

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА/PHYSICAL CULTURE AND PROFESSIONAL PHYSICAL TRAINING

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.156.104>

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ

Научная статья

Буриков А.В.^{1,*}

¹ ORCID : 0000-0003-1779-9763;

¹ Московская государственная академия физической культуры, Малаховка, Российская Федерация

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

Аннотация

Статья затрагивает методики обучения курсантов, обусловленные необходимостью владения специфическими техническими и профессиональными умениями для эффективного использования знаний в военной сфере. Особое внимание уделяется формированию надежной мотивации личности к изучению и применению технологий, направленных на сохранение здоровья.

Также, чтобы успешно продвигаться по данному пути, крайне важно при разработке норм и стандартов физической подготовки вводить новые методические решения, которые подкреплены прочной мотивацией.

Современные подходы к развитию системы физических упражнений в высших военных учебных заведениях подчеркивают необходимость внедрения передовых мотивационных технологий, направленных на усиление личностных качеств и практических навыков курсантов.

Утверждается, что индикаторами успешного выполнения заданий военной специализации, ориентированных на достижение необходимых стандартов по всем аспектам физкультурных упражнений, служат физическая готовность и специализированные навыки военнослужащих.

Ключевые слова: физическая подготовка, физические упражнения, военно-профессиональная подготовка, военнослужащие, здоровые сберегающие технологии, мотивация.

PHYSICAL TRAINING IN THE MILITARY PROFESSIONAL TRAINING OF QUALIFIED SPECIALISTS

Research article

Burikov A.V.^{1,*}

¹ ORCID : 0000-0003-1779-9763;

¹ Moscow State Academy of Physical Education, Malachovka, Russian Federation

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

Abstract

The article touches upon the methods of training army personnel, caused by the need to possess specific technical and professional skills for the effective use of knowledge in the military sphere. Particular attention is paid to the formation of reliable motivation of the individual to study and apply technologies aimed at maintaining health.

Also, in order to successfully advance along this path, it is extremely important to introduce new methodological solutions when developing norms and standards of physical training, which are supported by strong motivation.

Modern approaches to the development of a system of physical exercises in higher military educational institutions emphasize the need to introduce advanced motivational technologies aimed at enhancing the personal qualities and practical skills of cadets.

It is argued that the indicators of successful completion of military specialization tasks aimed at achieving the necessary standards in all aspects of physical exercises are physical readiness and specialized skills of military personnel.

Keywords: physical training, physical exercises, military professional training, military personnel, health-saving technologies, motivation.

Введение

В рамках учебного плана в военных академиях и школах, относящихся к ведомству Минобороны РФ, предусмотрено изучение физической подготовки как элемента гуманитарного раздела. Ее задачей является развитие и поддержание нужного уровня физической готовности курсантов. Это подчеркивает критическую значимость поддержания физической формы в процессе обучения и подготовки будущих офицеров.

В работе А. В. Борисова с соавторами [3, С. 145] подчеркивается преимущество обучения в военных учебных заведениях системы, заключающееся в возможности курсантов приобретать не только ключевые знания, навыки и умения, необходимые для профессии, но и важность освоения методов сохранения здоровья. Это включает в себя технологии, направленные на улучшение различных аспектов физической готовности в соответствии с образовательной структурой.

Изучение значимости физической подготовки в достижении профессиональных целей военнослужащих, согласно Р. В. Богатыреву с соавторами [2, С. 13], имеет важное значение.

- первоначально, ростом потребности в эффективном исполнении служебных обязанностей военнослужащими для обеспечения превосходства над вражескими силами;

- во-вторых, специфическими требованиями к физической тренировке, необходимой для освоения практических умений, критичных для выполнения профессиональных обязанностей.

