the most practical and applied importance for effective actions depending on the type of battle, which have in their structure elements of military-professional techniques and actions of military-professional disciplines performed in full combat equipment.

Keywords: physical training, military education, methodology, professional training, modeling, armed conflict, cadets.

ВВЕДЕНИЕ

Опыт применения войск национальной гвардии в специальной военной операции, специфика выполнения ими задач на новых освобожденных территориях в условиях

вооруженного конфликта, таких как обеспечение общественной безопасности и охрана правопорядка, освобождение от националистических вооруженных формирований, зачистка опорных пунктов противника, штурм населенных пунктов, обеспечение охраны важных объектов инфраструктуры и транспортных коммуникаций, а также оказание содействия и гуманитарной помощи мирным жителям подтолкнула командование войск национальной гвардии к пересмотру подходов к обучению будущих офицеров в Новосибирском военном институте войск национальной гвардии, в том числе актуализации методов, форм и средств физической подготовки военнослужащих для действий в условиях полномасштабного вооруженного конфликта.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование проводилось на базе военного вуза Росгвардии города Новосибирска с февраля 2022 по февраль 2023 гг. На первом этапе исследования нами проводился контент-анализ документальных материалов по данной проблеме исследования. На втором этапе было проведено опрос участников СВО. Всего в опросе приняло участие 40 офицеров, 30 человек – офицеры, выпускники военного института, находящиеся на командных должностях и 10 человек – офицеры, начальники физической подготовки и спорта своих подразделений.

На основании анализа научных работ была определена цель исследования, задачи и методы.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ научных работ, посвященных методике подготовки военнослужащих для выполнения боевых задач [2, 4, 6, 7], позволяет сделать следующие выводы: во-первых, физическая подготовка в военном институте должна строиться на принципе прикладности.

Данный принцип предусматривает использование в процессе занятий по физические подготовки упражнений и действий, которые имеют наиболее практическое и прикладное значение для эффективных действий в зависимости от вида боя. Так Гуца Р.А., Кулеш П.В. в своих работах рекомендуют использовать высокоинтенсивные комплексные, многосуставные упражнения на все тело и схватки по боевому самбо (спарринги) приближенные к реальности (в полной экипировке), направленные на включение всех систем энергообеспечения мышц и имеющие максимальный нейроэндокринный отклик у курсантов [6]. Связано это в первую очередь, с тем, что мышцы верхней части тела отвечают за переноску оружия, манипуляции с оружием, переползание, «карабкань» по естественным и искусственным препятствиям. Мышцы нижней части тела отвечают за передвижение на местности, во время боя, а также за скорость смены изготровки для стрельбы.

Степкин М.А. в своих работах также рекомендует включать в программу обучения по учебной дисциплине «Физическая подготовка» специально-подготовительные физические упражнения, имеющие в своей структуре двигательные операции военно-профессиональных приемов и действий, их связи и вариации. [7]

Отметим, что анализ опроса выпускников военного института, участников СВО выявил, что основной физической нагрузкой при выполнении боевых задач является ходьба в среднем темпе с грузом весом 20–30 кг по среднепересеченной местности в течение 2-3 дней, а основными прикладными действиями являются: перебежки от укрытия к укрытию к объекту штурма, марш в полном снаряжении, переноска раненого и грузов (боеприпасов). Также они отметили, что тактика ведения боя на территории Украины значительно отличается от тактики применения войск в Сирии.

Надо отметить, что, опыт участия войск на территории Сирии был учтен при разработке Наставления по физической подготовке в войсках национальной гвардии 2018 года (НФП-2018). В наставление был включен раздел специальной функциональной подготовки на основе высокоинтенсивных комплексных, многосуставных упражнения на все тело, в

том числе выполняемых в полной боевой экипировке, а в сборнике нормативов значительно увеличилось количество контрольных специальных упражнений, выполняемых в полной боевой экипировке, включающие в себя прикладные навыки и умения. Для сравнения: если в НФП-2005 года было включено 47 упражнений, из них 13 упражнений можно отнести к специальным упражнениям включающие в себя прикладные навыки и умения, то в НФП-2018 года включено 100 упражнений, из которых 32 упражнения можно отнести к специальным упражнениям включающие в себя прикладные навыки и умения, что позволяет специалистам физической подготовки более качественно подходить к их выбору для подготовки будущих офицеров в соответствии с их предназначением и театром военных действий.

