

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ (ПО ОБЛАСТЯМ И УРОВНЯМ ОБРАЗОВАНИЯ) /  
THEORY AND METHODS OF TEACHING AND UPBRINGING (BY AREAS AND LEVELS OF EDUCATION)**

DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2023.132.41>

**ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ЗАДАЧ ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПВО-ПРО**

Научная статья

**Буриков А.В.<sup>1,\*</sup>**

<sup>1</sup> ORCID : 0000-0003-1779-9763;

<sup>1</sup> Ярославское высшее военное училище противовоздушной обороны, Ярославль, Российская Федерация

\* Корреспондирующий автор (burikov2001[at]mail.ru)

**Аннотация**

Рассматриваются особенности организации системы физической подготовки при выполнении задач военно-профессиональной деятельности военнослужащими войск противовоздушной и противоракетной обороны при нахождении в местах временной дислокации.

Отмечается, что от военного специалиста войск ПВО-ПРО требуется не только высокая координация, но и четкие, выверенные, строго дозированные управляющие воздействия на органы управления. Следовательно, чем лучше военнослужащий войск ПВО-ПРО подготовлен, тем меньше напряжение физиологических систем отмечается у него при выполнении поставленных учебно-боевых или боевых задач.

Делается заключение о необходимости разработки экспериментальной модели физической подготовки военнослужащих войск ПВО-ПРО при нахождении в местах временной дислокации при несении боевого дежурства и проверки ее эффективности.

**Ключевые слова:** физическая подготовка, военнослужащие, военно-профессиональная деятельность, боевое дежурство, военный конфликт, место временной дислокации.

**THE SPECIFICS OF THE ORGANIZATION OF PHYSICAL TRAINING IN THE PERFORMANCE OF MILITARY AND PROFESSIONAL TASKS BY AIR AND MISSILE DEFENCE PERSONNEL**

Research article

**Burikov A.V.<sup>1,\*</sup>**

<sup>1</sup> ORCID : 0000-0003-1779-9763;

<sup>1</sup> Yaroslavl Higher Military Institute of the Air Defense, Yaroslavl, Russian Federation

\* Corresponding author (burikov2001[at]mail.ru)

**Abstract**

The article examines the specifics of physical training system organization when military personnel of air and missile defence troops perform their military and professional activity tasks at temporary deployment sites.

It has been noted that an air defence specialist needs not only high coordination, but also clear, precise and strictly dosed control actions on the control organs. Consequently, the better trained a member of the Air Defence Force is, the less physiological systems are strained when performing assigned combat missions.

The conclusion is that an experimental model for the physical training of air defence and missile defence forces while on temporary deployment in combat duty should be developed and its effectiveness tested.

**Keywords:** physical training, military personnel, professional military activity, combat duty, military conflict, temporary deployment.

**Введение**

Исследование особенностей специфики организации физической подготовки военнослужащих ПВО-ПРО, осуществляющих свою деятельность в зонах военных конфликтов, в том числе и при проведении специальной военной операции (СВО) в настоящее время представляет, несомненно, достаточно большой интерес [2, С. 37].

Специфика деятельности военнослужащих ПВО-ПРО в местах временной дислокации в зоне проведения специальных военных операций, а также локальных военных конфликтов позволяет поддерживать уровень физической подготовленности различными средствами физической подготовки.

Специфика военно-профессиональной деятельности военнослужащих ПВО-ПРО, находящихся в местах временной дислокации, по своему содержанию и характеру выполняемой деятельности, аналогична выполнению учебно-боевых и специальных задач, выполняемых в пунктах постоянной дислокации [5, С. 49]. Так, при выполнении пусков неуправляемых ракет по учебным или боевым целям, как на учебном полигоне, так и при нахождении в зоне военного конфликта, используется один и тот же набор и последовательность двигательных действий. Это же относится и к особенностям несения караульной службы военнослужащими, как в местах временной, так и постоянной дислокации. Выполнение задач по несению боевого дежурства, решаемых военнослужащими войск ПВО-ПРО в пунктах временной дислокации, также аналогична задачам, выполняемым в пунктах постоянной дислокации.