Военные, занимающиеся выполнением боевых задач, работают в разных условиях, связанных с их специализацией, что делает для них критически важным наличие высокой степени физической подготовки. Уровень их функционального состояния, имеющего прямое влияние на здоровье, во многом зависит от мотивации и регулярности тренировок, полученной в ходе обучения. Этот аспект подчеркивают в своих научных трудах известные исследователи в области военной физической подготовки, среди которых А. В. Борисов с соавторами [4, С. 37], В. Н. Васин с соавторами [10, С. 193], Г. В. Дворниченко с соавторами [11], Ю. Г. Елькин с соавторами [12, С. 105], С. А. Ершов с соавторами [13, С. 45], А. А. Стрелков с соавторами [18, С. 88].

Основные результаты

В военных академиях и школах Воздушно-космических сил придается значительное значение качественному образовательному процессу, который направлен на развитие у военнослужащих компетенций, необходимых для применения передовых методик в области сохранения здоровья. Это включает в себя методы, которые способствуют повышению уровня физической готовности к выполнению служебных задач.

В процессе внедрения строгой методологии для выполнения задач по улучшению уровня физической готовности военнослужащих в рамках обучения в военных академиях, исследователи в лице С. А. Трапезникова с соавторами [19, С. 7], а также Н. И. Якунина с соавторами [21, С. 69], акцентируют внимание на наличии определенных мерил успеха. Среди этих мерил ключевым является достижение установленных стандартов и критериев учебной программы, что в большей степени касается не столько личностных успехов курсантов, сколько их способности соответствовать обязательным нормам и требованиям.

Важно подчеркнуть, что эффективность программ физического воспитания, направленных на укрепление здоровья и повышение общей физической подготовленности, значительно зависит от профессионализма и методической грамотности инструктора.

Ключевым аспектом является тот факт, что начинающие преподаватели часто сталкиваются со сложностями при разработке и структурировании программ обучения, а также при выборе содержания для теоретических и практических занятий. Эти трудности возникают из-за отсутствия четко определенных, общепринятых критериев для выбора учебного материала и оценки усвоенных знаний.

В исследованиях, проведенных С. А. Антрофиковым с соавторами [1, С. 167], С. А. Ершовым с соавторами [14, С. 109], а также А. В. Малышко с соавторами [16, С. 71], подчеркивается, что функция контроля заключается в том, что:

- при анализе реального уровня физической готовности воинского состава;

- в синтезе лучших практик развития теоретических основ и методических подходов в области физической подготовки;

- в реализации специфических действий для улучшения всех аспектов физической тренировки.

На основе представленного анализа можно констатировать, что проблема контроля теоретических знаний часто приводит к его избыточному истолкованию, что затрагивает как педагогические, так и другие современные модели оценок, объединяющие как объективные, так и субъективные элементы.

В то же время, мы убеждены, что эффективное развитие в этой области требует внедрения новых методических подходов, акцентирующих внимание на формировании устойчивой мотивации для регламентации норм и стандартов физической подготовки. Сегодня этот сектор является наименее развитым в контексте усиления объективности в оценке структуры и методов физической подготовки. Следует подчеркнуть, что имеются лишь единичные инициативы по введению двойной системы оценивания данного критерия, что подтверждается литературными источниками.

Эффективность организации программ физического воспитания значительно влияет на достижение необходимого уровня физической подготовленности у курсантов. В сфере физического воспитания особое внимание уделяется разработке инструментов и методик для оценки этой подготовленности. Системы оценки основываются на универсальных принципах, применяемых в различных образовательных дисциплинах.

Следовательно, фундаментальные различия между разделами должны найти свое отражение в методиках оценки и контроля знаний, предусмотренных в Наставлении по физической культуре для Вооруженных сил Российской Федерации. Кроме улучшения физического состояния курсантов на организованных тренировках, предусмотренных учебным планом, курсанты также должны самостоятельно заниматься укреплением своих физических навыков.

Таким образом, задачи физкультурной подготовки становятся всё более многогранными и комплексными. В контексте современных подходов к разработке методик в области физической подготовки курсантов военных высших учебных заведений, акцентируется важность интеграций новаторских и мотивационных технологий, направленных на развитие личностных и практических навыков курсантов. Согласно исследованиям Ю.П. Шаркова с соавторами [20, С. 133], особое внимание в сфере физической подготовки военных уделяется её педагогической и методологической ориентации, а именно в культивировании у слушателей навыков самостоятельной подготовки, включая физкультурно-оздоровительные практики как неотъемлемую часть их профессионального и личностного развития.

