

2. Karagodina, A. M. (2021), "Dynamics of special psychophysical preparedness of future civil engineers in conditions of different forms of training ", *Primo Aspectu*, No. 3 (47), pp.7–81.
3. Lanshnikova, G. A. (2009), "Psychological and physiological patterns of visual perception of space", *Omsk Scientific Bulletin*, No. 4 (79), pp. 209–212.
4. Karagodina, A.M., Krikunova, O.F., Klychkova, O.V. and Ushanov, G.A. (2018), "Methodology of professionally applied physical training of students of construction specialties by means of orienteering", *Scientific dialogue*, No. 8, pp. 261–272.

Контактная информация: ilya.buyanov2001@mail.ru

Статья поступила в редакцию 29.12.2022

УДК 378

ПРОБЛЕМЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ ВОЙСК НАЦИОНАЛЬНОЙ ГВАРДИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ НА ОСНОВЕ ОПЫТА БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ

Кристина Сергеевна Кручинина, преподаватель, Пермский военный институт войск Национальной гвардии Российской Федерации, Пермь; Евгений Вячеславович Кошкин, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, Пермский институт ФСИН России, Пермь, доцент, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Пермь; Александр Владимирович Дубровский, доктор педагогических наук, профессор, Пермский военный институт войск национальной гвардии Российской Федерации Пермь; Михаил Иванович Ключников, кандидат юридических наук, доцент, Владимирский юридический институт ФСИН России, Владимир

Аннотация

Введение. Процесс управления и развития физической подготовки в военных институтах специфичен и в большей степени обусловлен недостатками в физической подготовленности военнослужащих, выявленных в ходе боевых действий. Цель исследования. Сформулировать недостатки и рассмотреть перспективные направления совершенствования процесса физической подготовки курсантов образовательных организаций ВНГ РФ. Методика и организация исследования. Спортивным комитетом Росгвардии предпринят анализ боевого опыта военнослужащих и сотрудников ВНГ РФ. В качестве респондентов выступили 118 военнослужащих и сотрудников войск национальной гвардии различных специальностей, принимавших участие в боевых действиях. Результаты исследования и их обсуждения. В целом, военнослужащие характеризуют собственный уровень физической подготовленности как удовлетворительный, однако отмечают возникновение трудностей при выполнении служебно-боевых задач в полном обмундировании. Под весом полного обмундирования действия при ускорениях на короткие дистанции, кувырках, и переползаниях становятся неловкими, функциональные возможности организма снижаются. Выводы. Анализ современных условий ведения боевых действий свидетельствует, о недостаточном уровне физической подготовленности военнослужащих и сотрудников ВНГ РФ для выполнения служебной деятельности в средствах бронезащиты и требует дополнительного изучения, проработки и научного обоснования.

Ключевые слова: физическая подготовка, военнослужащие, средства бронезащиты, курсанты.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.01.p264-267

PROBLEMS OF IMPROVING THE PHYSICAL TRAINING OF CADETS FROM EDUCATIONAL ORGANIZATIONS OF THE NATIONAL GUARD TROOPS OF THE RUSSIAN FEDERATION BASED ON THE EXPERIENCE OF COMBAT OPERATIONS

Kristina Sergeevna Kruchinina, the teacher, Perm Military Institute of National Guard troops of the Russian Federation, Perm; Evgeny Vyacheslavovich Koshkin, the candidate of pedagog-

ical sciences, senior teacher, Perm Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia, Perm, docent, Perm State Humanitarian and Pedagogical University, Perm; Alexander Vladimirovich Dubrovsky, the doctor of pedagogical sciences, professor, Perm Military Institute of National Guard troops of the Russian Federation Perm; Mikhail Ivanovich Klyuchnikov, the candidate of legal sciences, docent, Vladimir Law Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia, Vladimir

Abstract

Introduction. The process of management and development of physical training in military institutes is specific and is largely due to deficiencies in the physical fitness of military personnel identified during combat operations. **Purpose of research.** To formulate shortcomings and consider promising directions for improving the process of physical training of cadets of educational institutions of the VNG of the Russian Federation. **Research methodology and organization.** The Sports Committee of the Rosgvardiya has undertaken an analysis of the combat experience of servicemen and employees of the VNG of the Russian Federation. The respondents were 243 servicemen and employees of the National Guard troops of various specialties who took part in combat operations. **The results of the study and their discussion.** In general, military personnel characterize their own level of physical fitness as satisfactory, however, they note the occurrence of difficulties when performing service and combat tasks in full uniform. Under the weight of a full uniform, actions during short-distance accelerations, somersaults, and crawling become awkward, the functional capabilities of the body decrease. **Conclusions.** The analysis of modern conditions of warfare testifies to the insufficient level of physical fitness of servicemen and employees of the VNG of the Russian Federation to perform official activities in means of armor protection and requires additional study, elaboration and scientific justification.