**Результаты исследования и их обсуждение**

Одним из вариантов физической подготовки и физкультурно-спортивной работы, реализуемых в местах временной дислокации, в том числе и нахождении в зоне военного конфликта – это работа по обеспечению военнослужащих спортивными контейнерами. В состав которых входит оборудование, включающее простейшие гимнастические снаряды (перекладины, брусья), скамьи для жима лежа, а также содержащие необходимые спортивные и игровые площадки.

В рамках физкультурно-спортивной работы среди воинских формирований пунктов временной дислокации проводятся различные мероприятия в выходные и праздничные дни, включающие спортивные и подвижные игры, соревнования по гиревому спорту, жиму штанги, подтягиванию, перетягиванию каната и различные эстафеты [11, С. 109]. Программа физкультурно-спортивных мероприятий зависит от компетентности и кругозора специалиста, отвечающего за организацию физической подготовки.

Однако, не стоит забывать, что выполнение как учебных, так и боевых задач при нахождении в пунктах временной дислокации или в ходе проведения специальных военных операций происходит на фоне высокого нервно-эмоционального напряжения у военнослужащих, обусловленного повышенной опасностью жизни и здоровья, высокой ответственностью, что предъявляет высокие требования к качеству и устойчивости сформировавшихся двигательных навыков, а также условий для психофизиологической реабилитации, проводимой, в том числе и средствами физической подготовки [8, С. 65].

При этом, как отмечают Елькин Ю. Г. с соавторами [10, С. 209], что учебно-боевая деятельность – это поэтапное формирование специальных двигательных навыков и умений, необходимых военнослужащему при выполнении военно-профессиональных задач по своему предназначению и доведение их до автоматизма, обеспечивающего целенаправленную деятельность в условиях учебно-боевой или приближенной к боевой обстановки, что, особенно важно, при нахождении в зоне военного конфликта.

В рамках совершенствования физической подготовленности военнослужащих для каждой воинской специальности войск ПВО-ПРО существует достаточно полный перечень сборников нормативов, упражнений, операций, в ходе многократного выполнения которых у военнослужащего формируются и совершенствуются необходимые двигательные навыки и умения, необходимые для качественного выполнения задач военно-профессиональной деятельности [9, С. 15].

Но при этом нельзя забывать, что для каждой воинской специальности (или групп воинских специальностей) войск ПВО-ПРО необходимо формировать специфичные двигательные навыки [6, С. 45]. Выполнение одних упражнений и нормативов связано с пространственно-временными рамками, физическим напряжением, других – с максимальной концентрацией внимания и координацией движений.

Таким образом, содержание подготовки военнослужащих различных групп воинских специальностей войск ПВО-ПРО должно иметь свои особенности, что совпадает с результатами исследований других авторов [12, С. 87].

Рассматривая боевую деятельность через призму двигательных навыков, как отмечает ряд авторов, целесообразно разобраться с психофизиологической характеристикой военно-профессиональной деятельности военнослужащего, где обращается внимание на формирование сложных навыков и умений, которые обеспечивают соответствующее взаимоотношение военнослужащих ПВО-ПРО с эксплуатируемой техникой при воздействии различных факторов внешней среды [1, С. 65].

Военно-профессиональная деятельность военнослужащих воинских частей ПВО-ПРО, в большей степени, является операторской и относится к сенсомоторному типу, то есть, основанной на сенсорном восприятии и моторной активности и может быть представлена рядом компонентов, тесно взаимодействующих друг с другом.

Для обеспечения выполнения задач военно-профессиональной деятельности с заданными характеристиками военнослужащий войск ПВО-ПРО должен постоянно осуществлять контроль за приборным оборудованием, оценивать пространственные характеристики, воздушную обстановку, принимать решения и осуществлять управляющие воздействия.