В эпоху инноваций, подходы, основывающиеся на глубоко укорененных личных убеждениях к мотивации и заинтересованности в применении технологий, направленных на сохранение здоровья, выходят на передний план, что находит отражение в научных работах многих авторов. Фундаментальные принципы, лежащие в основе методик физической подготовки в военных учебных заведениях, представляют собой центральный элемент широкого диапазона задач, направленных на повышение качества обучения в сфере физического развития, и включают:

- акцент на регулярные физические упражнения, внедрение в обиход принципов, направленных на сохранение здоровья, а также соблюдение этических и эстетических стандартов поведения;

- фокусировку на креативный подход преподавателя и, в конечном счёте, анализ результативности данного подхода;

- использование интегрированной образовательной системы с элементами теоретического знания и практического применения в военной подготовке для культивирования осознанного подхода к физической подготовке.

Применение данных принципов в обучении физической подготовки в военных академиях потребует передового, новаторского подхода в плане технического оснащения и материально-технической поддержки учебного процесса, а также улучшения квалификации военно-педагогического состава. Для успешной реализации этой стратегии необходимо начать с пересмотра и обновления стандартной программы физической подготовки на основе современных концепций в этой сфере.

Чтобы максимизировать результаты применения упомянутой методики, эксперты утверждают, что требуется корректировать определенные аспекты физической культуры и спорта:

- приспособление содержания учебной программы к личным интересам учеников;

- в каждой фазе эволюции коллективного сознания необходимо вырабатывать специализированные цели и миссии, стимулирующие прогресс общества, которые должны взаимодействовать с индивидуальными стремлениями. Это совпадение становится ключом к усиленному интересу и стимулом для акцентирования на значимости физической подготовки.

Для эффективного развития спортивной и физкультурной сферы критически важны условия, подразумевающие активный интерес и поддержку со стороны общества. Это, в свою очередь, при наличии высокой мотивации и заинтересованности, позволит обеспечить оптимальные возможности для улучшения физической формы человека через разнообразные формы физических упражнений.

- для воплощения потенциала в области физического развития через применение технологий, сохраняющих здоровье, военнослужащие должны проявлять личную ответственность.

Определенные элементы спортивной дисциплины должны быть интегрированы в программу физической тренировки военных. Подход к разработке учебных программ по физической подготовке базируется на ключевом принципе развития прочной мотивации для укрепления физического здоровья и повышения уровня физической подготовки. Этот процесс тесно переплетается с применением передовых методов поддержания и улучшения здоровья.

В своем исследовании Н. Т. Косяшников с соавторами [15, С. 287] подчеркивают, что разработка концептуальных основ организации физической подготовки включает в себя создание и применение обучающих программ. Эти программы должны учитывать специальность в рамках военного учета, характеристики образовательного и физкультурного оборудования, а также принадлежность к военному ведомству.

Д. В. Мухин с соавторами [15, С. 105] утверждают, что организационно-методическая система служит основой для осуществления физической активности среди военнослужащих. Важно отметить, что детализация физических упражнений становится возможной только при условии, что сфера применения упражнений и подходы к тренировкам обладают разнообразием, которое допускает классификацию этих действий, при условии строгого следования необходимым критериям и применения унифицированной терминологии в этом процессе.

Заключение

Изложенная информация позволяет сформулировать вывод о том, что в эпоху интеграции дистанционного образования в учебные программы, введение новых стимулов к обучению и улучшению физической готовности обучающихся, значимых преимуществ в этих направлениях не наблюдается.

Только квалифицированный эксперт с необходимым профессиональным образованием способен провести глубокий и объективный анализ физической подготовленности, ведь оценка должна включать как достижение определенных заранее установленных целей, так и оценку работы каждого компонента программы физической подготовки на эффективность.