Keywords: physical training, military personnel, means of armor protection, cadets.

Развитие военной педагогики имеет длинную историю. Появление новых технологий военного дела приводит к изменению содержания военно-профессионального образования. Физическая подготовка военнослужащих как научная проблема актуальна всегда. Решение данной проблемы является одним из факторов формирования профессиональной армии в нашей стране. Сегодня военная доктрина страны нацелена на подготовку военнослужащих к выполнению служебно-боевых задач в экстремальных ситуациях на фоне повышенной физической нагрузки и психоэмоционального напряжения [2, 3, 4].

Процесс управления и развития физической подготовки в военных институтах специфичен и отличается от образовательных организаций правоохранительного профиля и тем более гражданского направления. Эффективность управления и перспектива развития процесса физической подготовки военнослужащих в большей степени обусловлена недостатками в физической подготовке военнослужащих, выявленных в ходе боевых действий. Данный подход позволяет определить качество профессиональной подготовки военнослужащих к предстоящей служебной деятельности, а также оперативно изменять стратегии направления физической подготовки [1, 2, 3, 4].

Цель исследования – сформулировать недостатки и рассмотреть перспективные направления совершенствования процесса физической подготовки курсантов образовательных организаций ВНГ РФ.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Войска национальной гвардии РФ принимают участие в защите нашей страны от внешней и внутренней агрессии. Спортивным комитетом Росгвардии предпринят анализ боевого опыта военнослужащих и сотрудников ВНГ РФ. В качестве респондентов выступили 118 военнослужащих и сотрудников войск национальной гвардии различных специальностей, принимавших участие в боевых действиях. Результаты анализа позволили выявить проблемные вопросы качества профессиональной подготовки военнослужащих. Проблема качества профессионального образования в первую очередь связана с повыше-

нием уровня специальной физической подготовки военнослужащих.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЯ

Удовлетворенность уровнем собственной физической подготовленности военнослужащих и сотрудников ВНГ РФ:

- «отлично» – 8 чел. (6,7%);
- «хорошо» – 40 чел. (33,9%);
- «удовлетворительно» – 50 чел. (42,3%);
- «неудовлетворительно» – 20 чел. (16,9%).

В результате обобщения опыта участия в боевых действиях военнослужащих выявлен ряд недостатков:

- слабые навыки при преодолении естественных и искусственных препятствий в средствах бронезащиты, что способствует травматизму личного состава;
- неловкие действия при ускорениях на короткие дистанции, кувырках и переползаниях в средствах бронезащиты;
- уменьшение дальности метания гранаты в средствах бронезащиты;
- недостаточный уровень функциональной подготовленности в условиях продолжительного выполнения боевых задач.

Сохранение жизни и здоровья военнослужащих в современных тактических условиях ведения боя актуализирует использование средств бронезащиты. С одной стороны, средства бронезащиты являются средством сохранения жизни и здоровья, с другой стороны – фактором отягощения, сковывания и ограничения движений.

Таким образом, использование средств бронезащиты в повседневной служебной деятельности военнослужащих и сотрудников ВНГ предъявляет высокие требования к функциональным возможностям организма. Очевидна необходимость повышения уровня специальной физической подготовленности курсантов военного института ВНГ РФ для выполнения обязанностей на профессиональном уровне в средствах бронезащиты.

В основе обозначенной проблемы лежат следующие явления:

1. Недостаточное количество спортивно-массовых занятий курсантов с курсовыми офицерами с использованием специального военного обмундирования.
2. Отсутствие методических рекомендаций по самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности с использованием внешнего отягощения.
3. Слабое взаимодействие преподавательского состава с курсовым звеном по вопросам организации процесса физической подготовки курсантов.
4. Отсутствие контроля за самостоятельной физкультурно-спортивной деятельностью курсантов со стороны преподавателей и курсовых офицеров.

