

УДК 796.85:355.23(075.8)

ЗАЛЕЖНІСТЬ БОЙОВОЇ ГОТОВНОСТІ КУРСАНТІВ ВІЗ СУХОПУТНИХ ВІЙСЬК ВІД ЇХ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTI

Сергій РОМАНЧУК, Олександр ПОПОВИЧ, Вадим КРАСОТА

*Академія сухопутних військ
Академія військово-морських сил*

Анотація. У статті проаналізовано тенденції досліджень фізичної підготовки у Збройних силах. Визначено вплив фізичної підготовленості курсантів на виконання нормативів бойової підготовки під час тривалого виконання завдань у польових умовах. Проаналізовано умови навчально-бойової діяльності курсантів різних військових спеціальностей. Запропоновано напрямки удосконалення навчально-виховного процесу з фізичної підготовки у ВІЗ Сухопутних військ.

Ключові слова: бойова готовність, фізична підготовка, польовий вихід, нормативи, вимоги, курсанти.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями. Незважаючи на різну частку суто фізичної роботи військових фахівців, ефективність їх професійних дій тісно пов'язана з рівнем фізичної підготовленості. Насамперед це обумовлюється впливом фізичної підготовки на збільшення резервів організму, його стійкості до несприятливих чинників. Вчені виділяють кілька напрямків впливу фізичної підготовки на ефективність професійної діяльності військовослужбовців, а саме:

1) вищий рівень фізичної підготовленості військовослужбовців дозволяє їм ефективніше виконувати бойові прийоми та дії за своєю військовою спеціальністю; довший час зберігати швидкість і точність дій під впливом фізичних та нервово-психічних навантажень бойової діяльності, швидше відновлювати працездатність;

2) збільшення ролі фізичної підготовки в забезпеченні працездатності військових фахівців під час діяльності в складних умовах;

3) значущістю розвитку професійно важливих фізичних якостей.

На жаль, організація фізичної підготовки сьогодні не враховує викладені положення та не достатньо мірою забезпечує ефективну фізичну готовність військовослужбовців до сучасної бойової діяльності. Найактуальнішою названа проблема є у військових навчальних закладах Сухопутних військ, де готують майбутніх командирів підрозділів, які виконують бойові завдання впродовж 20 – 25 років.

Роботу виконано за планом НДР Управління фізичною підготовкою Збройних Сил України «Впровадження спеціальної програми з фізичної підготовки для миротворчого контингенту та його фізичної реабілітації після виконання завдань», шифр «Реабілітація».

Аналіз останніх досліджень та публікацій. У роботах О.О. Шевченко обґрунтовано вибір засобів і методів фізичної підготовки, що найефективніше підвищують працездатність конкретних військових фахівців, які формують важливі для професійної діяльності властивості організму [3].

К.В. Пронтенко визначав, що вправи з переважною спрямованістю на розвиток основних фізичних якостей (сили, швидкості й витривалості) розширюють резерви організму до професійної діяльності та забезпечують загальний фізичний розвиток військовослужбовців [5].

У Настанові з фізичної підготовки вказано, що основне завдання фізичної підготовки військовослужбовців є підвищення ефективності бойової роботи, успішність якої досягається здатністю виконувати професійні прийоми й дії, незважаючи на вплив несприятливих чинників зовнішнього середовища й бойової обстановки [2].

Ю.А. Бородін доводить, що сьогодні фізична підготовка військовослужбовців базується на принципі переважного вдосконалювання загальних фізичних якостей і рухових навичок. Удосконалювання загальних фізичних якостей і рухових навичок – важливий і необхідний напрямок, що сприяє успішнішому навчанню військовослужбовців будь-якої конкретної військової спеціальності, розширенню діапазону їхніх рухових можливостей. Водночас цей напрямок не відображає повною мірою сучасні вимоги до бойової підготовленості військово

службовців [1].

Сучасна діяльність військовослужбовців обумовлюється низкою обставин: зростанням вимог до організму людини в сучасній бойовій діяльності; складним прогнозуванням у мирний час характеру чинників, що впливають на людину в можливому реальному бою; значним зростанням рівня нервово-психічних навантажень у процесі сучасної бойової діяльності; можливістю швидкого переміщення підрозділів у нові кліматичні умови й різке збільшення вимог до функціональних можливостей організму людини [4, 6].

Наші наукові дослідження доводять, що найефективнішою є поетапна організації системи фізичної підготовки ВНЗ, яка побудована таким чином, щоб на молодших курсах (1-2 курс) заняття проводити з метою формування загальної фізичної підготовки, а на старших курсах (3-4 курс) – формувати здатність протистояти надмірним функціональним навантаженням організму, фізіологічній потужності компенсаторних реакцій, фізіологічних резервів і резистентності організму [7].