Выполнение поставленных задач военнослужащими ПВО-ПРО в период выполнения военно-профессиональной деятельности включает непрерывное наблюдение за приборами для получения информации о состоянии воздушной обстановки, анализ этой информации, принятие решений и их реализацию.

В зависимости от этапа выполнения военно-профессиональных задач при несении боевого дежурства требуется определенная сбалансированность получаемой военным специалистом войск ПВО-ПРО информации. Наиболее высокое качество наблюдается, если наблюдение за контролируемыми параметрами осуществляется с дискретностью не более 2 сек. Отвлечение параметров более чем на 2 сек.

Следовательно, навыки в распределении, переключении внимания, анализе поступающей информации, оценка соответствия заданным параметрам в короткие сроки является неотъемлемой и важной частью подготовки военного специалиста войск ПВО-ПРО [3, С. 101].

Таким образом, от военного специалиста войск ПВО-ПРО требуется не только высокая координация, но и четкие, выверенные, строго дозированные управляющие воздействия на органы управления [7, С. 57]. Следовательно, чем лучше военнослужащий войск ПВО-ПРО подготовлен, тем меньше напряжение физиологических систем отмечается у него при выполнении поставленных учебно-боевых или боевых задач.

Высокий уровень состояния психологических нагрузок, особенно на боевом дежурстве, сказывается в характере изменения темпа рабочих операций, а также в изменении частоты пульса, дыхания и других физиологических показателей. Данные проявления чаще наблюдаются у военнослужащих войск ПВО-ПРО, имеющих недостаточный или низкий уровень физической подготовленности и психологической устойчивости.

Уровень подготовки военного специалиста войск ПВО-ПРО характеризуется следующими психофизиологическими показателями:

- правильность оценки воздушной и навигационной обстановки;

- характер распределения и переключения внимания;
- время реакции на поступающую информацию;
- количественная и качественная характеристика выполняемых рабочих операций по данным объективного контроля.

Для успешного выполнения боевых и учебно-боевых задач, переработки значительного объема текущей информации, оценки воздушной обстановки, принятия решений и своевременной их реализации от военного специалиста войск ПВО-ПРО требуется постоянная целенаправленная специальная и психологическая подготовка, достаточный уровень тренированности, хорошее физическое состояние и эмоциональная устойчивость [4, С. 33].

Исходя из вышеизложенного, физическая подготовка военнослужащих войск ПВО-ПРО, особенно находясь в местах временной дислокации, должна быть направлена:

- на развитие основных мышечных групп тела (спина, живот, позвоночник, ноги) путем применения упражнений с собственным весом, направленное на формирование тонкой двигательной координации и мышечного чувства;
- на сохранение и укрепление здоровья путем использования циклических упражнений (преимущественно плавания, гребли, езды на велосипеде, ходьбы на лыжах), а также потягивающих и растягивающих упражнений в основном на позвоночник;
- на развитие и расширение зрительного кругозора путем применения в практике подвижных и спортивных игр;
- на тренировку вестибулярного аппарата путем выполнения гимнастических специальных упражнений и упражнений на специальной аппаратуре, бревне.

По мнению большинства военных специалистов по физической подготовке [13, С. 59], [14, С. 10], а также военнослужащих войск ПВО-ПРО для проверки уровня физической подготовленности целесообразно разработать единый тест, в который включить упражнения, характеризующие развитие мышечных групп тела (подтягивание на перекладине, поднос ног к перекладине, тройной прыжок с места), акробатическое упражнение, в зависимости от условий и наличия инвентаря и оборудования, координации (баскетбольный тест), передвижение по узкой опоре (бревну), скоростной выносливости (бег на 400 м или 4x100). Проверку надлежит проводить по возрастным группам.

