

ВДОСКОНАЛЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ В ПРОЦЕСІ БОЙОВОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ СПЕЦПІДРОЗДІЛІВ

У даній статті розглядаються і обґрунтовуються питання вдосконалення спеціальної витривалості військовослужбовців спецпідрозділів Збройних Сил у процесі бойової підготовки. Для підвищення спеціальної витривалості військовослужбовців пропонувалося використовувати комплексні завдання військово-прикладної спрямованості в різних зонах потужності.

Ключові слова: *військовослужбовець спецпідрозділів, комплексні завдання, етап бойової підготовки.*

Постановка проблеми и ее связь с важными научными заданиями. В системе безопасности государства специальные подразделения занимают важное место, выполняя функцию обеспечения безопасности страны, защиты ее суверенитета и территориальной целостности [1].

Боевая подготовка в подразделениях специального назначения организуется в соответствии с требованиями Руководства по боевой подготовке в Вооруженных Силах, утвержденным приказом Министра обороны Республики Беларусь от 29 января 2007 года №23 [2].

Система боевой подготовки – это совокупность взаимосвязанных элементов, образующих определенную целостность и единство, используемых в интересах обучения и воспитания военнослужащих для ведения боевых действий или выполнения других задач в соответствии с их предназначением [2].

Система физической подготовки-совокупность идеологических, научных, педагогических, организационно-управленческих основ, специфических средств, методов и форм организации, материально-экономических условий, которые используются в интересах повышения боевой готовности Вооруженных Сил.

Физическая подготовка представляет собой процесс, направленный на развитие физических качеств, двигательных способностей (в том числе навыков и умений) человека с учетом вида его деятельности и социально-демографических характеристик.

Физическая подготовка также является одним из основных предметов боевой и профессионально-должностной подготовки, важной и неотъемлемой частью военного обучения и воспитания военнослужащих.

Целями обучения является: личная профессиональная, психологическая и идеологическая подготовка каждого военнослужащего, позволяющая успешно выполнять задачи в соответствии с боевым предназначением в составе разведывательного органа;

готовность подразделения выполнять задачи в соответствии с боевым предназначением в условиях современного боя (операции) [2, с. 1].

Анализ последних исследований и публикаций. Изучение требований боя к физической готовности военнослужащих осуществлялось неоднократно (Амбарян Х.М, 1977; Марищук В.Л, 1992; Дмитриев Г.Г, 2002; Дмитриев Г.Г, 2005; Дмитриев Г.Г, Пойда А.Г, Пугачев И.Ю, Ендальцев Б.В, Семенов Е.И, Колесников В.Ю, Жаринов Н.М, Астафьев О.Н, Воеводин А.Ю, 2006; Наставление по физической подготовке 1938, 1948, 1954, 1959, 1966, 1978, 1987, 2001; Положение по физической подготовке и спорту 2001; Инструкция 2006, 2011 и др.). Результаты этих исследований находят отражение в задачах физической подготовки военнослужащих, в действующей Инструкции 2014, которые представляются научно обоснованными. Тем не менее, необходимость интенсификации боевой учебы предполагает изыскание новых средств и способов организации физической подготовки, которые должны наиболее полно охватить характер профессиональной деятельности. Эффективность деятельности спецподразделений по выполнению задач по боевому предназначению, главным образом зависит от профессиональной подготовленности. В свою очередь, профессиональная подготовка специалистов совершенствуется в процессе боевой подготовки, которая включает ряд составляющих, одной из которых выступает физическая подготовка.

Цель физической подготовки заключается в обеспечении необходимого уровня физической подготовленности военнослужащих для эффективного выполнения поставленных задач по их боевому предназначению в любое время и в любых условиях [3].

Исходя из цели, физическая подготовка в воинской части организуется и проводится с учетом особенностей предназначения воинской части и имеет, как правило, специальную направленность, что необходимо для развития у военнослужащих (на основе их общей физической подготовленности)

наиболее важных для каждой военной специальности физических качеств, а также связанных с их проявлением двигательных способностей и специальных качеств, в том числе военно-прикладных навыков [3].