Мета дослідження – визначити залежність бойової готовності курсантів різних військових спеціальностей від рівня їх фізичної підготовленості.

Завдання:

1. Проаналізувати результати виконання нормативів бойової підготовки під впливом умов навчально-бойової діяльності.

2. Визначити залежність бойової готовності від рівня фізичної підготовленості.

Основні результати дослідження. Вплив рівня спеціальної фізичної підготовленості курсантів на показники бойової підготовленості ми визначали за результатами, які були продемонстровані під час польових виходів факультетів Академії сухопутних військ. Для цього ми сформували по дві групи за такими спеціальностями підготовки: аеромобільні війська, танкові підрозділи, механізовані підрозділи. До однієї групи належали курсанти – члени збірних команд Академії з військово-прикладних видів спорту, а до другої групи – курсанти, які займалися фізичною підготовкою згідно з навчальною програмою.

Вплив фізичної підготовки на ефективність професійної діяльності ми аналізували відповідно до вимог бойової підготовки військовослужбовців різних родів військ.

Ми довели, що незалежно від особливостей професійної діяльності будь-яких військових фахівців її ефективність тісно пов'язана з рівнем їхньої фізичної підготовленості. Такий висновок підтверджують результати досліджень під час польових виходів (табл. 1).

Так отримані результати на суттєві відмінності у виконання зазначених тестів у курсантів 1-ої та 2-ої груп (табл. 1). Так, у курсантів 2-ї групи результати з додання смуги перешкод погіршилися на 28 секунд (20%, $P < 0,001$), тоді як в 1-ій групі результати погіршилися лише на 1% ($P > 0,05$). Результати дослідження свідчать про недостатню готовність організму більшості курсантів до перенесення значних фізичних навантажень упродовж тривалого часу професійної діяльності. Зазначимо також, що заняття під час польового виходу не завжди проводилися з максимальним навантаженням, таким що є характерним у бойових умовах.

Таблиця 1

Показники бойової підготовки військовослужбовців аеромобільних підрозділів під час польових виходів

Групи в/сл	Показники	До навчань	У день закінчення	Різниця, %
		$X \pm m$	$X_1 \pm m$	X_1/X
1-ша (n=27)	Час додання смуги перешкод, с	129±0,9	131±0,9	1
	Результати стрільби з автомату, оч.	68±2,6	67±2,7	2
2-га (n=34)	Час додання смуги перешкод, с	138±1,2	166±1,4	20
	Результати стрільби з автомату, оч.	66±2,4	42±3,3	36

Результати стрільби з автомату Калашникова також показали перевагу курсантів 1 групи над курсантами 2-ї групи ($P < 0,001$). Курсанти 2-ї групи наприкінці польового виходу в мішень влучали менше ніж 50% можливих влучень. Це підтверджує недостатню морально-психологічну готовність до перенесення значних фізичних на психологічних навантажень бойових умов.

Під час польових виходів розвідувальних підрозділів, навчання яких супроводжувалося вищими фізичними навантаженнями (енерговитрати становили 5830 ккал на добу, у першому випадку – 4785 ккал добу), значущість фізичної підготовленості військовослужбовців виявилася в більшою мірою. У військовослужбовців 1-ї групи (n=21) погіршення результатів додання смуги перешкод становив 10 – 12%, а в 2-ій групі – 44 – 46%. Показники стрільби також погіршилися в 1-ій групі на 16%, а в 2-ій на 54%.

Значущість фізичної підготовки позначається на сучасній військово-професійній діяльності, що супроводжується і відносно невисокими навантаженнями.

Так, у танкістів під час польових виходів при тривалому виконанні завдань у герметично закритих об'єктах (енерговитрати становили від 2762 до 2814 ккал/доба) показники бойової підготовки в курсантів 1-ї групи були значно вище, ніж у курсантів, які займалися за діючою програмою фізичної підготовки (2-га група) (табл. 2).

У курсантів 1-ї групи в день закінчення польового виходу показники погіршувалися на 17 – 25%, а в 2-ої – на 45 – 137%. Роль фізичної підготовки тут очевидна. Причина такого вираженого зниження працездатності танкістів полягає в несприятливому впливі комплексу чинників військово-професійної діяльності: одноманітної робочої пози та відсутності можливості її істотної зміни, шумів, вібрацій, зміненого газового середовища у відділеннях танка тощо. Тому під час проведення фізичної підготовки повною мірою варто враховувати особливості професійної діяльності та підвищувати витривалість танкістів до дії всього комплексу несприятливих чинників.