Во-вторых, в условиях вооруженного конфликта военнослужащим приходится действовать в полной боевой экипировке, вести огонь из стрелкового оружия, применять приемы борьбы и задержания, быстро ориентироваться, анализировать и оценивать боевую обстановку, грамотно использовать подручные средства, при этом умело управлять своим подразделением, в связи с чем для формирования у будущих офицеров данных прикладных навыков в образовательной деятельности военного института на занятиях по физической подготовке и в часы спортивно-массовой работы необходимо:

- активнее использовать средства военно-прикладных видов спорта, в том числе и единоборств (служебное двоеборье, самбо, боевое самбо, стрельба из табельного оружия, практическая стрельба, прикладное плавание в обмундировании);

- включать в основную часть занятия специально-подготовительные физические упражнения, включающие элементы военно-профессиональных приемов и действий военно-профессиональных дисциплин (ТСБП, ТСП, МО, Связь, ОП и др.), тут следует отметить, что упражнение только в том случае считается специально-подготовительным, если в них есть сходство с избранными военно-профессиональными действиями, например: перебежки, переползания, способы приближения к зданию в бою, переноска грузов, патронных ящиков, преодоление и форсирование водных преград, вынос раненого с поля боя, преодоление препятствий, применения имитационных средств, взрыв пакетов, холостых патронов, создание искусственных и естественных препятствия, изучение боевого применение оружия, имитация выдвижения подразделений в районы развертывания сил и средств, удержание оружия для ведения огня и т. д;

- моделировать условия которые имеют место быть в реальном боестолкновении (время года, время суток, рельеф местности, применение противником артиллерии и химического оружия, использование противником беспилотников, увеличение площади и глубины ведения боевых действий, активное противодействие противника, сложность эвакуации подразделений в условиях ведения боя, большая весовая нагрузка, переносимая военнослужащими на своих плечах, постоянным накоплением нервного и физического напряжения), как пример, 6 часовые полевые занятия, которые проводятся в военном институте со взводами специального назначения в формате командной военно-спортивной игры, в процессе которой курсанты, имитируют действия различных боевых ситуаций. Для обеспечения мер безопасности, вместо боевого оружия можно использовать страйкбольное оружие.

Об эффективности такого подхода пишет А. А. Гофман, который утверждает «...что многие моменты оперативного взаимодействия невозможно отрабатывать с боевыми патронами, а при «холостой» стрельбе теряется ощущение опасности и реальности ситуации, ... использование страйкбольного оружия в учебно-тренировочном процессе полезно и учит выполнять поставленные задачи наиболее эффективным способом» [1].

Под моделированием условий вооруженного конфликта мы имеем в виду имитационное моделирование в ходе занятий по физической подготовке, где фиксируются определенные события и состояния боевых ситуаций в различных условиях обострения обстановки, в которых требуется применить прикладные навыки.

В рамках нашего исследования целью моделирования на занятиях по физической подготовке мы видим в апробировании выработанного тактического замысла и плана в условиях, максимально совпадающих с условиями выполнения частной боевой задачи (ситуации), а также формирование психоустойчивости при выполнении специальных тактических действий в боевых ситуациях при соприкосновении с противником средствами физической подготовки, ориентированных на опыт СВО.

С учетом вышеизложенного задача нашего исследования сформулирована следующим образом: каковы содержательные методические условия применения метода моделирования (ситуационных заданий) на занятиях по физической подготовке? Как в кратчайшие сроки перенастроить программу подготовки будущих офицеров, чтобы учесть специфику задач СВО?

Вопросами моделирования на занятиях по физической подготовке занимались такие ученые как О.К. Падин, А.Г. Попов, Е.В. Кошкин, Р.А. Гуца и др.

Для решения этой задачи на основе исследования научно-педагогической литературы [2, 8, 3] и анализа опыта участия военнослужащих Росгвардии в СВО нами был разработан алгоритм моделирования на занятиях боевых условий (ситуаций) включающий в себя четыре этапа: постановка задачи, разработка модели собственных действий, разработка модели действий противника, принятие и оформление решения (таблица).

Как пример, после совершения марш-броска на 5 км в полной экипировке ставится задача преодолеть отдельные элементы полосы препятствий, имитирующие разрушенный город, захватить опорный пункт противника, захватить вооруженного (ножом, пистолетом, автоматом) противника применяя боевые приемы борьбы самбо, экипировку, личное вооружение. Моделируя условия вооруженного конфликта на занятиях, курсанты не только проживают реальную боевую задачу (ситуацию), но и обучаются прикладным приемам обезоруживания, пленение, передвижения, штурма опорного пункта, при этом так как выполнение действий происходит на фоне большой физической нагрузки, то у обучаемых формируются волевые способности, а также повышается резистентность к неблагоприятным факторам боя и готовности действовать в резко изменяющихся условиях.