Таким образом, фундамент из теоретических знаний, профессионализм и физическая готовность военнослужащих становятся ключевым фактором эффективного выполнения как ежедневных, так и специфических заданий военного характера, обеспечивая всестороннее освоение необходимых стандартов в области физической культуры.

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. Антрофиков С.А. Здоровье человека и его критерии, некоторые методы оценки уровня здоровья / С.А. Антрофиков, В.Н. Васин, А.В. Куликов [и др.] // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. — 2021. — № 2. — С. 165–170. — EDN SCDFM.
2. Богатырев Р.В. Модель физической подготовки офицеров воздушно-космических сил после возвращения из зоны боевых действий / Р.В. Богатырев, А.В. Борисов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгатфа. — 2017. — № 8 (150). — С. 11–15. — EDN ZELCLL.

3. Борисов А.В. Особенности организации занятий по физической подготовке с военнослужащими противовоздушной обороны и противоракетной обороны в режиме служебного времени / А.В. Борисов, А.В. Буриков, Ю.Г. Елькин // Современные научноемкие технологии. — 2019. — № 12–1. — С. 144–148. — EDN PIBKLI.
4. 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. — 37 с. — EDN QOJMZA.
5. Буриков А.В. Образовательная направленность физической подготовки в высших военных учебных заведениях / А.В. Буриков, А.П. Черанев, А.В. Горохов // Обзор педагогических исследований. — 2021. — Т. 2. — № 4. — С. 139–144. — EDN YANRUS.
6. Буриков А.В. Применение моделирования в методике развития физических качеств военнослужащих / А.В. Буриков // Международный научно-исследовательский журнал. — 2019. — № 8–2 (86). — С. 80–82. — EDN QMEPPQ.
7. Буриков А.В. Теоретические аспекты физической подготовки военнослужащих / А.В. Буриков // Обзор педагогических исследований. — 2020. — Т. 2. — № 4. — С. 43–48. — EDN TUIUYP.
8. Буриков А.В. Физическая подготовка как мотивационно-ценственный компонент в высшем учебном заведении / А.В. Буриков // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. — 2018. — № 8. — С. 29–31. — EDN XZOZZJ.
9. Варфоломеева Л.Е. Направленность образовательного процесса по физической культуре в вузе / Л.Е. Варфоломеева, А.В. Буриков, В.Н. Васин // Современный ученый. — 2022. — № 2. — С. 211–215. — EDN XTCUVL.
10. Васин В.Н. Результаты педагогического эксперимента по совершенствованию уровня физической подготовленности военнослужащих / В.Н. Васин, А.В. Буриков, А.В. Горохов // Современный ученый. — 2020. — № 2. — С. 191–195. — EDN OMUIWB.
11. Дворниченко Г.В. Взаимосвязь уровня физической подготовленности и квалификационного уровня военнослужащих радиотехнических специальностей / Г.В. Дворниченко, Д.А. Лошадкин, И.М. Темкин [и др.] // Studia Humanitatis. — 2022. — № 1. — URL: <https://st-hum.ru> (дата обращения: 18.12.2024).
12. Елькин Ю.Г. Проблемные вопросы физической подготовки в высших военных учебных заведениях / Ю.Г. Елькин, А.В. Буриков // Вестник Ярославского высшего военного училища противовоздушной обороны. — 2021. — № 1 (12). — С. 100–107. — EDN LKQAKL.
13. Ершов С.А. Теоретические аспекты проектирования физической подготовки военнослужащих / С.А. Ершов, А.В. Буриков // Colloquium-Journal. — 2019. — № 5–3 (29). — С. 44–46. — EDN YFNIRG.
14. Ершов С.А. Функционально-дифференцированный подход в физической подготовке военнослужащих / С.А. Ершов, Е.В. Круглова // Вестник Ярославского высшего военного училища противовоздушной обороны. — 2020. — № 1 (8). — С. 107–111. — EDN XFOCQE.