Таблиця 2

Показники бойової підготовки військовослужбовців танкових та механізованих підрозділів під час польових виходів

Курсанти танкових підрозділів									
Групи в/сл.	Завантаження боєкомплекту танка, %			Точність стрільби, %			Час виконання вогневого завдання, %		
	До навч.	Після навч.	Зміни	До навч.	Після навч.	Зміни	До навч.	Після навч.	Зміни
1-ша (n=24)	100	80	20	100	75	25	100	117	17
2-га (n=36)	100	40	60	100	55	45	100	237	137
Курсанти механізованих підрозділів									
Групи в/сл.	Воєнізований крос на 3 км, хв.,с			Стрільба з автомату, оч			Оформлення одиночного окопу для стрільби лежачи, с		
1-ша (n=34)	14,19 ±2,1	14,37 ±1,9	0,18	57 ±1,9	51 ±2,4	6	512 ±0,9	529 ±0,7	0,17
2-га (n=56)	14,28 ±2,6	15,21 ±2,8	0,53	53 ±2,3	29 ±3,8	24	518 ±0,6	534 ±1,1	0,5

Вплив навантажень на організм курсантів помітно підсилюється, коли бойові дії відбуваються в незвичайних кліматичних умовах. Роль фізичної підготовки в цьому випадку істотно зростає. Такі дані отримані на польовому виході підрозділів механізованих підрозділів влітку при денній температурі +28 – 30 С⁰ (табл. 2).

Чинники високої щоденної температури несприятливо впливають на будь-яку людину (за винятком осіб, що постійно проживають на цих умовах). Однак у курсантів-членів збірних команд (1-га група) показники працездатності погіршилися значно меншою мірою (на 19 – 20%), ніж у курсантів 2-ї групи із загальною фізичною підготовленістю (на 46 – 52%). Це обумовлено тим, що комплексна дія навантажень бойової підготовки (енерговитрати від 3000 до 3300 ккал/доб.) і висока температура середовища виявилися для їхнього організму надмірними, що призвело до різкого зниження працездатності. Для її забезпечення під час бойових дій необхідно в процесі фізичної підготовки підвищувати витривалість військовослужбовців і функціональні можливості їхнього організму до такого рівня, який би забезпечував успішне

виконання бойових завдань із урахуванням комплексного впливу фізичних навантажень і чинників зовнішнього середовища. Найефективнішими для цього є вправи великого й субмаксимального навантаження, які дозволяють успішно вдосконалювати фізіологічні системи забезпечення організму киснем, підвищувати його адаптаційні можливості.

Проведені наукові дослідження дозволили нам сформулювати основні напрямки удосконалення фізичної підготовки у ВНЗ Сухопутних військ. Підвищення стійкості організму до різних чинників зовнішнього середовища та бойової обстановки повинно становити основне завдання фізичної підготовки курсантів у сучасних умовах. У цьому випадку також відбуватиметься розвиток і вдосконалювання фізичних якостей і рухових навичок, але вибір засобів і методів проведення занять повинен базуватися насамперед на ефективному підвищенні функціональних можливостей фізіологічних систем, що відіграють головну роль у забезпеченні здатності курсантів успішно адаптуватися до різних умов, у тому числі екстремальних.

Фізична підготовка будь-яких військових фахівців повинна базуватися на вимогах бойової діяльності до їх фізичної готовності. За останні роки немає наукових досліджень, які визначали цю залежність для військовослужбовців різних родів сухопутних військ. Причому ці вимоги, з одного боку, належною мірою не вивчаються, а з другого боку – їхнє об'єктивне вивчення є вкрай складним завданням в умовах реформування Збройних сил.

Фізична готовність – це сформовані в процесі фізичної підготовки або придбані в процесі індивідуального життя функціональні можливості організму, що дозволяють військовому фахівцеві успішно виконувати бойові завдання.

За результатами дослідження ми відповіли на питання «Яким чином забезпечувати фізичну готовність військовослужбовців до бойової діяльності?». Варто звернутися до найважливішої закономірності взаємодії людини та середовища. Суть її в тому, що при дії різних, але значних за силою, чинників середовища або професійної діяльності (що характерно для різних родів сухопутних військ) первинна відповідь організму забезпечується тими самими фізіологічними системами, що й під час занять фізичними вправами – серцево-судинної, дихальної та кровоносної. І якщо вони забезпечують діяльність організму курсантів, то адаптація відбувається впродовж коротшого терміну і з меншими фізіологічними витратами, тобто при більшій високій рівні працездатності відповідних фахівців.