В боевых условиях в местах временной дислокации физическую подготовку военнослужащих войск ПВО-ПРО необходимо направить на реабилитацию военных специалистов средствами физической подготовки (потягивающими упражнениями на позвоночник, спортивными и подвижными играми, упражнениями с собственным весом).

Вместе с этим ряд специалистов-практиков [15, С. 127] считает, что вопросам физической подготовки военнослужащих войск ПВО-ПРО, находящихся в местах временной дислокации, не уделяется должного внимания.

### Заключение

Таким образом, в ходе анализа особенностей выполнения профессиональных задач специфики физической подготовки военнослужащих, а также существующих нормативно-правовых документов существует реальная потребность проведения разработки экспериментальной модели физической подготовки военнослужащих войск ПВО-ПРО при нахождении в местах временной дислокации при несении боевого дежурства и проверки ее эффективности.

### Конфликт интересов

Не указан.

### Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

### Conflict of Interest

None declared.

### Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

### Список литературы / References

1. Аксенов К. В. Педагогическая технология — связующее звено между теорией обучения и ее практической реализацией / К. В. Аксенов // Вестник Ярославского высшего военного училища противовоздушной обороны. — 2019. — № 3. — С. 62-66.
2. Борисов А. В. Физическая подготовка в военно-профессиональной деятельности военнослужащих Воздушно-космических сил / А. В. Борисов, Н. А. Воронов, В. Н. Васин // Современные проблемы науки и образования. — 2019. — № 5. — С. 37.
3. Борисов А. В. Результаты эксперимента по совершенствованию физической подготовки военнослужащих Воздушно-космических сил России / А. В. Борисов, А. В. Буриков, С. А. Ершов // Современные проблемы науки и образования. — 2019. — № 6. — С. 101.
4. Бочковская В. Л. Педагогическая технология формирования навыков организации самостоятельной физической тренировки у курсантов вузов ПВО / В. Л. Бочковская, А. Г. Горбунов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. — 2016. — № 8 (138). — С. 30-34.
5. Буриков А. В. Необходимость использования теоретических основ в организации физической подготовки военнослужащих / А. В. Буриков // Вестник Ярославского высшего военного училища противовоздушной обороны. — 2020. — № 2 (9). — С. 47-51.
6. Буриков А.В. Теоретические аспекты физической подготовки военнослужащих / А.В. Буриков // Обзор педагогических исследований. — 2020. — Т. 2. — № 4. — С. 43-48.
7. Васин В. Н. Формирование у курсантов вузов навыков мониторинга образовательного процесса по физической подготовке / В. Н. Васин // Colloquium-journal. — 2018. — № 10-8 (21). — С. 56-59.

8. Виленский М. Я. Образовательные ценности физической культуры в высшей школе: содержание, свойства, функции / М. Я. Виленский // *Культура физическая и здоровье*. — 2017. — № 1 (61). — С. 62-67.
9. Ендальцев Б. В. Теоретические и практические основы современной физической подготовки / Б. В. Ендальцев // *Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур*. — 2016. — № 1. — С. 11-18.
10. Елькин Ю. Г. Вопросы организации физической подготовки курсантов с использованием нормированных физических нагрузок / Ю. Г. Елькин, Д. А. Дубровин // *Актуальные вопросы физической и специальной подготовки силовых структур*. — 2021. — № 1. — С. 207-211.
11. Елькин Ю. Г. Эффективность формирования специальных физических качеств у студенческой молодежи / Ю. Г. Елькин, Н. Т. Косяшников, А. В. Буриков // *Вестник Рыбинской государственной авиационной технологической академии*. — 2014. — № 2 (29). — С. 107-110.
12. Калитов А.Б. Проблема выбора педагогических технологий в образовательном процессе военного вуза/ А. Б. Калитов, А. Н. Колоколова, П. В. Ролдугин // *Научный рецензируемый журнал «Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур»* — 4 (17) — 2012. — С. 85-88.
13. Пашута В. Л. Методика развития физических качеств обучающихся в вузе / В. Л. Пашута, Ю. Г. Елькин, А. Н. Киселева // *Теория и практика служебно-прикладной физической подготовки, ВИФК*. — № 2 (12). — 2021. — С. 57-62.
14. Щеголев В. А. Становление и развитие теории специальной направленности физической подготовки военнослужащих / В. А. Щеголев, В. П. Сущенко, В. А. Собина, А. Н. Сивак // *Теория и практика физической культуры*. — 2019. — № 8. — С. 9-11.
15. Щеголь А. И. Новые подходы в обучении курсантов / А. И. Щеголь, И. Н. Чайкин // *Вестник Ярославского высшего военного училища противовоздушной обороны*. — 2018. — № 1 (2). — С. 126-130.