15. Косяшников Н.Т. Физическая подготовка студентов в условиях современного образования как средство развития необходимых умений и психических качеств / Н.Т. Косяшников, А.В. Кузнецов, А.В. Буриков // Вестник РГАТА имени П.А. Соловьева. — 2012. — № 2 (23). — С. 284–288. — EDN PPMN XV.
16. Малышко А.В. Методики оценки профессиональной деятельности и специальной подготовленности военнослужащих / А.В. Малышко, С.А. Антрофиков, О.Н. Чибирков // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. — 2016. — № 3. — С. 70–73. — EDN WSXII F.
17. Мухин Д.В. Актуальные вопросы адаптации курсантов к учебе в военном учебном заведении / Д.В. Мухин, Р.В. Васин, А.В. Буриков // Вестник Ярославского высшего военного училища противовоздушной обороны. — 2021. — № 1 (12). — С. 100–107.
18. Стрелков А.А. Влияние функционального состояния на физическую подготовленность военнослужащих при выполнении задач военно-профессиональной деятельности / А.А. Стрелков, Ю.Г. Елькин, А.В. Буриков [и др.] // Успехи гуманитарных наук. — 2020. — № 12. — С. 86–90. — EDN WKPRJR.
19. Трапезников С.А. Физическая готовность военнослужащего – интеграционная составляющая боевой готовности / С.А. Трапезников, В.Л. Пашута, В.А. Беляев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. — 2020. — № 2. — С. 5–10. — EDN SGEMUD.
20. Шарков Ю.П. Применение сопряженной тренировки для специалистов узлов связи, на основе применения специальных акробатических и плиометрических упражнений / Ю.П. Шарков, Ю.Г. Елькин, А.В. Буриков // Вестник Череповецкого государственного университета. — 2014. — № 8 (61). — С. 132–134. — EDN TOMZHR.
21. Якунин Н.И. Формирование у курсантов компетенций в области физической подготовки / Н.И. Якунин, Г.В. Дворниченко, А.В. Семенов // Вестник Ярославского высшего военного училища противовоздушной обороны. — 2022. — № 4 (19). — С. 66–71. — EDN DNYKOI.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Antrofikov S.A. Zdorov'e cheloveka i ego kriterii, nekotorye metody ocenki urovnya zdorov'ja [Human health and its criteria, some methods of assessing health status] / S.A. Antrofikov, V.N. Vasin, A.V. Kulikov [et al.] // Aktual'nye problemy fizicheskoy i spetsial'noy podgotovki silovykh struktur [Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies]. — 2021. — № 2. — P. 165–170. — EDN SCDFM. [in Russian]
2. Bogatyrev R.V. Model' fizicheskoy podgotovki oficerov vozдушno-kosmicheskikh sil posle vozvrashchenija iz zony boevyh dejstvij [Model of physical training of aerospace forces officers after returning from combat zone] / R.V. Bogatyrev, A.V. Borisov // Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta [Scientific notes of the University named after P.F. Lesgaft]. — 2017. — № 8 (150). — P. 11–15. — EDN ZELCLL. [in Russian]
3. Borisov A.V. Osobennosti organizacii zanjatij po fizicheskoy podgotovke s voennosluzhashchimi protivovozdushnoj oborony i protivoraketnoj oborony v rezhime sluzhebnogo vremeni [Peculiarities of organization of physical training lessons

with military defense and missile defense in service mode] / A.V. Borisov, A.V. Burikov, Ju.G. El'kin // Sovremennye naukoemkie tehnologii [Modern science intensive technologies]. — 2019. — № 12–1. — P. 144–148. — EDN IIBKLI. [in Russian]

4. Borisov A.V. Fizicheskaja podgotovka v voenno-professional'noj dejatel'nosti voennosluzhashhih Vozdushno-kosmicheskikh sil [Physical preparation in military-professional activities of military serving Air and Space Forces] / A.V. Borisov, N.A. Voronov, V.N. Vasin // Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya [Modern problems of science and education]. — 2019. — № 5. — 37 p. — EDN QOJMZA. [in Russian]