При системном анализе физическая подготовка должна рассматриваться не как отдельный предмет, а в ее соотношениях и взаимосвязях со всеми элементами структуры боевой подготовки военного специалиста как системы высшего порядка. Из теории системного подхода, следует, что при его реализации системный объект будет обладать большей эффективностью в решении поставленной цели, чем бы он обладал, действуя отдельно. При этом интегративная эффективность системы при рациональной ее организации всегда выше, чем сумма действий отдельных ее частей, элементов. Таким образом, система обладает такими свойствами, которых нет у элементов, ее составляющих. Такая интегративность свойств системы обусловлена ее структурой, т.е. способом взаимодействия связи элементов в системе. Применительно к системе физической подготовки ее первичными элементами являются физические упражнения, а системообразующим фактором следует считать цель использования различных физических упражнений в интересах повышения боевой подготовки военнослужащих. В ходе физической подготовки осуществляется специально организуемое сознательное формирование у военнослужащих наиболее важных физических качеств и двигательных навыков, которые невозможно приобрести или быстро развить у военнослужащих, при занятиях только учебно-боевой деятельностью и которые жизненно потребны для высокоэффективного выполнения задач по предназначению. Таким образом, системообразующий признак срабатывает в том случае, если выделяются и осознаются противоречия между наличным уровнем физической подготовленности военнослужащих и потребностями практики учебно-боевой деятельности.

Современные требования к применению и подготовке спецподразделений предъявляют необходимость отойти от шаблонов, искать нестандартные методы решения тех или иных учебно-боевых задач. Независимо от специфики профессиональной деятельности, исходя из объема двигательной активности личного состава, специфическая деятельность предъявляет исключительно высокие требования к физическому состоянию и, особенно, к уровню развития общей и специальной выносливости. Выполняя требования, предъявляемые к боевой подготовке – внедрение в процесс передовых, научно-обоснованных методик обучения, постоянное их совершенствование, определило **актуальность** нашего исследования.

Цель исследования – научно обосновать необходимость совершенствования системы физической подготовки военнослужащих спецподразделений на основе взаимосвязи структурных элементов боевой подготовки и требованиями к компетентности.

В процессе исследования решались следующие **задачи**:

- 1) определить структуру связей между боевой и физической подготовкой военнослужащих спецподразделений;
- 2) разработать модельные характеристики физической подготовленности военнослужащего спецподразделения.
- 3) Экспериментально апробировать методику повышения специальной выносливости на основе использования комплексных заданий военно-прикладной направленности и оценить ее эффективность в учебно-тренировочном процессе.

Основной материал исследования

Объект исследования – боевая подготовка военнослужащих специальных подразделений.

Предмет исследования – развитие специальной выносливости военнослужащих спецподразделений.

Методы исследования. Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: 1) теоретический анализ и обобщение литературных источников; 2) метод экспертных оценок и теоретическое моделирование; 3) педагогические контрольные испытания; 4) педагогический эксперимент; 5) методы математико-статистического анализа.

Исследование проводилось в 2010 – 2013 гг. на базе военного факультета Гродненского государственного университета имени Янки Купалы и в пунктах постоянной дислокации 22 отдельной роты специального назначения (далее – 22 ОрСпН.).

В результате теоретического анализа и обобщения литературных источников (монографий, приказов, инструкций, статей, пособий, руководств, наставлений, диссертаций, авторефератов и т.п.) [1-8], выявлено фактическое состояние научного обоснования проблемы, исследования. Сформулирована рабочая гипотеза, поставлена цель и задачи исследования. Таким образом, определение требований профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности военнослужащих, необходимому для эффективного выполнения программы боевой подготовки, является основой для разработки модели физической подготовленности военнослужащих спецподразделений, что и определяет актуальность исследования.

Результаты и их обсуждение. На первом этапе исследования (ноябрь 2010 г. – май 2011 г.) анализировались и обобщались данные научно-методической литературы, подбирались адекватные поставленным задачам методы исследования. В результате анализа литературных источников [2-8] выявлено фактическое состояние проблемы научного исследования. Проанализированы учебные программы по физической подготовке для военнослужащих специальных подразделений, особенности организации их боевой подготовки, а также взаимосвязь боевой подготовки с физической подготовкой. Проанализирована программа боевой подготовки военнослужащих специального назначения, ее взаимосвязь с профессиональной деятельностью и особенности организации учебных занятий. Проанализированы средства тренировки военнослужащих и особенности проявления специальной выносливости при их использовании [5].