ВЫВОДЫ

Анализ современных условий ведения боевых действий свидетельствует о недостаточном уровне физической подготовленности военнослужащих и сотрудников ВНГ РФ для выполнения служебной деятельности в средствах бронезащиты. Более того, важно отметить, что полное обмундирование, кроме бронежилета 5 класса защиты и весом от 9,3 кг, предусматривает автомат с пристегнутым магазином, тактическая разгрузка, защитная экипировка на локти и колени, подсумок для магазинов с магазинами, подсумок для гранат, защитный шлем, пехотная лопатка, противогаз. Для совершенствования процесса физической подготовки курсантов войск национальной мы предлагаем следующий комплекс мероприятий:

1. Разработать и апробировать специально-контрольные упражнения с использованием средств бронезащиты в «Сборник упражнений и нормативов по физической подготовке в войсках национальной гвардии».
2. Выполнение нормативов по физической подготовке курсантами с использованием средств бронезащиты, начиная с первого года обучения.

3. Повышение методической грамотности курсовых офицеров и обучающихся по вопросам самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности с использованием специального военного обмундирования.

4. Утвердить в распоряжке дня института время для отработки пропущенных учебных занятий по физической подготовке.

5. Усилить контроль за самостоятельной физкультурно-спортивной деятельностью курсантов.

6. Рассмотреть возможность разработки системы поощрения и взыскания по итогам выполнения нормативов, характеризующих уровень физической подготовленности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Индивидуальный план по физической подготовке на основе средств и методик кроссфита для курсантов войск национальной гвардии с недостаточным уровнем физической подготовленности / Е.В. Кошкин, И.В. Гойнов, О.Б. Рыжак, А.А. Акиндинов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 4 (182). – С. 235–240.

2. Скаковец И.С. Научно-теоретические и методико-практические компетентностные аспекты в сфере физической подготовки и спорта курсантов / И.С. Скаковец, К.С. Кручинина, Л.А. Зеленин // Спортивно-массовая работа в войсках национальной гвардии Российской Федерации: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции, (Пермь, 22 апреля 2022 года). – Пермь, 2022. – С. 117–123.

3. Рациональная структура построения занятий по физической подготовке для формирования профессионально-важных физических качеств обучающихся войск национальной гвардии средствами кроссфита / А.А. Смирнов, Е.В. Кошкин, О.Б. Рыжак, Б.Г. Карачев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 3 (181). – С. 422–426.

4. Фофанов, А.М. Экспериментальная проверка модели физической тренировки курсантов с недостаточным уровнем физической подготовки / А.М. Фофанов, В.Н. Коваленко // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2019. – № 2. – С. 53.

REFERENCES

1. Koshkin E.V., Goinov I.V., Ryzhak O.B., Akindinov A.A. (2020), "Individual plan for physical training based on crossfit tools and techniques for cadets of the National Guard troops with an insufficient level of physical fitness", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafte*, No. 4 (182), pp. 235–240.

2. Skakovets, I.S., Kruchinina, K.S. and, Zelenin L.A. (2022), "Scientific-theoretical and methodological-practical competency-based aspects in the field of physical training and sports of cadets", Sports and mass work in the troops of the National Guard of the Russian Federation", *Scientific-theoretical and methodological-practical competence, collection of articles*, Perm, pp. 117–123.

3. Smirnov, A.A., Koshkin, E.V., Ryzhak, O.B. and Karachev B.G. (2020) , "Rational structure of the construction of physical training classes for the formation of professionally important physical qualities of the National Guard troops training by means of crossfit". *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafte*, No. 3 (181), pp. 422–426.

4. Fofanov, A.M. and Kovalenko V.N.(2019), "Experimental verification of the model of physical training of cadets with an insufficient level of physical training", *Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies*, No. 2, pp. 53.

Контактная информация: kochkin.evg@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 16.01.2023

УДК 796.422.1:612.76

БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ И БИОЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ ТЕХНИКИ БЕГА НА СРЕДНИЕ И ДЛИННЫЕ ДИСТАНЦИИ

Валерий Дмитриевич Кряжев, доктор педагогических наук, ведущий научный сотрудник, Федеральный научный центр физической культуры и спорта (ВНИИФК), Москва;