5. Burikov A.V. Obrazovatel'naja napravленnost' fizicheskoy podgotovki v vysshih voennyh uchebnyh zavedenijah [Educational orientation of physical training in the highest military educational institutions] / A.V. Burikov, A.P. Cheranov, A.V. Gorohov // Obzor pedagogicheskikh issledovanij [Review of pedagogical research]. — 2021. — Vol. 2. — № 4. — P. 139–144. — EDN YANRUS. [in Russian]

6. Burikov A.V. Primenenie modelirovaniya v metodike razvitiya fizicheskikh kachestv voennosluzhashhih [Use of modeling in the development of physical qualities of military personnel] / A.V. Burikov // Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal [International Research Journal]. — 2019. — № 8–2 (86). — P. 80–82. — EDN QMEPPQ. [in Russian]

7. Burikov A.V. Teoreticheskie aspekty fizicheskoy podgotovki voennosluzhashhih [Theoretical aspects of the physical training of military servants] / A.V. Burikov // Obzor pedagogicheskikh issledovanij [Review of pedagogical research]. — 2020. — Vol. 2. — № 4. — P. 43–48. — EDN TUIUYP. [in Russian]

8. Burikov A.V. Fizicheskaja podgotovka kak motivacionno-cennostnyj komponent v vyshem uchebnom zavedenii [Physical training as a motivation-value component in the higher educational institution] / A.V. Burikov // Mezhdunarodnyj zhurnal gumanitarnyh i estestvennyh nauk [International Journal of Humanities and Natural Sciences]. — 2018. — № 8. — P. 29–31. — EDN XZOZZJ. [in Russian]

9. Varfolomeeva L.E. Napravlennost' obrazovatel'nogo processa po fizicheskoy kul'ture v vuze [Direction of the educational process in physical education at the higher educational institution] / L.E. Varfolomeeva, A.V. Burikov, V.N. Vasin // Sovremennyj uchenyj [Modern scientist]. — 2022. — № 2. — P. 211–215. — EDN XTCUVL. [in Russian]

10. Vasin V.N. Rezul'taty pedagogicheskogo eksperimenta po sovershenstvovaniju urovnya fizicheskoy podgotovlennosti voennosluzhashhih [Results of the pedagogical experiment on improving the physical fitness of military personnel] / V.N. Vasin, A.V. Burikov, A.V. Gorokhov // Sovremennyj uchenyj [Modern scientist]. — 2020. — № 2. — P. 191–195. — EDN OMUIWB. [in Russian]

11. Dvornichenko G.V. Vzaimosvjaz' urovnya fizicheskoy podgotovlennosti i kvalifikacionnogo urovnya voennosluzhashhih radiotekhnicheskikh special'nostej [Interrelation of physical fitness level and the qualification level of military service radio engineering specialties] / G.V. Dvornichenko, D.A. Loshadkin, I.M. Temkin [et al.] // Studia Humanitatis. — 2022. — № 1. — URL: <https://st-hum.ru> (accessed: 18.12.2024). [in Russian]

12. Elkin Yu.G. Problemnye voprosy fizicheskoy podgotovki v vysshih voennyh uchebnyh zavedenijah [Problem issues of physical training in the highest military educational institutions] / Yu.G. Elkin, A.V. Burikov // Vestnik Jaroslavskogo vysshego voennogo uchilishha protivovozdushnoj oborony [Bulletin of the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense]. — 2021. — № 1 (12). — P. 100–107. — EDN LKQAKL. [in Russian]

13. Ershov S.A. Teoreticheskie aspekty proektirovaniya fizicheskoy podgotovki voennosluzhashhih [Theoretical aspects of the design of physical training of military servants] / S.A. Ershov, A.V. Burikov // Colloquium-Journal. — 2019. — № 5–3 (29). — P. 44–46. — EDN YFNIRG. [in Russian]

