

## **ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**

**Строк А.Н., Сак Ю.В., Романчук Е.В.**

УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»,  
г. Гродно, Республика Беларусь

*В статье освещена актуальность проблемы физической подготовки в начальный период обучения молодого пополнения Вооруженных сил Республики Беларусь. Предлагаются пути решения данной проблемы, определены цели и задачи. Рассмотрены основные условия, способствующие улучшению физической готовности, как базового фактора боевой готовности военнослужащих и подразделений. **Ключевые слова:** физическая подготовка, военнослужащие, физическая подготовленность.*

## **CHARACTERISTICS OF PHYSICAL TRAINING OF MILITARY PERSONNEL AT THE INITIAL STAGE OF TRAINING IN THE ARMED FORCES OF THE REPUBLIC OF BELARUS**

**Strok A.N., Sak Yu.V., Romanchuk E.V.**

Grodno State University named after Yanka Kupala, Grodno, Republic of Belarus

*The urgency of the problem of physical training in the initial stage training Armed Forces of the Republic of Belarus training considered in this paper. Ways of the decision of the given problem are offered, the purposes and problems are determined. The basic conditions promoting improvement of physical readiness, as the base factor of alertness of military men and divisions are considered. **Keywords:** physical training, military personnel, physical fitness.*

**Введение.** Физическая подготовка является одним из основных предметов боевой и профессионально-должностной подготовки, важной и неотъемлемой частью военного обучения и воспитания военнослужащих [3].

Командование Вооруженных Сил Республики Беларусь уделяет большое внимание физической подготовке военнослужащих.

В основе повышенных требований к физической подготовленности лежат четыре основных фактора:

физическая готовность является компонентом общей боевой готовности военнослужащих наряду с технической, тактической, психической и интеллектуальной готовностью;

физическая подготовка является мощным средством воспитания психической устойчивости к стрессу, уверенности в своих силах и сплоченности воинских коллективов;

физическая активность военнослужащих является одним из основных и неотъемлемых составляющих здорового образа жизни [1].

**Материалы и методы исследований.** Содержание современного боя как никогда характеризуется решительностью, высокой интенсивностью физических и психических напряжений участников военных конфликтов.

Современная военная наука рассматривает человека и военную технику в их диалектической взаимообусловленности, выделяя в тоже время ведущую роль человека в вооруженной борьбе. Как бы ни были хороши тактико-технические данные оружия и боевой техники, успешное решение боевых задач в настоящее время возможно лишь при наличии всесторонне подготовленных военнослужащих [2].

В ряде научных исследований убедительно показано, что физическая подготовленность молодых солдат, призванных в ряды Вооруженных Сил является значительным фактом для скорейшей их адаптации к условиям службы и военно-профессионального обучения. Вместе с тем уровень физической подготовленности значительной части молодого пополнения не в полной мере соответствует современным требованиям, что существенно затрудняет качественное освоение или программы не только по физической подготовке, но и по другим дисциплинам боевой подготовки [4].

**Результаты исследований.** Для поиска путей решения данной проблемы необходимо:

1. Провести углубленное исследование физической подготовленности и физического развития молодого поколения солдат.

2. Организовать наблюдение за качеством освоения солдатами программы по физической подготовке для 1 года службы, определить при этом минимальный уровень физической подготовленности, обеспечивающий ее усвоение.

3. Исследовать взаимосвязь показателей исходного уровня физической подготовленности с результатами их военно-профессионального обучения.

4. Разработать практические рекомендации по использованию физических упражнений в профессиональном отборе.

5. Разработать требования к уровню физической подготовленности солдат различных воинских специальностей.

Сокращение сроков службы, высокий темп первоначального периода обучения остро поставил проблему сокращения сроков адаптации нового пополнения к условиям воинской службы. По наблюдениям физиологов, медицинских работников изменение веса новобранцев, некоторых показателей состояния эндокринной системы, основного обмена свидетельствует о том, что период адаптации молодых солдат длится в течение 5-6 месяцев.

Сокращение сроков адаптационного периода положительно сказывается на состоянии боеготовности, особенно в условиях двухразового призыва в календарном году.

Одним из средств сокращения сроков адаптации является целенаправленная организация физической подготовки. Известно, что на протекание адаптационных процессов влияет уровень физической

подготовленности молодого пополнения. Проведенные нами исследования показали, что уровень физической подготовленности новобранцев в данное время, не в полной мере соответствует современным требованиям. Физическая подготовленность более 50 % новобранцев оценивается неудовлетворительно. Этот показатель продолжает ухудшаться, особенно в восточных регионах нашей страны, что существенно затрудняет качественное выполнение программы по физической подготовке, а так же программы по другим видам боевой подготовки [4].

Замечено, что новое пополнение гораздо чаще подвергается заболеваниям, чем старослужащие. Причиной этого являются трудности, связанные с физической неподготовленностью молодых солдат, их отношением к физической культуре до службы в армии, наличие вредных привычек, что показывают данные проверок, а так же данные анкетирования молодого пополнения. Наши наблюдения свидетельствуют о более благополучном протекании процесса адаптации к воинской службе у физически хорошо тренированных людей.

**Заключение.** Таким образом, физическая подготовка как вид боевой подготовки имеет четкие ограничения, не позволяющие значительно изменить состояние физической подготовленности по ряду вполне четких объективных показателей:

это временной фактор, т.е. нельзя считать, что даже очень хорошо организованный процесс физической подготовки в начальный период позволит существенно изменить состояние физической подготовленности до необходимого. Физическая подготовка является предметом боевой подготовки, но не единственным. Естественно временной фактор ограничен, прежде всего, тем, что нужно еще осваивать и другие предметы боевой подготовки;

с позиции пластического обеспечения функций человека нельзя заниматься ударно только физической подготовкой, уже потому, что чрезмерное увлечение может развить мотивацию избегать занятия по физической подготовке; снизить обеспечение на функциональном уровне других видов подготовки; наличие материальной базы, ее состояние.

### **Литература.**

1. Педагогика, психология по медико-биологическим проблемам физического воспитания и спорта : зб. наук. пр. пед ред. Ермакова С. С. – Харьков : ХХПІ, 2001. - № 28 - С. 87-91.

2. Сб. научн. тр. под ред. Ермакова С.С. – Харьков: ХГАДИ (ХХПІ), 2002. - № 2. - С. 91-99.

3. Инструкция о порядке организации и проведения физической подготовки в Вооруженных Силах Республики Беларусь – Минск : МО РБ, 2014. – 228 с.

4. Теория и организация физической подготовки войск. – Санкт-Петербург, 1992. - С. 20-34, 39-89.