Используя метод экспертных оценок, проведен логический анализ программы по физической подготовке для военнослужащих спецподразделений, специалистами по организации физической подготовки военнослужащих. В результате количественных оценок суждений и обработки результатов получено обобщенное мнение экспертов о совокупности (системе) проявления физических и специальных качеств, военно-прикладных навыков способствующих эффективному решению военнослужащими задач по их боевому предназначению.

Всего проанализировано семь предметов по боевой подготовке для специальных подразделений по следующим видам: тактико-специальная подготовка, огневая подготовка, физическая подготовка, инженерная подготовка, воздушно-десантная подготовка и дополнительные (включающие десять специализированных) предметов.

В процессе синтеза нами создана модель реальной системы боевой подготовки, для повышения уровня абстрактного описания системы физической подготовки, определена полнота ее состава и структура связей, способы воздействия одних частей системы на другие, координацию низших уровней системы со стороны элементов ее высшего уровня, управления, влияние на последние всех остальных подсистем.

Учитывая феномен целостности, т.е. повышения эффективности при системной организации деятельности отдельных элементов нам удалось показать взаимосвязь физической подготовки с другими предметами боевой подготовки, выраженную в специальной направленности. Специальная направленность физической подготовки обеспечивает формирование и совершенствование наиболее важных для военнослужащих спецподразделений военно-прикладных навыков, физических, психологических, специальных качеств.

Анализ учебных программ по предметам "Физическая подготовка" разведывательных подразделений и подразделений ССО показал, что процентное соотношение времени, отводимого на изучение и отработку тематических занятий при правильных методических подходах позволяют поддерживать уровень физической подготовленности на хорошем уровне, но для более эффективного развития требуется дальнейшее их совершенствование [6].

Предусмотренное время на занятия по физической подготовке составляет 150 часов в год, что составляет 13,2 % от общего времени, отводимого на боевую подготовку. Учебными планами более чем 90 % занятий предусмотрено выполнение тренировочных занятий высокой интенсивности. Основной целью является формирование у специалистов должного уровня владения профессионально значимыми двигательными действиями, развитие психических и физических качеств, способствующих быстрой адаптации военнослужащих к условиям практической деятельности.

В этой связи, в учебных программах параллельно с освоением, двигательных умений и навыков, из различных тем физической подготовки, в ускоренном передвижении, акцентируется воспитание таких двигательных качеств, как скоростные (оценка по результатам гладкого бега на 100 м и челночного 10x10), скоростно-силовые (оценка по результатам метания гранаты), аэробная выносливость (оценка по результатам бега на 1500 м, 3000 м, 5000 м), координационные способности (оценка по результатам в беге на 60м зигзагом, контрольные упражнения на полосе препятствий).

Параллельно с освоением элементов атлетической гимнастики, преодоление препятствий и метание гранат, рукопашного боя акцентируются собственно-силовые способности (оценка по результатам подтягивания на перекладине, сгибания-разгибания рук в упоре на брусках, подъем переворотом), силовая выносливость (оценивается по результатам комплексно-силового упражнения на перекладине), быстрота (по результатам бега на 60 м, 100 м), координационные способности (оцениваются по показателям статического и динамического равновесия, пространственно-временной ориентаций).

Таким образом, всестороннее воспитание физических способностей и обогащение фонда двигательных умений и навыков, необходимых при выполнении профессиональных обязанностей, находит свое отражение в программах физической подготовки. Между тем, как показывают педагогические наблюдения и результаты тестирования подготовленности военнослужащих, степень надежности и качество приобретенных навыков не всегда отвечает профессиональным требованиям.

В основу моделювання фізичної підготовленості військовослужащого спецподразделення легла взаємозв'язок етапів професійного становлення і параметрів моделі.