Ефективний вплив на функцію забезпечення, організму киснем досягається циклічними вправами, пов'язаними з участю в роботі великих м'язових груп, тому що вони є його основними споживачами. До таких вправ належить біг, ходьба на лижах, плавання тощо. Безумовно, це і багато видів спортивних ігор, особливо баскетбол, футбол, що протікають, крім того, на високому емоційному тлі.

Застосування цих вправ забезпечує фізіологічну готовність курсантів до дій у складних умовах бойової діяльності, але не забезпечують готовність до дій у складі групи під час інтенсивної діяльності в екстремальних умовах та дій за раптовими змінами обстановки. Ми вважаємо, що на старших курсах навчання до програми з фізичної підготовки необхідно ввести більше військово-прикладних вправ, які б дозволяли формувати фізичну та психологічну курсантів готовність до дій в екстремальних умовах.

Висновок. Формування первинної відповіді організму засобами фізичної підготовки – це фактично розвиток фізичної витривалості, поряд з якою підготовка курсантів повинна забезпечувати одночасний розвиток сили швидкості, спритності, а на їх «базі» – формування емоційної стійкості та професійно важливих фізичних якостей і рухових навичок.

Недостатній рівень розвитку зазначених якостей може призвести до надмірного навантаження організму в ситуаціях, що вимагає їх прояву. Для курсантів із високим рівнем фізичної витривалості такі навантаження менш небезпечні. Вони мають більшу стійкість до несприятливих змін в організмі, а також можливості їх компенсації.

Список літератури

1. *Бородин Ю. А.* Эффективность физической подготовки в системе военно-профессионального обучения и пути ее повышения / Ю. А. Бородин // Педагогика, психология та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / [за ред. С. С. Єрмакова]. – Х. : 2003. – № 10. – С. 62-63.

2. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Украины (НФП-09). – К. : Типографія ГШ, 2009. – 164 с.
3. Паевский В. В. Роль физической подготовки в совершенствовании задач и функциональных особенностей учебно-боевой деятельности личного состава подразделений ППО Сухопутных войск / В. В. Паевский, О. А. Шевченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / [за ред. С. С. Єрмакова]. – Х., 2004. – № 9. – С. 53-62.
4. Піддубний О. Г. Оптимізація фізичної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів у період первинного професійного навчання : автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / О. Г. Піддубний ; ЛДДФК. – Л., 2001. – С. 15-16.
5. Пронтенко К. В. Динамика показателей физического развития и функционального состояния курсантов ВВУЗ операторского профиля на этапе первоначального обучения под воздействием занятий гиревым спортом / К. В. Пронтенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. монографія / [за ред. С. С. Єрмакова]. – Х., 2008. – № 5. – С. 111-115.
6. Романчук В. М. Обґрунтування змісту та організації форм фізичної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів технічного профілю : автореф. дис. на канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / В. М. Романчук ; ЛДУФК. – Л., 2007. – С. 14-15.
7. Романчук С. В. Формування мотивації до занять фізичною підготовкою і спортом курсантів технічних військових навчальних закладів : автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / С. В. Романчук ; ЛДУФК. – Л., 2006. – С. 14-15.

**ЗАВИСИМОСТЬ БОЕВОЙ ГОТОВНОСТИ КУРСАНТОВ
ВУЗОВ СУХОПУТНЫХ ВОЙСК
ОТ ИХ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ**

Сергей РОМАНЧУК, Александр ПОПОВИЧ, Вадим КРАСОТА

*Академия сухопутный войск
Академия военно-морских сил*

Аннотация. В статье рассмотрены тенденции исследований физической подготовки в Вооруженных силах. Определено влияние физической подготовленности на выполнение нормативов боевой подготовки во время длительного выполнения заданий в полевых условиях. Проанализировано условия учебно-боевой деятельности курсантов разных военных специальностей. Предложено направления усовершенствования учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в ВУЗах Сухопутных войск.

Ключевые слова: боевая готовность, физическая подготовка, полевой выход, нормы, требования, курсанты.

**THE INFLUENCE OF PHYSICAL SKILLS ON COMBAT SKILLS
OF LAND FORCES CADETS**

Sergey ROMANCHUK, Alexander POPOVICH, Vadim KRASOTA

*Academy of Land Forces
Academy of Navy*

Annotation. The article deals with the study of physical skills influence in Armed Forces. The influence of physical skills on combat skills formation during long term task performance in field conditions. The conditions of combat activity of cadets of different military specializations have been analyzed.

Key words: combat skills, physical training, field walk, norms, demands, cadets.