### Список литературы на английском языке / References in English

1. Aksenov K. V. Pedagogicheskaja tehnologija – svjazujushhee zveno mezhdu teoriej obuchenija i ee prakticheskoj realizacii [Pedagogical Technology — a Link between the Theory of Learning and Its Practical Implementation] / K. V. Aksenov // *Vestnik Jaroslavskogo vysshego voennogo uchilishha protivovozdushnoj oborony* [Bulletin of the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense]. — 2019. — № 3. — P. 62-66. [in Russian]
2. Borisov A. V. Fizicheskaja podgotovka v voenno-professional'noj dejatel'nosti voennosluzhashhih Vozdushno-kosmicheskikh sil [Physical Training in the Military Professional Activity of Military Personnel of the Aerospace Forces] / A. V. Borisov, N. A. Voronov, V. N. Vasin // *Sovremennye problemy nauki i obrazovanija* [Modern Problems of Science and Education]. — 2019. — № 5. — P. 37. [in Russian]
3. Borisov A. V. Rezul'taty jeksperimenta po sovershenstvovaniju fizicheskoj podgotovki voennosluzhashhih Vozdushno-kosmicheskikh sil Rossii [The Results of the Experiment to Improve the Physical Training of Military Personnel of the Aerospace Forces of Russia] / A. V. Borisov, A. V. Burikov, S. A. Ershov // *Sovremennye problemy nauki i obrazovanija* [Modern Problems of Science and Education]. — 2019. — № 6. — P. 101. [in Russian]
4. Bochkovskaya V. L. Pedagogicheskaja tehnologija formirovanija navykov organizacii samostojatel'noj fizicheskoj trenirovki u kursantov vuzov PVO [Pedagogical Technology of Forming the Skills of Organizing Independent Physical Training among Cadets of Air Defense Universities] / V. L. Bochkovskaya, A. G. Gorbunov // *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta* [Scientific Notes of the University Named after P. F. Lesgaft]. — 2016. — № 8 (138). — P. 30-34. [in Russian]
5. Burikov A. V. Neobhodimost' ispol'zovanija teoreticheskikh osnov v organizacii fizicheskoj podgotovki voennosluzhashhih [The Need to Use Theoretical Foundations in the Organization of Physical Training of Military Personnel] / A. V. Burikov // *Vestnik Jaroslavskogo vysshego voennogo uchilishha protivovozdushnoj oborony* [Bulletin of the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense]. — 2020. — № 2 (9). — P. 47-51. [in Russian]
6. Burikov A.V. Teoreticheskie aspekty fizicheskoj podgotovki voennosluzhashhih [Theoretical Aspects of the Physical Training of Military Personnel] / A.V. Burikov // *Obzor pedagogicheskikh issledovanij* [Review of Pedagogical Research]. — 2020. — Vol. 2. — № 4. — P. 43-48. [in Russian]
7. Vasin V. N. Formirovanie u kursantov vuzov navykov monitoringa obrazovatel'nogo processa po fizicheskoj podgotovke [Formation of the Skills of Monitoring the Educational Process in Physical Training among University Cadets] / V. N. Vasin // *Colloquium-journal*. — 2018. — № 10-8 (21). — P. 56-59. [in Russian]
8. Vilensky M. Ya. Obrazovatel'nye cennosti fizicheskoj kul'tury v vysshej shkole: sodержание, svojstva, funkcii [Educational Values of Physical Culture in Higher School: Content, Properties, Functions] / M. Ya. Vilensky // *Kul'tura fizicheskaja i zdorov'e* [Physical Culture and Health]. — 2017. — № 1 (61). — P. 62-67. [in Russian]
9. Endaltsev B. V. Teoreticheskie i prakticheskie osnovy sovremennoj fizicheskoj podgotovki [Theoretical and Practical Foundations of Modern Physical Training] / B. V. Endaltsev // *Aktual'nye problemy fizicheskoj i special'noj podgotovki silovyh struktur* [Actual Problems of Physical and Special Training of Power Structures]. — 2016. — № 1. — P. 11-18. [in Russian]
10. Yelkin Yu. G. Voprosy organizacii fizicheskoj podgotovki kursantov s ispol'zovaniem normirovannyh fizicheskikh nagruzok [Issues of Organizing the Physical Training of Cadets Using Normalized Physical Loads] / Yu. G. Yelkin, D. A. Dubrovin // *Aktual'nye voprosy fizicheskoj i special'noj podgotovki silovyh struktur* [Topical Issues of Physical and Special Training of Law Enforcement Agencies]. — 2021. — № 1. — P. 207-211. [in Russian]
11. Yelkin Yu. G. Jeffektivnost' formirovanija special'nyh fizicheskikh kachestv u studencheskoj molodezhi [The Effectiveness of the Formation of Special Physical Qualities in Student Youth] / Yu. G. Yelkin, N/ T/ Kosyashnikov, A. V. Burikov // *Vestnik Rybinskoj gosudarstvennoj aviacionnoj tehnologicheskoi akademii* [Bulletin of the Rybinsk State Aviation Technological Academy]. — 2014. — № 2 (29). — P. 107-110. [in Russian]