В параметрах моделі передбачені цілі, завдання фізичної підготовки, характеристика фізичної підготовленості, очікуваний результат. В етапах професійного становлення проведено конструювання механізмів і закономірностей різних видів сурової і довготривалої адаптації організму людини до м'язовим навантажкам в залежності від їх виду, інтенсивності, тривалості і інших особливостей, виділено чотири етапи: адаптаційний, базовий, спеціальний, удосконалення професійного майстерства.

Результати досліджень дозволили розробити гіпотезу, визначити актуальність вибраного напрямку досліджень і найбільш ефективні шляхи рішення поставлених завдань.

Другий етап був присвячений проведенню констатуючого педагогічного експерименту, який проходив з грудня 2011 по жовтень 2012 року. Проаналізовано зростання динаміки фізичної підготовленості військовослужащих спецподразделення і динаміки показників рівня їх бойової підготовки за 2011–2012 навчальний рік. Рівень фізичної підготовленості військовослужащих спецподразделення оцінювали за результатами педагогічного тестування (грудень 2011 року, травень 2012 року): 1) оцінка розвитку швидкості виходу (біг на 60 м зигзагом); 2) розвиток силової виходу (комбіноване-силове вправлення на перекладині); 3) розвиток швидкісно-силової і координаційної виходу (біг на 1 км з подолаттям єдиної смуги перешкоди). Контрольні вправлення військовослужащие виконували в бойовій формі одягу. В процес навчального року бойова підготовка (включаючи і фізичну підготовку військовослужащих) проводилася за загальноприйнятими програмами і методиками їх реалізації.

В кінці констатуючого експерименту з метою визначення змін в рівні фізичної підготовленості військовослужащих і рівня їх бойової підготовки були проведені педагогічні контрольні випробування (жовтень 2012 року).

На даному етапі було виявлено співставлення високим вимогам, пред'являються умовами професійної діяльності до розвитку спеціальної виходу військовослужащих, з однієї сторони, і недостатнім рівнем розвитку даного фізичного якості, розвиток якого можна досягти за допомогою існуючої методики – з іншої, дозволяє говорити про наявності гостро вираженого протиріччя, визначаючого **актуальність теми дослідження**.

На третьому етапі дослідження (грудень 2012 г. по січень 2013 г.) був проведений формуючий педагогічний експеримент, головною завданням якого було обґрунтування ефективності методики підвищення спеціальної виходу військовослужащих спецподразделення, заснованої на використанні комплексних завдань військово-прикладної спрямованості.

В результаті попереднього тестування була сформована експериментальна і контрольна групи випробуваних по 30 осіб в кожній. Після контрольного тестування, статистична і аналітична обробка емпіричних даних дозволила виявити достовірні відмінності по більшості досліджуваних показників.

Висновки і перспективи подальших розробок. 1. В сучасних умовах удосконалення фізичної підготовки необхідно направляти як на ефективні взаємозв'язки всіма компонентами системи бойової підготовки, так і на упорядкування зв'язків всередині власної системи між її складовими її структурними елементами.

2. Навчально-бойова діяльність для ефективного виконання завдань за призначенням передбачає у військовослужащих спецподразделення рішення загальних і спеціальних завдань фізичної підготовки.

3. Співставлення досягнутих результатів з метою дає можливість оцінити реальну ефективність системи фізичної підготовки військ, забезпечує необхідну зворотню зв'язок.

4. Використання моделі фізичної підготовленості військовослужащого спецподразделення підвищить ефективність військово-професійного навчання.

5. Сучасні вимоги до тактики дій спецподразделення викликає необхідність наукового дослідження фізичної підготовки військовослужащих, потребою в більшій мірі використовувати, можливості військово-педагогічної науки в забезпеченні рішення завдання розробки науково-обґрунтованих положень і рекомендацій, дозволяючих, швидко і ефективно розвинути фізичні здібності, сформувати професійно-прикладні навички і вміння, які дозволять в умовах реальної навчально-бойової діяльності успішно виконувати професійні обов'язки.

Використані джерела

1. Військова доктрина Республіки Білорусь, затверджена Законом Республіки Білорусь від 3 січня 2002 року №74-З. – Мінськ, 2002.