14. Ershov S.A. Funkcional'no-differencirovannyj podhod v fizicheskoy podgotovke voennosluzhashhih [Functionally differentiated approach to the military physical training] / S.A. Ershov, E.V. Kruglova // Vestnik Jaroslavskogo vysshego voennogo uchilishha protivovozdushnoj oborony [Bulletin of the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense]. — 2020. — № 1 (8). — P. 107–111. — EDN XFOCQE. [in Russian]

15. Kosjashnikov N.T. Fizicheskaja podgotovka studentov v uslovijah sovremennoj obrazovaniya kak sredstvo razvitiya neobhodimyh umenij i psihicheskikh kachestv [Physical training of students in the context of modern education as a means of developing the necessary skills and mental qualities] / N.T. Kosjashnikov, A.V. Kuznecov, A.V. Burikov // Vestnik RGATA imeni P.A. Solov'eva [Bulletin of the RGATA named after P.A. Solovyov]. — 2012. — № 2 (23). — P. 284–288. — EDN PPMNXV. [in Russian]

16. Malyshko A.V. Metodiki ocenki professional'noj dejatel'nosti i special'noj podgotovlennosti voennosluzhashhih [Methods for assessing the professional activities and special training of military personnel] / A.V. Malyshko, S.A. Antrofikov, O.N. Chibirkov // Aktual'nye problemy fizicheskoy i special'noj podgotovki silovyh struktur [Current problems of physical and special training of law enforcement agencies]. — 2016. — № 3. — P. 70–73. — EDN WSXIIIF. [in Russian]

17. Muhin D.V. Aktual'nye voprosy adaptacii kursantov k uchebe v voennom uchebnom zavedenii [Actual issues of cadets' adaptation to study in a military educational institution] / D.V. Muhin, R.V. Vasin, A.V. Burikov // Vestnik Jaroslavskogo vysshego voennogo uchilishha protivovozdushnoj oborony [Bulletin of the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense]. — 2021. — № 1 (12). — P. 100–107. [in Russian]

18. Strelkov A.A. Vlijanie funkcional'nogo sostojaniya na fizicheskiju podgotovlennost' voennosluzhashhih pri vypolnenii zadach voenno-professional'noj dejatel'nosti [The influence of the functional state on the physical preparedness of military services during the performance of the tasks of military professional activities] / A.A. Strelkov, Yu.G. Elkin, A.V. Burikov [et al.] // Uspehi gumanitarnyh nauk [Modern Humanities Success]. — 2020. — № 12. — P. 86–90. — EDN WKPRJR. [in Russian]

19. Trapeznikov S.A. Fizicheskaja gotovnost' voennosluzhashhego – integracionnaja sostavljajushhaja boevoj gotovnosti [Military physical readiness as integration part of combat readiness] / S.A. Trapeznikov, V.L. Pashuta, V.A. Beljaev // Aktual'nye problemy fizicheskoy i special'noj podgotovki silovyh struktur [Current problems of physical and special training of law enforcement agencies]. — 2020. — № 2. — P. 5–10. — EDN SGEMUD. [in Russian]

20. Sharkov Yu.P. Primenenie soprijazhennoj trenirovki dlja specialistov uzlov svjazi, na osnove primenenija special'nyh akrobaticeskikh i pliometricheskikh uprazhnenij [Application of conjugate training for communication center specialists, based on the use of special acrobatic and plyometric exercises] / Yu.P. Sharkov, Yu.G. Elkin, A.V. Burikov // Vestnik Cherepoveckogo gosudarstvennogo universiteta [Bulletin of Cherepovets State University]. — 2014. — № 8 (61). — P. 132–134. — EDN TOMZHR. [in Russian]

21. Yakunin N.I. Formirovanie u kursantov kompetencij v oblasti fizicheskoy podgotovki [Formation of cadets' competences in the field of physical training] / N.I. Yakunin, G.V. Dvornichenko, A.V. Semenov // Vestnik Jaroslavskogo vysshego voennogo uchilishha protivovozdushnoj oborony [Bulletin of the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense]. — 2022. — № 4 (19). — P. 66–71. — EDN DNYKOI. [in Russian]