12. Kalitov A. B. Problema vybora pedagogicheskikh tehnologij v obrazovatel'nom processe voennogo vuza [The Problem of Choosing Pedagogical Technologies in the Educational Process of a Military University] / A. B. Kalitov, A. N. Kolokolova, P. V. Roldugin // Nauchnyj recenziruemyj zhurnal «Aktual'nye problemy fizicheskoi i special'noj podgotovki silovykh struktur» [Scientific Peer-Reviewed Journal «Actual Problems of Physical and Special Training of Power Structures»]. — № 4 (17) — 2012. — P. 85-88. [in Russian]
13. Pashuta V. L. Metodika razvitiya fizicheskikh kachestv obuchajushhhsja v vuze [Methodology for the Development of Physical Qualities of Students at the University] / V. L. Pashuta, Yu. G. Elkin, A. N. Kiseleva // Teorija i praktika sluzhebno-prikladnoj fizicheskoi podgotovki, VIFK [Theory and Practice of Service-Applied Physical Training, VIFK]. — № 2 (12). — 2021. — P. 57-62. [in Russian]
14. Schegolev V. A. Stanovlenie i razvitie teorii special'noj napravlenosti fizicheskoi podgotovki voennosluzhashhih [Formation and Development of the Theory of Special Orientation of Physical Training of Servicemen] / V. A. Schegolev, V. P. Sushchenko, V. A. Sobina, A. N. Sivak // Teorija i praktika fizicheskoi kul'tury [Theory and Practice of Physical Culture]. — 2019. — № 8. — P. 9-11. [in Russian]
15. Shchegol A. I. Novye podhody v obuchenii kursantov [New Approaches in Training Cadets] / A. I. Shchegol, I. N. Chaikin // Vestnik Jaroslavskego vysshego voennogo uchilishha protivovozdushnoj oborony [Bulletin of the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense]. — 2018. — № 1 (2). — P. 126-130. [in Russian]