Таблица – Алгоритм моделирования на занятиях по физической подготовке

Наименование этапа	Методические указания
Первый этап – постановка задачи (описание ситуационной задачи, уяснение цели моделирования, анализ объекта).	Ознакомить обучаемых с действующей создаваемой обстановкой, схожей с условиями вооруженного конфликта в зоне СВО (частной боевой задачи), довести задачи, которые возлагаются на подразделение.
Второй этап – разработка модели действий (оценка своих собственных сил, средств, их распределение)	На этом этапе руководитель контролирует и оказывает помощь руководителю из числа курсантов правильно оценивать силы и средства, находящиеся в его распоряжении, правильно оценивать свои функциональные возможности организма и распределять их на протяжении всего периода выполнения боевой задачи (занятия), а также принимать решения в подборе средств (специально-подготовительных упражнений) физической подготовки, способы прикладных действий.
Третий этап – разработка модели действий (моделирование действия противника, усложнения обстановки, разработка вводных)	На данном этапе руководитель должен прогнозировать действия противника в тех или иных усложняющихся условиях, проработать алгоритм действий на каждую вводную, при этом назначенный курсант должен точно понизить свои действия в той или иной ситуации обострения обстановки.
Четвертый этап – принятие и оформление плана занятия по физической подготовке	На данном этапе осуществляется принятие и оформление решения в виде плана проведения занятия по физической подготовке, а также на данном этапе осуществляется анализ прогнозируемых результатов моделирования условий вооруженного конфликта по формированию прикладных навыков у курсантов

Но эффективность применения данного метода напрямую зависит от подготовки руководителя. Безусловно, в рамках статьи решение задачи, обозначенной выше, не представляется возможным, в силу ее многогранности и масштабности.

Тем не менее, с учетом вышеизложенного мы сформулировали основные рекомендации для качественной организации занятий в ходе которого моделируются условия

вооруженного конфликта: в первую очередь руководителю необходимо на занятиях использовать имитационные средства (холостые патроны, взрыв пакеты, огонь, страйкбольное оборудование и т. д.), подбирать сложные физические упражнения направленные на преодоления страха, использовать специализированном зал где есть возможность воздействовать на обучаемых звуком, светом, при этом планировать активные действия противника, ставить перед обучаемыми задачи способствующие формированию у них взаимопомощи и взаимовыручки, в том числе и совершение марш-бросков по пересеченной местности в любую погоду с попутным преодолением инженерных заграждений и естественных препятствий. При это важно помнить, что все занятия должны проводиться с неукоснительным соблюдением мер безопасности и предупреждения травматизма.

Вместе с тем, мы убеждены, что выполнение прикладных упражнений в полной экипировке необходимо включать на третьем курсе обучения в военном институте, а на первом и втором курсе перед специалистами ставится задача подготовить у курсантов опорно-двигательный аппарат, мышечный корсет, сердечно-сосудистую систему используя общефизические упражнения к действиям в боевых условиях. Предпосылками данного решения является анализ травматизма в военном институте, который показал, что 45% процентов от общего количества травм получены на занятиях по физической подготовке, а типичными травмами являются травмы колена, голеностопа, локтевых суставов, вывихи и разрывы связок. В первую очередь, по нашему мнению, причиной высокого травматизма является недостаточный уровень методической подготовки командиров подразделений, которые форсируют физические нагрузки и увеличиваю количество упражнений, выполняемых в полной боевой экипировке на младших курсах.

ВЫВОД

Таким образом подводя итоги, можно с определенной долей уверенности утверждать, что, во-первых, при планировании и организации физической подготовки в военном вузе необходимо руководствоваться принципом прикладности, во-вторых в программе обучения необходимо предусмотреть включение упражнений и действий, которые имеют наиболее практическое и прикладное значение для эффективных действий в зависимости от вида боя, при этом на первом и втором курсе необходимо сосредоточиться на общефизической подготовке и укреплении опорно-двигательного аппарата, а с третьего курса необходимо больше использовать специально-подготовительные физические упражнения, включающие элементы военно-профессиональных приемов и действий военно-профессиональных дисциплин, выполняемых в полной боевой экипировке.

В-третьих, при моделировании условий вооруженного конфликта на занятиях по физической подготовке необходимо создавать условия максимально совпадающие с реальными условиями выполнения военными частной боевой задачи (ситуационных задач) в зоне СВО в соответствии с предложенным нами алгоритмом.