2. Руководство по боевой подготовке в Вооруженных Силах: приказ Министра обороны Респ. Беларусь от 22 дек. 2007 г. №1075. – Минск: 2007. – 131 с.
3. Инструкция об организации физической подготовки и спорта в Вооруженных Силах: приказ Министра обороны Респ. Беларусь от 19 сентября 2014 г. № 1000. Минск: 2014. – 212 с.
4. Рашупкин, В.В. Развитие специальной выносливости военнослужащих на основе применения тренажерно-диагностического комплекса "Рейд": автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / В.В.Рашупкин; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск, 2013. – 24 с.
5. Теория и организация физической подготовки войск: учебник для курсантов и слушателей военного института физической культуры. Часть I – Издание пятое, переработанное и дополненное / Л.А. Вейдер-Дубровин [и др.]; под ред. Л.А. Вейдер-Дубровина, В.В. Миронова, В.А. Шейченко. – Санкт-Петербург: Военный дважды Краснознаменный институт физической культуры, 1992. – 342 с.
6. Нормативы по боевой подготовке для мотострелковых, танковых, мобильных и разведывательных воинских частей и подразделений: приказ Министра обороны Респ. Беларусь от 16 янв. 2004 г. №20. – Минск: 2004. – 211 с.
7. Программа боевой подготовки отдельной роты специального назначения. Приложение к приказу Министра обороны Республики Беларусь от 29 января 2007 года № 23. Бобруйск: 2007. – 161 с.
8. Исследование влияния облегченных и утяжеленных условий на развитие общей и специальной выносливости военнослужащих: отчет о НИР (заключ.) / Воен. акад. Респ. Беларусь; рук. темы А.Г. Бага. – Минск, 2002. – 43 с.

Drayov O.

IMPROVING SPECIAL ENDURANCE IN COMBAT TRAINING MILITARY SPECIAL FORCES

This article discusses and proves the issues of improving special endurance military special forces of the Armed Forces during military training. To improve special endurance of soldiers it is proposed to use complex tasks of military-applied orientation in various areas of power. In modern conditions improvement of physical preparation needs to be directed as on effective interrelations with all components of the system of combat training, and on the ordering of communications in own system between the structural elements making it. Educational and fighting activity for effective implementation of tasks of mission assumes at the military personnel of special forces of the solution of the general and special problems of physical preparation. Comparison of the reached results on purpose gives the chance to estimate real system effectiveness of physical preparation of troops, provides necessary feedback. Use of model of physical fitness of the serviceman of special forces will increase efficiency of a military vocational education. Modern requirements to the article examines and explains the issues of improvement of special endurance of the military forces of the Armed Forces during military training. Given the phenomenon of integrity, i.e. increase the efficiency in the system of organization of activity of the individual items we were able to show the relationship of physical training with other subjects of training, expressed in a special orientation. In modern conditions the improvement of physical training should be focused on effective interaction with all components of the system of combat training, and the relationship in the system between the structural elements. The use of a model of physical fitness of the soldier of special forces will enhance the effectiveness of professional military education. Modern requirements to tactics of special forces necessitates research on physical training military personnel, the need for more opportunities to use military-pedagogical science in finding solutions to the challenges of developing science-based regulations and recommendations, allowing you to quickly and efficiently develop physical skills, for professional and applied skills that will allow successful implementation in a real combat training activities of professional duties. With the system analysis of physical training was seen not as a separate subject, and in its relationships and connections with all the structure elements of combat training of the military technician as a system of the highest order, in our work, research and the necessity of improving the system of physical training of military special forces on the basis of the relationship of the structural elements of combat training and requirements for the competence of. The study determined the structure of relations between military and physical training of servicemen of the special forces, the developed model characteristics of physical fitness of the soldier of special forces, experimentally tested a method of increasing the special endurance through the use of integrated tasks of military-applied orientation in different power zones, and evaluated its effectiveness in the training process. Comparison of the achieved results gives you the chance to assess the real effectiveness of the system of physical training of the army, provides the necessary feedback.

Key words: *military special forces, complex tasks, stage of combat training*

Стаття надійшла до редакції 14.09.2015 р.