В-четвертых, на территории военного института и полевого учебного центра необходимо строительство специализированной полосы препятствий, инженерных сооружений, полностью имитирующих укрепрайоны в зоне СВО.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гофман, А.А. Страйкбол как одно из средств овладения сотрудниками правоохранительных органов тактикой ведения огневого контакта с вооруженным противником / А.А. Гофман // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 1(215). – С. 129–133.
2. Частная технология физической подготовки при модульном обучении военнослужащих / В.Н. Неваев, Г.Г. Дмитриев, Д.В. Матусов, С.П. Грибченко // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2023. – № 1. – С. 124–126.
3. Дмитриев, Г.Г. Комплексные военно-профессиональные двигательные действия как средства физической подготовки военнослужащих / Г.Г. Дмитриев, Д.В. Матусов, Д.М. Дмитриев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2022. – № 2. - С.

99–102.

4. Об эффективности приведения к бою личного оружия военнослужащими при нападении противника на коротких дистанциях / П.А. Кузин, П.Р. Дутчак, В.Э. Берлинде, В.С. Семаков // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2022. – № 4. – С. 147–152.

5. Гуца Р.А.. Особенности проведения занятий с курсантами факультета сил специального назначения по дисциплине "физическая подготовка" / Р.А. Гуца, П.В. Кулеш // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2022. – № 3. – С. 171–179.

6. Профессионально-прикладная физическая подготовка курсантов военных учебных заведений с использованием средств комплексных единоборств (самбо, дзюдо, армейский рукопашный бой) / А.А. Николаев, Д.С. Яковлев, А.М. Фофанов, В.Н. Коваленко // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2022. – № 1. – С. 171–179.

7. Степкин, М.А. Специально-подготовительные физические упражнения для развития скоростных способностей курсантов / М.А. Степкин // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2023. – № 1. – С. 127–130.

8. Тимочкин, А. С. особенности физической подготовки курсантов факультета сил специального назначения / А.С. Тимочкин, М.Е. Кожевников, Р.А. Гуца // Военно-правовые и гуманитарные науки Сибири. – 2022. – № 2(12). – С. 124–128.

REFERENCES

1. Gofman, A.A. (2023), "Airsoft as one of the means of mastering by law enforcement officers the tactics of conducting fire contact with an armed enemy", *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 1(215), pp. 129–133.

2. Nevaev, V.N., Dmitriev, G.G., Matusov, D.V. and Gribchenko, S.P. (2023), "Private technology of physical training in modular training of military personnel", *Current problems of physical and special training of law enforcement agencies*, No. 1, pp.124–126.

3. Dmitriev, G.G., Matusov, D.V. and, Dmitriev, D.M. (2022), "Comprehensive military-professional motor actions as a means of physical training of military personnel", *Current problems of physical and special training of law enforcement agencies*, No. 4, pp. 147–152.

4. Kuzin P.A., Dutchak P.R., Berlinde V.E. and Semakov V.S. (2022), "On the effectiveness of bringing personal weapons to battle by military personnel during an enemy attack at short distances", *Current problems of physical and special training of law enforcement agencies*, No. 4, pp. 147–152.

5. Gushcha, R.A. and, Kulesh, P.V. (2022), "Features of conducting classes with cadets of the Faculty of Special Forces in the discipline "physical training", *Current problems of physical and special training of law enforcement agencies*, No. 3, pp. 171–179.

6. Nikolaev, A.A., Yakovlev, D.S., Fofanov, A.M. and Kovalenko, V.N. (2022), "Professional-applied physical training of cadets of military educational institutions using means of complex single combats (sambo, judo, army hand-to-hand combat)", *Current problems of physical and special training of law enforcement agencies*, No. 1, pp. 119-127.

7. Stepkin, M. A. (2023), "Specially preparatory physical exercises for the development of speed abilities of cadets", *Current problems of physical and special training of law enforcement agencies*, No. 1, pp. 127–130.

8. Timochkin, A.S. Kozhevnikov, M.E. and Gushcha, R.A. (2022), "Features of physical training of cadets of the Faculty of Special Forces", *Military legal and humanities of Siberia*, No. 2(12), pp.124–128.

Контактная информация: gusha.roman@mail.ru

Статья поступила в редакцию 30.04.2023

УДК 796.342

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ТЕННИСИСТОВ 8-9 ЛЕТ С НОРМАТИВНЫМИ ЗНАЧЕНИЯМИ ФЕДЕРАЛЬНОГО СТАНДАРТА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА ТЕННИС

Александр Александрович Джумок, кандидат педагогических наук, доцент, Анна Владимировна Пикалова, кандидат педагогических наук, Российский университет спорта